

جلسات #مع_نفسي 91 ... إعاقة روحية ... أمراض قلوب ...

مُخرجات نفسية ... حجاب شرعي

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا. اهلا وسهلا بحضرتك يا دكتور. امبارح كانت آآ النهاية درامية مش كده؟ اه بمناسبة النهاية الدرامية دين آآ انا كان عندي سؤال آآ بس بصراحة يعني الجو ما كانش مساعد ان انا اسأل. هم. آآ - 00:00:00

احنا كنا اتكلمنا المرة اللي فاتت عن الاعاقة النفسية الاعاقة اه يعني اه الروحية اسف يعني استووقفني جزئية ان احنا بنسل الناس اللي عندها اي مشاكل ممكن اعلق بس على حاجة قلتها دلوقتي. افضل. لما قلت اعاقبة نفسية قصدي اعاقبة روحية - 00:00:30 عادة لما تطلق كلمة نفسى تبقى الشق الروحى. اه ودى مسألة مهمة لما يقول لك علاج روحي احنا للأسف كلمة علاج روحي بقت عندي معناها ايه مكان ضلعة وشمعة منورة وواحد عامل كده. مم. او سبحة او مش عارف ايه لأ - 00:00:49

لو لو رجعت لبعض الكتب القديمة في تاريخنا الاسلامي تلاقي الطب الروحاني مم. اللي هو الايام دي بيسموه طب نفسى. اه. فاي شق مش متعلق بالعضو المباشري يعني عضو مباشرة بالجسد. طيب. يبقى انت بتتكلم في الشق الروحى. مم. فلما بنطلق - 00:01:08 كلمة النفس يبقى عادة بنقصد فيها الجانب الایه فما فيش اي مشكلة تقول اعاقبة نفسية بمعنى اعاقبة بناء على انة فصلنا نركز بقى في اول حاجة طيب المرة اللي فاتت المسال اللي حضرتك زكرته كان مسال آآ مؤسر جدا وفيه كتير طبعا. يعني قصدي الامسلحة كتيرة في حياتنا. اه انا بانلي منه انه بالفعل - 00:01:22

حقا يعني هي الاعاقة النفسية مش العزة الجسدية. بالضبط. طيب دلوقتي الناس مسلا عندهم امراض نفسية لكن بمعنى ادق يعني واحد بيزلع عنده نقدر اطلق عليه عنده اعاقبة نفسية واحد بخيل يعني. اللي هي في تاريخنا الاسلامي بقى لها لفظ جميل جدا اسمها امراض ايه؟ امراض القلوب. امراض القلوب. نعم - 00:01:43

كلمة امراض نفسية دلوقتي بقت اللي هي الامراض بالتصنيف الغربي. انما لو وسعت الى امراض القلوب يخش فيها الكبر والعجب والغرور والحسد والحقد كنا انت الايام دي ممكن يبقى واحد متكبر جدا ظالم جدا انما بيروح الشركة وبينتج فلوسه كذا لو وديته للطب النفسي هيقول لك الرجال سليم ليه - 00:02:02

لانه في قياسات الطب الغربي المادي ما دام بينتجوا بيروحوا انا بيقولوا للناس العيادة مراته بتشتكي انه بيحسش كل يوم. هم لم اقابله يقول لي هي زعلانة ليه؟ طب ما انا بروح كل يوم الشغل وبدير شركتي وممش عارف هو فعلـا - 00:02:21 لكن هو هيتفضح امته مم. لو الحشيش اقطع اه انما هو مليونير والخشيش موجود كل يوم والقاعدة مش عارف ايه. فالقياسات المادية ما لهاش دعوة بالقياسات اللي احنا عندها. ده عنده مرض قلب. مم. ده عنده مرض - 00:02:37

قلب وغيره فده تعليق بس على حلة الروحاني والقلبي والنفسي. اه افضل. فانا اقصد ان الناس دي من اصحاب ان احنا ممكن نطلق عليه عنده اعاقبة نفسية. اه. هل ده برضو نلتمس له العذر - 00:02:51

