

جلسات #مع_نفسِي 12 ... المخلوقية والحاجة والألم واللذة -

التعلق المرضي والتربية

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا. اهلا وسهلا بحضرتك يا دكتور. احنا وصلنا الفيدي في المرة اللي فاتت انا فاكر اني قلت لك ان في حاجة هنتكلم فيها الجلسة اللي جاية. اه كنا بنتكلم عن اه المخلوقية وعلاقتها بالحاجة. اه - [00:00:00](#)

المخلوقية وعلاقتها قلنا ان احنا هنتفتح لنا حدة القلم واللذة والطمأنينة الموضوع الكبير ده موضوع اه بالظبط اه انا ازن الكارسة دي اه يعني ازعم انها يعني ستحدث اثرا في نفسك يعني اه. الله المستعان. خدت بالك ان انا بدأت بالايحاء - [00:00:29](#)

فانا اوحيت لك انه الجلسة دي مهمة. مم. عشان اركز بقى. عشان تركز. اه. قل لي بقى ايه كان سؤال ايه المخلوقية ايه مدى علاقتها بحاجة الانسان؟ طيب احنا قلنا كوني مخلوق يبقى انا مش خالق. هم - [00:00:48](#)

يبقى انا مش مطلق. نعم يبقى انا مش كامل يبقى انا ناقص خليني اديك مسال لو رحيت اشتريت تليفون من محل لما تاخذ التليفون مش بتبقى فيه بطارية شوية مشحون شوية. ايوه. لما تفتحه تبقى مشحون شوية - [00:01:02](#)

تلقائيا لما بتشتغل ويعدي عليك زمن وتشتغل فيه تلقائيا هيحصل ايه في البطارية؟ هتقل. هتقل اول ما تقل تلقائيا هيديك اشعار باشحني. مم. طيب يا اما بلايت معين بصوت معين كمان - [00:01:17](#)

ده باختصار الحاجة كونك مخلوق اذا انت تحتاج. هم الحاجة دي هي في الحقيقة آآ نعمة. لانك لو ما كنتش عندك التليفون هيطفي ويفصل وحيقطعك عن العالم والاتصال لانه ما قلکش ان انا ايه محتاج شحن - [00:01:35](#)

طيب احنا كده كوني مخلوق اذا انا احتاج. نعم وكوني احتاج هيقودنا لحاجة تانية عاملة مشكلة عند الناس. ايه كوني احتاج اذا اتألم مم طيب هنشرحها يبقى الاول لاننا مخلوق يبقى انا ايه - [00:01:55](#)

محتاج محتاج يبقى لا في حاجة والحاجة هي النقص فكوني محتاج تلقائيا هتؤدي بي الى حاجة تانية. طبعاً خد بالك اي حاجة بقولها لازم نسلّم بها يعني لازم اسلم باني كوني مخلوق او مخلوقة يبقى انا في حاجة. هم - [00:02:14](#)

وزي ما قلت في الجلسة اللي فاتت احنا طالع لنا جيل دلوقتي عشان وصلنا لبلوتو وعلشان عندنا شوية آآ اختراعات هو فاكر انه مش هيجتاج لآ انت الحاجة عندك بل بالعكس كل ما لها بتزيد - [00:02:31](#)

طيب وده هنتكلم عليه بعد شوية يمكن في حدة التوقعات والمعقولات كوني محتاج تلقائيا بتألم الحاجة تلقائيا تؤدي الى اللام. مم. ليه ناخذ مثالين جسدي وروحي الجوع الجوع هو ايه - [00:02:43](#)

حاجة للطعم تعريفه تعريفه العلمي هو الم الم هو شعور بالالم طبعاً الجوع شعور بالالم. بس احنا بقى عشان السرف والتخمة اللي عندنا ما بقينا نش نستننى لحد ما نتألم. اه - [00:03:02](#)

احنا اول ما تيجي سيرة اللام والجوع عادة بنفتكر مين اللي في الصومال واللي في المجاعات. صح؟ صحيح. لكن في الحقيقة انا وانت بصراحة كده هل بنستننى لحد ما نتألم عشان ناكل - [00:03:15](#)

احنا بناكل عشان عايزين ناكل احنا بناكل عشان ندخل الوقت احنا بناكل عشان ما ينفعش نبقي قاعدين مع بعض ومن غير ما ناكل. مم. طيب انما في الحقيقة الجوع هو الم. العطش هو الم - [00:03:27](#)

اللام ده تلقائيا يقابله ايه لذة. مم ففي الم الجوع يقابله لذة ايه الاكل مسلاً. الشبع. الشبع. الشبع. عشان تحصل على لذة الشبع. انت

