

جلسات #مع_نفسي 72 ... قبول الضعف - كيف أقبل ضعفي؟

ولماذا؟ ولكنني أخشى التقاус واليأس إذا قبلت ضعفي؟

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا. اهلا وسهلا بحضرتك. اخر حاجة بقى كنا بنتكلم ايه فيها؟ احنا اتكلمنا المرة اللي فاتت عن قراءة النفس. قراءة خاصة. اها. وبعدين كان في سؤال في الآخر ما لحقناش ناخذه. اللي هو؟ اللي هو اه انا قرأت نفسي - 00:00:00
بس اكتشفت ان فيها بلاوي وعقد. اوكي الخطوة اللي بعد كده اعمل ايه طيب؟ طيب اول حاجة ودي هترجعنا للقراءة العامة. اه ان انت تعرف انك لست الها. مش احنا قلنا كده؟ هم. انا لست الله وانت لست الها - 00:00:30
يبقى طالما انا لست الها وانت لست الها يبقى من المتوقع ان انا لما ادور جوايا الاقي ايه كلاكيع. نعم. طيب فاكر لما قلنا لنفسه روح وجسد ايوة. طيب نيجي على الجسد - 00:00:45

الجلد اللي قدامك ده لو انا شلتله هل المنزr اللي تحتيه مقبول بالنسبة لك؟ لأ طبعا هي افلام الرعب قائمة على ايه؟ يشيلوا الجلد وبس. هم. تلاقي المنزr جوة مش مش لطيف طيب - 00:00:57
آآ لما الانسان لا قدر الله بيتبلى بحرق مم. ليه ليه المنزr ده بالنسبة لنا بشع لانه يري شيء في الداخل لا نريد ان نراه. ربنا ساترنا في الجلد ده. طيب - 00:01:10

وكذلك الروح. هم في عندنا حاجات جوانا في الحقيقة لو اطلعنا عليها سنرى ما لا يسر دى طبيعتنا نحن لسنا الله. اه. نحن بشر وده هيدخلني في موضوع مهم جدا وهو يمكن مصطلح كرناه. الله اعلم كم مرة لحد دلوقتى وهو قبول الضعف - 00:01:23
ان اقبل ابني مخلوق او مخلوقة لست كاملا لست مطلقا لست الها. اه. لست ملاكا. مم. يبقى اكيد لما انا قررت نفسى طلع انه عندي ضعف طلع ان انا عندي مسلا ضعف في الحنة الفلانية. آآ شهوة معينة غلت علي ذنب معين. تقصير في حنة معينة - 00:01:41
الخطورة بقى الا اقبل هذا الضعف. هم طب لو انا ما قبلتش ضعفي هيحصل ايه اخش في مصيبة الا وهي ابني اكره نفسى وابقى دايما عايز اه النفس دى يا رب يحرقها بقى واصفر العداد بتاعي من الاول ابقى يعني اه اه ملاك طاهر نقى - 00:02:01
اروح اغلط تاني فيكره نفسى فاتمنى بشيء من الخيالية ان انا ارجع تاني. طب يا حبيبي انت ده بعد كده بيوصل للاكتئاب وينتحر في الآخر. طبعا وارفض نفسى وابقى اقارن نفسى بالآخرين ومش عارف ايه - 00:02:21

واحدة من الحاجات فاكر كنا اتكلمنا عنها من المدخلات الميسئة للحكاية دي آآ الانمي والكرتون الياباني والكورى والمش عارف ايه والمانجا ومamanجا والمسلسلات والصورة الهوليودية الوهمية اللي توصلنى الى درجة ان انا اكره الواقع. هم. وابقى كاره حتى ان انا ابص في المراية - 00:02:34

مع انا الاصل والصورة دي وهمية. اه. طيب فيبقى ما المطلوب مني ان انا اقبل ضعفي؟ مم طيب من الطبيعي ان البعض يسأل يعني ايه قبول الضعف؟ هم يعني ايه ان انا اقبل ضعفي - 00:02:54

هل اقبل ضعفي معناها ان انا ارضي بهذا الضعف القبول ضد الرفض. نعم يعني وكلمة ان انا اقبل ضعفي معناها ان انا عارف انه النفس دى فيها ضعف - 00:03:09

فاحدها من من ايديها واساعدها. مم. واطبّع عليها. انما انا لو رفضت نفسى بداية هساعدها ازاي هاخد بایدها ازاي؟ هم. طيب يبقى باختصار المطلوب ان انا اقبل هذا الضعف على انه حقيقة. انا ما عنديش نفس تانية. ايه؟ هشتري نفسى مسلا من السوبر

