

# جلسات #مع\_نفسِي 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 استوقفني جزئية ان احنا بنمسل الناس اللي عندها اي مشاكل ممكن اعلق بس على حاجة قلتها دلوقتي. اتفضل. لما قلت اعاقة نفسية قصدي اعاقة روحية - 00:00:30

عادة لما تطلق كلمة نفسي تبقى الشق الروحي. اه ودي مسألة مهمة لما يقول لك علاج روحي احنا للاسف كلمة علاج روحي بقت عندنا معناها ايه مكان ضلعة وشمعة منورة وواحد عامل كده. مم. او سبحة او مش عارف ايه لآ - 00:00:49

لو لو رجعت لبعض الكتب القديمة في تاريخنا الاسلامي تلاقي الطب الروحاني مم. اللي هو الايام دي بيسموه طب نفسي. اه. فاي شق مش متعلق بالعضو المباشري يعني عضو مباشرة بالجسد. طيب. يبقى انت بتتكلم في الشق الروحي. مم. فلما بنطلق - 00:01:08

كلمة النفس يبقى عادة بنقصد فيها الجانب الايه فما فيش اي مشكلة تقول اعاقة نفسية بمعنى اعاقة بناء على اننا فصلنا نركز بقى في اول حاجة طيب المرة اللي فاتت المسال اللي حضرتك زكرته كان مسال آآ مؤسر جدا وفيه كتير طبعاً. يعني قصدي الامسلة كتيرة في حياتنا. اه انا بانلي منه انه بالفعل - 00:01:22

حقا يعني هي الاعاقة النفسية مش العزة الجسدية. بالزبط. طيب دلوقتي الناس مسلا عندهم امراض نفسية لكن بمعنى ادق يعني واحد يبزلم عنده نقدر اطلق عليه عنده اعاقة 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 كزا لو وديته للطب النفسي هيقول لك الراجل سليم ليه - 00:02:02

لانه في قياسات الطب الغربي المادي ما دام بينتجوا بيروحوا انا بيقولوا للناس العيادة مراته بتشتكي انه بيحشش كل يوم. هم لما اقابله يقول لي هي زعانة ليه؟ طب ما انا بروح كل يوم الشغل وبدير شركتي ومش عارف هو فعلاً - 00:02:21

لكن هو هيتفضح امتى مم. لو الحشيش اتقطع اه انما هو مليونير والحشيش موجود كل يوم والقاعدة مش عارف ايه. فالقياسات المادية ما لهاش دعوة بالقياسات اللي احنا عندنا. ده عنده مرض قلب. مم. ده عنده مرض - 00:02:37

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

يعني فلان البخيل فلان اللي بيحقد على الناس ويحسداهم العذر. قصدك فيها ايه؟ لانه معاق زي ما قصدي نلتمس العذر وبالتالي نعمل له ايه نروح نسبح بحمدش عليه مسلاً؟ لآ - 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 اعاقة جسدية التمس له العذر اخليه آآ مشلول دايماً لا ادربه لا اعلمه ازاي ممكن يعتمد على نفسه - 00:03:16

هل ده المفهوم؟ لا طبعا. يبقى من باب اولى لما يبقى بتاع الاعاقة الروحية عنده مشكلة؟ نعم انا التمس العذر بانى اشفق عليه. ابيات للشافعي رائعة تنسب للشافعي هم. يقول اذا سبني نذل - [00:03:34](#)

تزايدت رفعة مم. وما العيب الا ان اكون مسببا ولو لم تكن نفسي علي عزيزة لمكنتها 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 لمكنتها من كل نذل تحاربه وفي الاخر يقول لك ايه - [00:04:02](#)

ولكنني اسعى لانفع صاحبي وعار على الشبعان ان جاع صاحبه اعتبر انه المعاق روحيا قدامه ده. مم. بيحتاج حد يمد له ايده. مم. عشان ياخده من الاعاقة بتاعته ده التماس 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 مجبر عليها ايه. مش بايداه انما الاعاقة الروحية دي حاجة انت اخترتها - [00:04:32](#)

مم. انت اللي اخترت ان لا تفكر بطريقة سليمة. انت اللي اخترت ان لا تسعى لتزكية نفسك فانت مش مسامح بده. 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 يبقى يعني وضح يعني علاقة تكوين النفس من جسد وروح ده 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 آآ فاكر انت ازن يمكن من من جلستين او ثلاثة كان السؤال هو ايه اول حاجة لازم اقرأها في - [00:05:30](#)

بنفسي فقلنا اول حاجة انك تعرف انك مخلوق. مم. والمخلوق ده متكون من ايه؟ جسد. جسد وروح. وروح لكن هنا في حاجة احنا مش عايزين نغادها وهي هو احنا كده خلصنا اقرأ - [00:05:40](#)

يعني احنا بدأنا باقرأوا الوجود. اه. وعايزين نسلم للمخلوقية. نعم. فاضل حاجة خليني اعتبر نفسي 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 الثلاثية بتاعة اقرأ كانت ايه؟ احنا قلنا مدخلات عمليات ايوة فاضل مخرجات. يبقى 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 ادى 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 بنسويه 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. انتج 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](#)

بقى عندك علامة استفهام من اللبس فالفكرة كانت عندك ايه آآ تصور غريب مم. اه هو بيلبس كده ليه فالشعور تلقائيا الشعور بالتوجس اه الى اخره آآ السلوك 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 تلقائيا اختلف الكلام ده مهم جدا ليه - [00:07:51](#)

الفكرة والشعور والسلوك يربطوا حاجتين كنا اتكلمنا فيهم قبل كده الايمان. هم. مش قلنا العقل والايمان والصحة النفسية. ايوه ومسألة مهمة جدا في الصحة النفسية ومهمة جدا في تزكية النفس ودايما بقول هي كلمة السر - [00:08:05](#)