محتاج حاجة اسمها الغذاء. مم. واضح؟ في الم العطش يقابله - [00:03:38](#)

الارتواء. نعم. محتاج لها ايه؟ ماية. طيب او سائل بالمناسبة طالما جيت سيرة المية دراسة من سنوات في منظمة الصحة العالمية اكر من سبعين في المية من الناس لا تشرب الماء - [00:03:56](#)

هو اللي بيشرب ايه صودا ونسكافيه وقهوة ومش عارف ايه بيستغنوا تماما عن الماء. تصور؟ اه لانهم اعتادوا ان دايمما بيبقى فيه نكهة اه مع انه المية متوفرة وسهلة يصل الامر بنا اننا ما بقيناش ما بقيناش نقبل - [00:04:11](#)

المية. عشان ما فيهاش طعم. ما هو يا ابني الاصل انها ما بيقاش فيها طعم. مم. تصور الى اي درجة تمسخ الفطر والغرائز لدرجة انها تستبدل الذي هو ادنى بالذي هو خير. هم. طيب - [00:04:27](#)

يبقى ثاني الحاجة متعلقة بالمم وخذنا لها مثال ايه جسدي. نعم. اللي هو الجوع والعطش والكلام ده مثال روحي الحجر الانس مم اللي هي الوحشة مم. ده الم اللذة الانس - [00:04:41](#)

محتاج لها ايه؟ الناس اهي السوشيال ميديا بقى والمش عارف ايه والكلام ده والصحة الطيبة الى اخره حاجة اخرى حقت العلم مم المم بتاعها الجهل. ايوة. اللذة العلم محتاج لها ايه؟ قراءة وسعي الى اخره - [00:04:59](#)

حاجة الحرية المم بتاعها العبودية اللذة الحرية محتاج لها ايه؟ ان تسعى لتحرير نفسك والى اخره. نيحي على الحاجة الكبرى التأله مم. المم بتاعها ان تشعر بانك في بعد عن الله. اشعر بالوحدة مسلا. آآ مش الوحدة - [00:05:17](#)

حتة الغربية عن نفسك. مم. حنة انك انت مبقتش راضي عن نفسك. مم. ومع انك عندك كل حاجة لكن تشعر بانك مش راضي. ليه؟ مم. لانك فقدت الانس الحقيقي. نعم. بالله سبحانه وتعالى - [00:05:34](#)

تعالوا في مقابل ذلك لذة الايه؟ الناس بالله. هم. وده محتاج له ايه؟ قال لك تتواصل انك تصل انك تصلي. فمقابل كل الم فيه لذة الكلام ده لو فهمناه هنعرف الحياة بتمشي ازاي - [00:05:44](#)

هم ما الذي يوقظ الانسان من نومه صباحا دفع الم وطلبوا لجنة ازاي هو هو ايه اللي يخليه يسير السرير والدفا والمش عارف ايه ويقوم بيدفع الم ايه الم خشية الفقر ولقمة العيش. مم. وفوات اجر صلاة مسلا. ده في عالم وفي المقابل طلب لذة. اللي هي عكس كده. ايوة - [00:05:58](#)

انا بقول للناس في المحاضرات مسلا هو ايه اللي جايبكم تحضروا المحاضرة دي ندافعو على مطالب ولادنا دفع الم الجهل والمرض النفسي والمش عارف ايه ولذة العلم والصحة النفسية واضح. حاضر. ايه اللي مخليني انا وانت - [00:06:22](#)

نجلس الجلسات دي المفروض ان انا ابقى في رمضان قاعد مع مراتي وعيالي وانت قاعد مش عارف ايه. دفع وقلم وطلب. هتقول لي طب يا دكتور انا ممكن افهم دفع علمي وطلب لذتي. طب انت بتدفع علم ايه - [00:06:35](#)

صحيح. ايه رأيك؟ هسيب لك السؤال ده ما الذي يمكن ان ادفعه انا عن نفسي كالم المم انت ترى الناس حولك مش في صحة نفسية حاسس انهم بعيدين عنهم. يعني دي حنة متقدمة شوية ادتني في يعني انما لا حاجة اقل من كده. كلامك سليم. بس اديني -

[00:06:48](#)

دي حاجة يعني يعني يمكن اكثر اساسا من كده. بتشعر بالغبرة شوية وانت برضه متقدمة شوية. بص يا سيدي دفعة الم ان انا ما ليش بصمة في الوجود ده الم - [00:07:04](#)

ان انا ابقى شاعر ان انا ما عملتش اي حاجة ما قدمت للعلم اللي عندي وجودي زي عدمه مم. فاكر لما تكلمني عن الوجود والشخصية ده الم في مقابله لذة - [00:07:18](#)