اروح اؤجر نفسي تانية. مم. انا ما عنديش الا لنفسي دي يبقى اقبلها كما هي اللي قوي ازكيه والضعف اهذبه وهذا ما يجعلك انسانا. وفاكر لما قلنا ان كمالك في نقصك - 00:03:45

نعم يبقى انت جزء من نقصك ان تسعى لاتمام هذا النقص السؤال الذي يعني يطرح نفسه كما يقال طب انا لو قبلت ضعفي مش ده مداعاة ان انا اقبل بها على حالها ولا ازكيها ولا لأ - 00:04:00

لذلك انا اقول للناس لو لو عايز تقبل ضعفك في حاجتين لازم تفتكرهم دايما اولا انك احسن مخلوق المخلوق. احسن تقويم. مم لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم. يعني ايه احسن تقويم - 00:04:16

يعني سباتيك وفيت ومش عارف ايه؟ لا طبعا. هم. طب اللي بيتولد بثقب في القلب ساق مبتورة ولا انت مش احسن تقويم طب سياق الایات بيقول ايه لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم. الا ثم رددناه اسفل سافلين. الا الذين امنوا وعملوا الصالحات - 00:04:36

يبقى احسن تقويم هو الذي يستطيع ان يكون من الذين امنوا وعملوا الصالحات. هم. هو ده احسن تقويم ساعتها بقى مش احسن تقويم انك تبقي شبه باري مم. مش احسن تقويم انك تبقي فت وشبه الممسل الهوليودي الفلامي ولا البطل المش عارف ايه. مش احسن تقويم انك بقى شكلك ||| - 00:04:55

آآ اب آآ عيون مش عارف زرق وحضر لا مش احسن تقويم انك تبقي من الناس اللي شكلهم ولبسهم ده مش احسن تقويم احسن تقويم ان تكون من الذين امنوا وعملوا الصالحات - 00:05:15

قلنا هنفتكر حاجتين ان انا احسن تقويم وفي مقابل ذلك. هم ان انا ممكن اعمل حاجات ناقصة وغيري يكمelها ازاي ازاي البعض يريد ان يكون كامل من كل من كل الاطراف - 00:05:32

طب لو انت كامل في كل حاجة بقى انت تحتاج الناس في ايه خلاص ما كمش يعني لو انت كامل كنت هتقعد قدامي لأ. هم. لو انا كامل كنت هحتاج حد يجي علشان يكمل معی هذا الدور الذي اؤديه في الحياة؟ لا طبعا - 00:05:49

يبقى انا ناقص اكتمل بك وانت ناقص تكتمل به. مم. ودي حاجة انا بقولها للمرجعين في العيادة عشان اكسر الكبر اللي جواهم. بعضهم بيجي ببقي جاي كده وكأنه ايه اللي جابني هنا؟ اه. فعلى طول اروح قايل لي بص ربنا سخرني لك وسخرك لي. هم. فتحة سخرني لك - 00:06:05

هو ربنا قالها يعني. بالضبط احنا مسخرین. مم. طيب فاولا قبول الضعف علشان يعني عشان يفهمون انا عندي حاجتين ان انا احسن تقويم وان في غيري قد يكمل ما لدى - 00:06:25

وعشان كده في نصوص معينة قرآنية نبوية انصح ان الناس ياخدوها كده ولله المثل الاعلى ولكلامه عشان يفهموا قبول الضعف. اولا لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم. اتنين كرمنا بني ادم. هم. ثلاثة اهو انت احسن تقويم ومكرم - 00:06:38

بس لا يكلف الله نفسا الا وسعها. هم. لانه احنا لما نكلف انفسنا فوق طاقتنا وبنغلط لا نطيق انفسنا. مم. ولا نقبلها بس دي مشكلتك انت. ربنا ما امرکش بکده. ايوة - 00:06:57

اربعة لا يكلف الله نفسها الا ما اتهاها. هم. يبقى انت اوتيت فاضل بس تعرف ايه اللي اوتيته عشان نعم. تشتل خمسة قد افلح من زكاها مم. عشان ما تقولش اهو الدكتور بيقول لك قبول الضعف. اه بس فيه تزكية. هم. انت تقبل ضعفك وتسعى لتزكية هذا الضعف. نعم. انما ما ينفعش تقول علشان - 00:07:10