في سعادة الانسان ايه كلمة من ثلاث حروف صدق مم. الصدق ايه علاقة الفكرة والشعور والسلوك؟ بالصحة النفسية والصدق وبالايمن هو الايمان 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 الفكرة والسلوك علشان الشعور يتزبط. 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 تمسكه. انت بتشتغل على الفكرة المؤدية له. مم. والسلوك فتدييه واجبات عملية. فالتنين يروحوا محاصرين الشعور. اه. ويعالجوه. وضحت تمام. ده خلاصة العلاج المعرفي السلوكي. مم. وتستغرب لو قلت لك ان ابن القيم قبل سبعميت سنة تقريبا او تقريبا - [00:09:05](#)

عنده جملة بيقول فيها ما يختصر حته العلاج المعرفي السلوكي. فكرة سلوك. يقول مبدأ كل علم نظري اللي هي الفكرة. هم وعمل اختياري اللي هي السلوك قوى الخواطر والافكار. الحاجات بقى المدخلات اللي بتيجي عليك ومش عارف ايه - [00:09:22](#) فانها تدعو الى التصورات. هم. والتصورات تدعو الى الايرادات. تصور اللي هو الفكرة اللي عندك والايرادات اللي هو الشعور والنزوع. اه والايرادات تقتضي وقوع الفعل اللي هي السلوك. هم وكثرة 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 يبقى كده لخص لك الحكاية كلها. عايز تزبط الشعور والسلوك زبط الخواطر والافكار. هم - [00:09:57](#) اللي هي بين قوسين اضبط المدخلات تصور تصور صحيح وفسادها بفسادها الكلام ده علاقته ايه بقى؟ احنا قلنا ان الايمان 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 بالسكينة والطمأنينة وهو سلوك. اللي بيحصل عندنا احنا ايه؟ انه يبقي في ايمان اللي هو بقى مزاكر ورايح ومش عارف ايه لكن ما فيش عمل. هم. ده ما ينفعش - [00:10:28](#) لازم يصادق. ولزلك واحدة من الحاجات اللي انا بأخذها على كثير من شبابنا تلاقية مسلا ممكن يقول لك انا بحب ربنا. بتصلي؟ بصراحة ما بصليش 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 بتحبني يعني يا ابني دي لله المثل الاعلى. انت بتحبني اعلم 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 آآ هاتي الحاجة دي من السوبر ماركت مش هاجيبها لك. بس انا باحبك - [00:11:10](#)

هم. طب ما ينفعش. والحديث عندنا مشهور اللي هو ما تقرب الي عبدي بشيء احب الي مما ايه؟ افترضته عليه. يبقى انت تعمل الحاجة اللي انا قلت لك تعملها الايمان يقتضي كل الكلام ده. فاضل بقى حاجة مهمة جدا ايه علاقة الكلام ده بالطمأنينة والصدق؟ هم - [00:11:21](#)

احنا في بالعامية كده بتستخدم يعني مصطلح كثير وحتى الاطباء النفسيين بيستخدموه اللي هو ايه يقول لك فلان متصالح مع نفسه. اه. يعني ايه متصالح مع نفسه في تناغم بين الفكرة والشعور والسلوك - [00:11:38](#) حديق امسلة عشان الكلام ده يعني يمضح لو الفكرة ايجابية والشعور ايجابي والسلوك ايجابي يبقى الشخص ده متناغم في الحته دي. هم. ازاي حد مسال شخص الفكرة 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 هيبقى ايه تلقائيا؟ ايجابي. كويس. سلوكه - [00:12:08](#)

بدخن او على قلب يقعد مع المدخين 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 هيبقى ايه نفور. طبعا. عشان يتناغم ما يعرفش لازم يعمل ايه. يبعد عن المدخين. ما يدخنش. هم. متناغم اي حد يبقى فكرة شعور السلوك ما لهاش دعوة ما لوش دعوة مش متناغم. مم. يرى التدخين سلبي - [00:12:35](#)

فكرة شعور ينفر منه لكن بيقتد مع مدخين هتلاقيه في الاخر عنده وخز ضمير. اه. طيب مثال اخر عند البنات فكرة تجاه الحجاب ان الحجاب حاجة كويسة شعورها ايجابي عشان تتلائم سلوكها - [00:12:54](#)

الحاج يا اما تلبس حجاب يا اما على الاقل تبقى محيطة نفسها بالمتحجبات. 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 بنشوفه 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 كذا لغير اسلامية. مم. ليه؟ لانها 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 قلتش - [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 يغذي الفكرة تغذية ايجابية - [00:13:59](#)

وشوية شوية هتلاقها 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 يبقى 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 ببقى انا مش متناغم في الحنة دي - [00:14:33](#)

بس لا يعني ان انا مش متراهن في كل حاجة. مم. طيب؟ اصله لو حد تناغم في كل حاجة بقى مش انسان مم. احنا لازم يبقى في عندنا حنة كده مش اه مش متناغمين فيها قوي. طيب - [00:14:49](#)

ده باختصار المخرجات وعلاقتها بالايمان من ناحية وبالصحة النفسية والصدق والتناغم والتصالح مع النفس من ناحية ثانية. ايه اللي مطلوب ان احنا نحاول دايمنا نزيط نفسنا فكرة وشعور وسلوك قراءة - [00:15:00](#)

احاطة نفسنا بمادة علمية كويسة وسلوك يغذي الفكرة تغذية ايجابية. ده باختصار كده اظن واظن بكده نبقي خالصنا كل حاجة متعلقة باقرأ. تزيط. 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](#)