يعني فلان البخيل فلان اللي بيحقد على الناس ويحسدهم العذر. قصدك فيها ايه؟ لانه معاق زي ما قصدي نلتمس العذر وبالتالي نعمل له ايه نروح نسبح بحمدش عليه مسلا؟ لأ - 00:03:02

كلمة نلتمس له العذر يعني نعامله بما يستحق مع فهمنا هو بيعمل كده ليه؟ هم. ده نلتمس له العذر بل حتى بتاع الاعاقة الجسدية يعني لو واحد عنده اعاقبة جسدية التمس له العذر اخلية آآ مشلول دايما لا ادربه لا اعلمبه ازايم ممكن يعتمد على نفسه - 00:03:16

هل ده المفهوم؟ لا طبعا. يبقى من باب اولى لما يبقى بتاع الاعاقة الروحية عنده مشكلة؟ نعم اذا التمس العذر باني اشتق عليه. ابيات للشافعي رائعة تنسن للشافعي هم. يقول اذا سبني نذل - 00:03:34

ترايدت رفعة مم. وما العيب الا ان اكون مسببا ولو لم تكن نفسي علي عزيزة لمكتنتها من كل نذل تحاربه. شف شف القيم عكس اللي عندنا اليومين دول. اليومين دول يقول لك ده انت لازم توريه شغل - 00:03:47

هو مقامه وترد عليه هو بيقول العكس تماما ده انا عشان نفسي علي عزيزة ما بنزلش المستوى ده ولو لم تكن نفسي علي عزيزة لمكتنتها من كل نذل تحاربه وفي الاخر يقول لك ايه - 00:04:02

ولكتني اسعى لانفع صاحبي وعارض على الشبعان ان جاع صاحبه اعتبر انه المعاقد روحا قدامه ده. مم. يحتاج حد يمد له ايده. مم. عشان ياخده من الاعاقة بتاعتته ده التمس العذر هم. انك تعرف ان اللي قدامك مبتلى - 00:04:16

طيب انما خلاص نلتمس له العذر يا جماعة. في حاجة ثانية مهمة الاعاقة الجسدية اللي اتكلمنا عنها. اه الانسان مجرب عليها ايه. مش بايده انما الاعاقة الروحية دي حاجة انت اخترتها - 00:04:32

مم. انت اللي اخترت ان لا تفك بطريقة سليمة. انت اللي اخترت ان لا تسعى لتزكية نفسك فانت مش مسامح به. مم. وستلقى امام الله ما ستلقاه انما انت لن تحاسب امام الله على ثقب في القلب - 00:04:46

ولا قرحة معدية اه انت ما كانش لك يد فيها؟ ولا مسلا اه اه دراع مقطوعة مسلا انت غير محاسب على ده بل قد ترقى درجات عند الله بالابتلاء ده. هم. المهم بقى اخبار الروح ايه ؟ - 00:05:01

اه. فارجو ان ده بقى يعني واضح يعني علاقة تكوين النفس من جسد وروح ده جزء مهم. لكن برضه يعني محتاجين نفهم ايه فك دم المخلوقية يعني احنا دلوقتي المفروض - 00:05:17

هو احنا قلنا ان كل الكلام ده هيسلمنا للمخلوقية ان انا اعرف آآفاكر انت ازن يمكن من من جلساتين او ثلاثة كان السؤال هو ايه اول حاجة لازم اقرأها في - 00:05:30

بنفسى فقلنا اول حاجة انك تعرف انك مخلوق. مم. والمخلوق ده متكون من ايه؟ جسد. جسد وروح. وروح لكن هنا في حاجة احنا مش عايزين نغادرها وهي هو احنا كده خلصنا اقرأ - 00:05:40

يعني احنا بدأنا باقرأوا الوجود. اه. وعايزين نسلم للمخلوقية. نعم. فاضل حاجة خليني اعتبر نفسى بمتحنك دلوقتي فاضل ايه ؟ فاكر فاضل ايه في اقرأ لسة ما اتناولناش احنا قلنا الوجودية والمخلوقية. اه لأ في اقرأ - 00:05:52