انا بقى ضعيف وربنا خلقني ضعيف بقى انا افضل على هذا الضعف. لا طبعا. هذا غير مقبول غير كده بقى افتكر لو لم تذنبوا لاتيت بقوم يذنبون فيستغفرون. هم. فاغفر لهم - 00:07:31

يعني انت جزء من الباكيdig بتاعك انك بتغلط. نعم كل ميسر لما خلق له حد هي عمل حاجة انت هتعمل حاجة تانية. مم. انا هنا هجيب نص لشخص عامل يعني يعني مش الكل يتفق عليه وهو سيد قطب رحمه الله - 00:07:45

في كتيب صغير انصح الكل ان يقتنيه اسمه افراح الروح بيtalk في حاجة جميلة جدا بيقول لك ايه يقول لم اعد افزع من الموت

حتى لو جاء اللحظة لقد اخذت في هذه الحياة كثيراً اعني لقد اعطيت - 00:08:01

بص المعنى لقد اخذت في هذه الحياة كثيراً اعني لقد اعطيت. لست اعني ان احدا قد اعطى لي شيئاً لكن فرحتي بما اعطيت لم تكن اقل من فرحة الذين اخذوا - 00:08:15

اه طبعاً هو بفسرها بكلمة تانية بيقول لك احياناً تصعب التفرقة بين الاخذ والعطاء لانهما يعطيان مدلولاً واحداً في عالم الروح في عالم المادة لو انا اديتك حاجة مسلاً في ايديا وانت خدتها في عالم المادة انت سلبتي شيئاً لازم تحط حاجة في مكانها. صحيح. لكن في عالم الروح مجرد ان انا مديت ايدي لك - 00:08:27

خدتها مخدتهاش شكرتني ما شكرتنيش شتمتني. مم. انا من اول ما مديت ايدي في عالم الروح انا خدت الاجر. نعم نكمل بقى قال ايه شف قبول النفس لم اعد افزع من الموت ابداً حتى لو جاء اللحظة - 00:08:47

لقد عملت بقدر ما آآهناك اشياء كثيرة اود ان اعملها لو مددلي في الحياة. هم. لكن الحسرة لن تأكل قلبي اذا لم استطع. بص قبول النفس ان اخرين سوف يقومون بها. هم - 00:09:03

انها لن لن تموت اذا كانت صالحة للبقاء. لأن العناية التي تلحظ هذا الوجود لن تدع فكرة صالحة تموت. هم راجل زي ده ازاي ممكن تخليه او تخدش قبوله لنفسه - 00:09:16

ragelقابل نفسه للدرجة ينهي الكلام كله لم اعد افزع من الموت حتى لو جاء اللحظة لقد عملت بقدر ما كنت مستطاعاً ان اعمل اما غلطاتي فانا نادم عليها واكلوا امرها - 00:09:32

الى ربى غاية في القبول غاية اهو الرجل طبعاً وده رد على الناس اللي بيقول لك قبول الضعف ان انا ما اشتغلش طب ما هو اللي بيقول الكلام ده ترك مؤلفات وترك ارت وترك - 00:09:47

ده كان في في زنزانة متر في مترونض وطلع منها في ضلال القرآن. مم فما فييش حجة لبني ادم ابن تيمية في قلعة دمشق يحبس. فتخرج مجموع الفتاوى. طيب وغيرها وغيرها وغيرها - 00:09:58

ما ينفعش تقول عشان انا قبل ضعفي يبقى اقبلها على حالها فلا ازكيها. يعني قبول الضعف لا يعني الموافقة عليه. لا يعني الموافقة على الضعف. اه. بل يعني ان انا - 00:10:12

فاهم نفسى وعارف ان هو ده الباكدةج بتاعها فللازم اقبلها كما هي. طب انا لو مش لو قبلت ضعفي هيبقى عندي نوع من انواع اليأس عندي قنوط من ان انا انسان ضعيف. الكلام ده سليم في حالة واحدة. انه معاييرك بتاخدها منين - 00:10:21

من الاخرين. اه. لكن لما تبقى معاييرك واخدتها من اللي بيقول عنك احسن تقويم. هيبقى ايه الفرق؟ هيبقى اللي خلقك يقول انا اقابلك زي ما انت. اه. تعال لي زي ما انت. ولذلك انا اقول لاصحاب وهم الكمال اللي عندهم وهم الكمال وعايزين كل حاجة تبقى - 00:10:35

والكلام ده. هم. بقول لهم جملة اقبل على عتبات رحمته وتمرغ بنقصك مم ربنا بيقول لك تعال بس انا اقابلك زي ما انت المشكلة فينا احنا بقى اللي عندنا الكبر الخفي ده. اه. لأن انا مش عايز اجي لك زي غيري - 00:10:51