لذة الوجود والبصمة في الحياة واننا مستخلف في الارض واننا ولذة ادخال السرور على قلب مسلم. هم. ولذة ان انا هنا بقى تيجي الحاجات اللي انت قلتها ان انا ادبت للناس علم ومش عارف ايه والكلام ده - [00:07:30](#)

في المقابل كل الم فيه لذة ايه المشكلة بقى ان كثير من الناس مش مش قابلين فكرة ان الدنيا تقوم على الاتنين المتقابلين دول. المم واللذة وده هيدخلنا لمعضلة الايه - [00:07:44](#)

الشر لماذا خلق الله الشر؟ ليه؟ مم. اصل كل شر هو عبارة عن الم يعني لاحز معزم اللي بيسألوا عن الشر هو ليه ربنا خد اه اه بابايا في مسلا في رابعة مسلا - [00:07:58](#)

هو ليه آ الولد الصغير بيتولد معه سرطان؟ هو ايه زنب الطفل في سوريا ان يقتل؟ دايماسئلة اللي متعلقة بالشر متعلقة بايه؟ هم. بالام لو الناس فقهوا ان الحياة لا تقوم الا على الم يقابله لذة - [00:08:13](#)

عايز تريحه. مم يفضل قاعدة لو اتفهمت انا ازن ان للجملة دي لو اتفهمت هنستريح الدنيا لا تخلو من الم يبقى على النفس ان تختار اي الم يستحق. هم وضحت؟ وضحت - [00:08:28](#)

كلنا نتألم انا في عندي صورة كده كنت طالها من الاخت مصممة كان نفسي تبقى موجودة بس اوريبها لك كده على اليمين واحد متختخ كده وتخين ومش عارف ايه وقاعد مسترخي ومعه ريموت وجنبه بقى بيتزا دليفري وجونك فود فاست فود دليفري وقاعد - [00:08:45](#)

مم. والصورة جمبيه واحد بيلعب رياضة لكن عرق ومش عارف ايه وتعبان وفوق اليمين مكتوب راحة تعب شمال تعب راحة مم. وصلت؟ اه وصلت اللي على اليمين فاكر نفسه انه مستريح لكن في الحقيقة متعب والكلام ده هيعرفه بعدين. هم. لما ما يعرفش يقضي حاجته - [00:09:03](#)

لغاية ما اتنين ثلاثة يشيلوه. انا جا لي واحد في العيادة لما اضطر يخش من الباب اضطر يخش في العرض اه ما يقدرش يخش كده. طيب اهو ده بيقول للتاني اللي بيلعب رياضة يا ابني ايه اللي انت عامله في نفسك ده؟ تريخ نفسك. يا ابني ما تريخ نفسك. التاني بقى يتفرج عليه وبيتسم بيقول له معلش خليك في اللي انت فيه. هم - [00:09:24](#)

اصل اللي هو فيه شوية تعب لكن مآله الى ايه؟ الى راحة حقيقية. لو الكلام ده اتفهم هنعرف يعني ايه ان كل تعب الدنيا لا يساوي شيه في لذة اخرة. مم. لا يساوي شيه. بل بل قبل لذته الاخيرة. لا انت دلوقتي - [00:09:45](#)

كل التعب ده حيروح لكن لازم نعرف انه لازم نعرف انه الالم ده سيقابله ولادنا. هم حخش في حاجة كده متعلقة بالالم واللذة مهمة جدا والظاهر انه حنة الحاجة والالم والولادة والطمانينة حتاخذ منا جلسة تانية فاستحملني شوية. اها - [00:10:02](#)

لما واحد يسأل سؤال زي هو ايه ذنب الطفل انه يتقتل في سوريا؟ ولا في مصر ولا في مش عارف ايه السؤال ده خطأ في ذاته ليه اللي بيسأل السؤال اه افترض فرضية من البداية خطأ. ان الطفل ينبغي ان يكون مذنبا علشان يتقتل - [00:10:20](#)

هو مين قال لك كده؟ مم هو مش احنا بنقول انا لله وانا اليه راجعون. اه. يبقى انا لله يعمل بقى اللي هو عايزه ياخدني بقى في حادثة مرورية في عربية في صاروخ بينزل على على بيت في فيروس بوسكنسر - [00:10:38](#)

اني لله يأخذني بالطريقة اللي هو عايزها مش انا بقى اللي هقول له لا يا رب معلش خدني بالطريقة اللي انا عايزها. ابقي تسعين سنة على فراش الموت. مم. يعني تستل روعي كده كالشعرة من - [00:10:53](#)