فاكر فاكر الثالثية بتاعة اقرأ كانت ايه؟ احنا قلنا مدخلات عمليات ايوة فاضل مخرجات. بقى احنا اتناولنا المدخلات ايوة وطولنا فيها شوية والعمليات الحس والتفكير والعقل كان فاضل ايه؟ المخرجات. ممتاز - 00:06:06

المخرجات دي هتروح لما لنا كل حاجة قلناها وادخلنا على المخلوقية. مم. فاكر المخرجات كانت ايه ولا مش فاكر ما مش فكرة شعور سلوك يعني ايه المخرجات فكرة وشعور وسلوك؟ مم. مش المدخل دخل؟ ايوة. مش العمليات حصلت؟ - 00:06:19

تلقائيا بقى فيه اوت بوتس. هم. الناس بتفتكر الاوت بوت هو هو ايه؟ السلوك ده اخر حاجة. ده قبل كده كان فيه فكرة اه. ادت الى شعور ادي الى سلوك. الفكرة مش داخل العمليات ؟ لا. مم. الفكرة منتج. اه. العمليات اسمها حس تفكير عقلي. مم. بناء عليهم بتطلع - 00:06:38

افكار اليوم احنا بنسميه التصور. هم. طيب يعني بتوع بالزات بتوع الشريعة بيسموه التصور. اه. طيب التصور ده منتج لي عملية انت قمت بها. مم. يعني الفكرة هي منتج لعملية اسمها ايه - 00:06:58

اسم العملية ايه؟ التفكير. التفكير. انتاج نعم. الفكرة دي تلقائيا بيتبعها شعور. مم. يعني انا هديك مسال هديك مسال كده من واقع الجلسات اللي احنا يعني فيها دي انت ممكن اول يوم شفتني - 00:07:15

بقي عندك عالمة استفهام من اللبس فال فكرة كانت عندك ايه آآتصور غريب مم. اه هو بيلبس كده ليه فالشعور تلقائيا الشعور بالتوjos اه الى اخره آآالسلوك كان عبارة عن صمت - 00:07:31

او انك مش عايز لما سألت السؤال وعرفت اصل الحكاية ايه وقلت لا والله ده مش عارف ايه. الفكرة اختلفت الشعور اختلف السلوك تلقائياً اختلف الكلام ده مهم جداً ليه - 00:07:51

الفكرة والشعور والسلوك يربطوا حاجتين كنا اتكلمنا فيهم قبل كده الایمان. هم. مش قلنا العقل والایمان والصحة النفسية. ايوة

ومسألة مهمة جداً في الصحة النفسية ومهمة جداً في تزكية النفس ودائماً بقول هي كلمة السر - 00:08:05

في سعادة الانسان ايه كلمة من ثلاث حروف صدق مم. الصدق ايه علاقة الفكره والشعور والسلوك؟ بالصحة النفسية والصدق

وبالایمان هو الایمان عبارة عن ايه اعتقاد وعمل صح؟ صحيح. فكرة وسلوك. مم. طب والشعور السكينة - 00:08:23

دي النتيجة يعني. اه هيشعر بفكرة شعور سلوك احنا في العلاج المعرفي السلوكي بنشتغل على ايه؟ على الفكره والسلوك علشان

الشعور يتزبّط. اه. طيب يعني معزم الناس لما تيجي العيادة بتيجي معزمها عشان الشعور. دكتور. مم. انا زعلان حزين غضبان قلقان

كذا الشعور - 00:08:46

انا ما بشتغلش على الشعور. الشعور ما بتعرفش تمiskeh. انت بتشتغل على الفكره المؤدية له. مم. والسلوك فبتدية واجبات عملية.

فالاتنين يروحوا محاصرين الشعور. اه. ويعالجوا. وضحت تمام. ده خلاصة العلاج المعرفي السلوكي. مم. وتستغرب لو قلت لك ان ابن

القيم قبل سبعيني سنة تقريباً او تقريباً - 00:09:05

عنه جملة بيقول فيها ما يختصر حته العلاج المعرفي السلوكي. فكرة سلوك. يقول مبدأ كل علم نظري اللي هي الفكره. هم وعمل

اختياري اللي هي السلوك قوى الخواطر والافكار. الحاجات بقى المدخلات اللي بتيجي عليك ومش عارف ايه - 00:09:22

فانها تدعوا الى التصورات. هم. والتصورات تدعوا الى الایرادات. تصور اللي هو الفكره اللي عندك والایرادات اللي هو الشعور والنزعه.

اه والایرادات تقتضي وقوع الفعل اللي هي السلوك. هم وكترة تكراره السلوك ده. اه - 00:09:40

بيعمل ايه يعطي العادة. مم. العادة عبارة عن ايه؟ سلوك متكرر. ايوا فصلاح هذه المراتب بصلاح الخواطر والافكار. هم. وفسادها

بفسادها ببقى كده لخص لك الحكاية كلها. عايز تزبّط الشعور والسلوك زبّط الخواطر والافكار. هم - 00:09:57

اللي هي بين قوسين اضبط المدخلات تصور صحيح وفسادها بفسادها الكلام ده علاقته ايه بقى؟ احنا قلنا ان الایمان هو عبارة

عن ايه؟ التعريف المتفق عليه من جمهور علماء الامة - 00:10:16

تصديق بالقلب وعمل بالجوارح. نعم. هو اعتقاد هو فكرة صحيحة. هو شعور بالسکينة والطمأنينة وهو سلوك. اللي بيحصل عندنا احنا

ايه؟ انه بيبقى في ايمان اللي هو بقى مزاكرو رايح ومش عارف ايه لكن ما فيش عمل. هم. ده ما ينفعش - 00:10:28

لازم يصادق. ولذلك واحدة من الحاجات اللي انا بأخذتها على كثير من شبابنا تلاقيه مسلاً ممكّن يقول لك انا بحب ربنا. بتصلّي؟

بصراحة ما بصلّيش طب ها ايه اخبار الحب ده ايه - 00:10:44

هو انا بحبه انما حته الصلاة ضروري يعني ما هو بيقول لك يا ابني انت بتتحبني يعني يا ابني دي لله المثل الاعلى. انت بتتحبني اعمل

اللي انا قلت لك تعمله. لأ هو انا بحبك يا ربنا؟ بس انا عايز اعبدك بطريقتي انا - 00:10:56

مم ده باباك ما بيقبلهاش مامتك مش هتقبل تقول لها ماما انا بحبك بس لما تقولي لي آهاتي الحاجة دي من السوبر ماركت مش

هاجييها لك. بس انا باحبك - 00:11:10

هم. طب ما ينفعش. والحديث عندهنا مشهور اللي هو ما تقرب الي عبدي بشيء احب الي مما ايه؟ افترضته عليه. بيبقى انت تعمل

الحاجة اللي انا قلت لك تعملها الایمان يقتضي كل الكلام ده. فاضل بقى حاجة مهمة جداً ايه علاقة الكلام ده بالطمأنينة والصدق؟ هم -

00:11:21

احنا في بالعامية كده يستخدم يعني مصطلح كتير وحتى الاطباء النفسيين بيستخدموه اللي هو ايه يقول لك فلان متصالح مع

نفسه. اه. يعني ايه متصالح مع نفسه في تناغم بين الفكره والشعور والسلوك - 00:11:38

حديك امسلة عشان الكلام ده يعني يمضح لو الفكره ايجابية والشعور ايجابي والسلوك ايجابي بيبقى الشخص ده متناغم في الحته

دي. هم. ازاً حد مسال شخص الفكره عن عن التدخين - 00:11:51

ايجابية. يعني ايه ايجابية؟ ايجابية لصالح التدخين. يعني ايه يعني الرجل ده مسلا بيقول التدخين عبارة عن رجولة ومش عارف ايه شعوره تجاه التدخين هيبي ايه تلقائيا؟ ايجابي. كويسي. سلوكه - 00:12:08

بدخن او على قلب يقعد مع المدخنين وبيقولهمش لأ ده متناغم مع نفسه ولا مش متناغم؟ متناغم. متناغم هتقول لي يعني ده صحيح نفسيا انا قلت لك متناغم انه على الاقل اللي اللي جواه برة. هم. طيب - 00:12:21