انا مش اله. انا عبد يفضل علي ازاى اتعامل مع السنن الكونية واتعامل مع النوازل النفسية بنوع من السكينة لما تنزل به. اما حنة ان انا اتخيل ان الحياة هي عبارة عن فيلم هوليوودي اللي هي بقى يدي اتولد الولد - [00:11:08](#)

ويبقى لزيز ومكلبز ونتصور معه وتيدي بير ومش عارف ايه ويكبر شوية ندخله وبعدين يكبر شوية يبقى مراهق ويقفل على نفسه المش عارف ايه ويخش خش بقى في في علاقة غرامية مع واحدة صاحبتة من غير ما نعرف هو مين قال ان هي دي مم. بتاعة الولد - [00:11:24](#)

مين قال؟ هوليوود وايه يعني من قال ان الولد لازم يعيش تسعين سنة مش يمكن يبقى مكتوب له انه يعيش سنتين وبس. صحيح ده هيخش بقى في حنة التسليم وبالتالي تصور لو الكلام ده احنا فاهمينه. انا مرة كنت بدي دورة تدريبية فبقول كده كنت انا في مدينة مراتي وعيالي في في مدينة تانية. فانا بقول - [00:11:42](#)

بكل بساطة كده بقول لو انا دلوقتي روت لو وربنا مد في الحياة كده وشفت بناتي بقى في سرايرهم وقبلتهم راحت واحدة رافعة ايديها كده قالت لي لحظة يا دكتور معلش ترجع شوية كده قلت لها ايه؟ قالت لي انت قلت ايه - [00:12:05](#)

قلت ان انا هروح. قالت لي لآ أنت قلت قلت لها اه قصدك ان انا قلت ان انا لو ربنا مد في الحياء؟ قالت لي اه هو انت متصور ان ربنا ما يمدش في الحياة - [00:12:19](#)

قلت لها هو انت متصورة؟ هم. انه لازم ربنا يمد في الحياة؟ ما هو ده طول الامل. اه. قالت لي وانت مستعد نفسيا قوي كده انك انت ممكن ما تشوفش يعني - [00:12:28](#)

آ مراتك وعلت؟ قلت لها طبعا بس ده موضوع صعب جدا صعب بس صح ما هو ما هو الرياضة اللي يقول لها قبل شوية صعبة. مم. الراجل اللي عمال بيتصب بعرق ما هو صعب بس هو الصح. وصاحبنا المتخم هو الغلط. طب انا اقدر ازاى يعني اوصل للمرحلة دي - [00:12:38](#)

ده هنتكلم عليه بقى في الداخلية والتحلية. اه. انما لازم اعرف انه طول الامل ده هو اللي تاعبني انا هقول لك حاجة ممكن تبقى صعبة شوية. لما مراتي آآ لما جات لنا مريم - [00:12:53](#)

قلت لها بصي كده على مريم شايفها ربنا هياخد امانته في اي لحزة مباشرة. قالت لي يا عبدالرحمن بس يعني على الاقل سيب اللحظة دي شوية قلت لها بالعكس علشان نستمتع بها في كل لحظة نتصور ان تفقد في اي لحظة - [00:13:07](#)

انما اللي احنا واقعين فيه ايه؟ هم ربنا يخليها لك تفرح بابها وتشوفها في الكوشة ومش عارف ايه. فنؤمن نفسنا بالسعادة بعد ثلاثين سنة. ومن ومن هنا لحد بعد ثلاثين سنة نكد كل يوم. تعالي يا بنتي المش عارف ايه - [00:13:23](#)

آآ جبت جبت المش عارف الشهادة بتاعتك والعلامات والدرجات ومش عارف ايه وسريرك يا جماعة اتبسطوا في حياتكم اليومية. ده احنا عندنا شعار اذا اصبحت فلا تنتظر المساء. هم. واذا امسييت فلا تنتظر الصباح. انا بالشعار ده بتبسط مع بناتي كل يوم -

[00:13:37](#)

وكل يوم متصور انه شمس بكرة مش هتطلع. مم. لو تأملنا الكلام ده هنعرف انه الحياة ممكن نسعد بها وما نخشش في حنة الشقاء حنة القلم واللدة دي محتاجين فلعلنا نكمل غدا لو اذنت ليه معلش. معلش - [00:13:55](#)

ان شاء الله بازن الله. نراك غدا على خير ونكمل في حنة الالم واللذة. وما يتعلق بالطمأنينة لانها بصراحة مهمة جدا. نراك على خير غدا ان شاء الله. اشكرك يا دكتور. اهلا وسهلا - [00:14:11](#)

[00:14:21](#) اهلا وسهلا -