شخص اخر يرى التدخين فكرة سلبية شعور تلقائيا هيبي ايه نفور. طبعا. عشان يتناغم ما يعرفش لازم يعمل ايه. يبعد عن المدخنين. ما يدخن. هم. متناغم اي حد بيقي فكرة شعور السلوك ما لهاش دعوة ما لوش دعوة مش متناغم. مم. يرى التدخين سلبي - 00:12:35

فكرة شعور ينفر منه لكن بيقعد مع مدخنين هتلاليه في الآخر عنده وخز ضمير. اه. طيب مثال اخر عند البنات فكرة تجاه الحجاب ان الحجاب حاجة كويسيه شعورها ايجابي عشان تتلائم سلوكها - 00:12:54

الحاج يا اما تلبس حجاب يا اما على الاقل تبقى محطة نفسها بالمحجبات. طيب واحدة فكرتها عن الحجاب سلبية تخلف ورجعية ومش عارف ايه شعورها تلقائيا تنفر منه. تنفر عشان تتناغم مع نفسها - 00:13:12

ما تلبسوش يلبسهم. طب واحدة فكرتها سلبية وشعورها سلبي تلبس حجاب. لابسة حجاب. مم هيحصل ايه؟ هيحصل اللي احنا بنشووف في الشوارع اليومين دول ما لهاش اي دعوة بالحجاب وعلى يعني واحد من المشايخ كان بيقول من فوق قناة مش عارف اسلامية ومن تحت قناة كزا لغير اسلامية. مم. ليه؟ لأنها في الحقيقة تضطرب - 00:13:27

ما بين الفكرة والشعور والسلوك هنا حد هيقول لي دكتور انت قصدك انه اللي ممكن تبقى متبرجة ومش عارف ايه متناغمة احسن من اللي واحدة لابسة حجاب وتجاهد نفسها انا قلت متناغمة متصالحة ما قلتتش - 00:13:47

انها صحية نفسيا. يعني واحدة مسلا حاطة حجاب علشان بتعود نفسها سلوكا علشان ترجع على الفكرة والشعور تعالجهم دي مأجورة عند ربنا. هم. وشوية شوية السلوك هيرجع يغذى الفكرة تغذية ايجابية - 00:13:59

وشوية شوية هتلاليها فكرة شعور سلوك متناغمة المهم ان انا اعرف ان الصدق هو ايه؟ الصدق تعريفه ايه عند العلماء؟ موافقة الظاهر للباطن. نعم. فكرة شعور سلوك يبقى السؤال هل ينفع انه حد بيقي في كل حاجة فكرة شعور سلوك متناغم؟ لأ طبعا واولهم اللي قدامك - 00:14:15

ازاي؟ ازاي انا فكرة شعور سلوك فكرة شعور مسلا في في الغذاء سلبي بس انا باكل احيانا جون فود. جونك فود يعني. اللي هو الفاست فود والكلام ده. طيب يبقى انا مش متناغم في الحلة دي - 00:14:33

بس لا يعني ان انا مش متراهن في كل حاجة. مم. طيب؟ اصله لو حد تناجم في كل حاجة بقى مش انسان مم. احنا لازم يبقى في عندنا حلة كده مش اه مش متناغمين فيها قوي. طيب - 00:14:49

ده باختصار المخرجات وعلاقتها بالایمان من ناحية وبالصحة النفسية والصدق والتناغم والتصالح مع النفس من ناحية تانية. ايه اللي مطلوب ان احنا نحاول دايما نربط نفسنا فكرة وشعور وسلوك قراءة - 00:15:00

احاطة نفسنا بمادة علمية كويسيه وسلوك يغذى الفكرة تغذية ايجابية. ده باختصار كده اظن واظن بكده نبقي خلصنا كل حاجة متعلقة باقرا. تربط. اه وهنخش بقى في حكاية المخلوقية. المخلوقية. من بكرة ان شاء الله - 00:15:15

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. عليكم السلام - 00:15:29