انا عايز اجي لك باعمالي. لجنة الرحمة دي للمتخلفين الفساق. انما انا لازم اجي لك اكمل لا يا حبيبي لا يا حبيبي انت ستائي بأفضل اعمالك وستحتاج الى رحمتك. طب ايه اللي ما يخليش الانسان يقبل ضعفه - 00:11:06

اكثر من حاجة للاسف التربية طيب. تعال يا ولد انت خدت كم النهاردة تسعة واربعين تسعة واربعين من خمسين يا فاشل هي تسعة واربعين ربنا يا ماما ده انا مش عارف ايه - 00:11:21

التربية التي تعود الناس على الا يقبل الا الكمال. طيب والاهالي بيقعوا في الفخ ده احياناً هو كلامه يعني شيء لكن وشه يعني شيء اخر. مم. خلاص خلاص يلا ما خلاص مش مشكلة يا حبيبي خلاص برافو - 00:11:33

برافو ايه ده! ده ده باین من شكلك انك كارهني النهاردة. يعني فاولاً عدم قبول الضعف من الاهل. هم. المقارنة دائمًا بالقصص الوهمية اه للاسف بعض الدعاة الجدد وحكاية ستيف جوبز وبيل جيتس ومش عارف ايه. ده كلام يدعوه الى وهم الكمال. وما بنعرفش ان

حقائق هؤلاء ان حياتهم فيها كثير من الضعف. اه. طيب - 00:11:46
من الحاجات اللي تدعو الى وهم الكمال للاسف الاستثناء في القصص الوعظية. وكان فلان يقوم الليل بر克عة واحدة. وكان يقرأ يختتم القرآن يا حبيبي شوية شوية ده احنا يا دوب عندنا شباب يدوب بتصلب ومحافزة على ورد يومي وركعة وتر. فكترة القصص الوعظية دي قد توقعه في وهم الكمال - 00:12:05

فلا يعود يرى جاني مراحل من الشباب يقول لي يا دكتور انا مش كويس. ليه انا مش عارف اكمل الورد اليومي. بطولة الورد اليومي عندك قد ايه؟ قال لي جزء. اه. قلت له ليه يا ابني؟ ليه يا ابني؟ صفحة واحدة خير وبركة يعني. لا معقول اه معقوله - 00:12:25
معقوله ايه المشكلة يعني؟ انا عندي انك انت بيقى عندك صفحة واحدة ولا ان تنقل نفسك مرة في جزء وتلات ايام ما تقراش ولا حاجة. ادومها وان قل. بس ده مش دعوة للناس ان هم - 00:12:40
يعصوا يعني ويقدعوا خلاص. ادومها وان قل احنا قلنا ادومها وان قل. وبالمناسبة في جملة كده معروفة اللي هي مصدق لادومها والقلب. هم. الاجانب بيقول لك مم. سهل جدا انك تجيب الايه - 00:12:51
بس الصعب آآ جدا انك انت تفضل محافظ على الايه دي. مم. احنا دايما عندنا ايه يا اما النهاردة اقرأ القرآن كله واختتمه في يوم واحد يا اما بكرة وبعده وبعده ما قراش ولا حاجة. اجرمهها وان قل. طب دكتور احنا قررنا كتير كلمة آآ وهم الكمال. اه. ايه المقصود بوهم الكمال؟ وهم الكمال ان انا اتوهم - 00:13:08

ان انا انسان غير ناقص لا يصدر مني خطأ لا اخطئ لا اتعذر آآ لا يصدر مني ما يدل على اني آآ احتاج الى غيري وعندي شيء من الكبر الخفي ان انا ما احتاجش غيري. انا انا بين قوسين سوبر مان - 00:13:27
ده وهم الكمال وده للاسفرأيت كثير من الناس يسوفون اعمالا لا يصدر كتاب لا يخرج بحلقة فضائية لانه عايز المسائل تبقى دايما ودايما بياجلها بياجلها لدرجة انه في الآخر ما بيطلعش حاجة. مم. كما قال احدهم كنت كلما اردت ان اصدر كتابي هذا قلت لعله يكون في غد افضل. فعلمت فعلمته انه - 00:13:44
ولن يخرج للناس فاخذ كتابه واصبح من الكتب العمدة في في المكتبة. اه طب دكتور هل عدم قبول الضعف هل يعتبر نوع من انواع الكبر طبعا لان انا ما بقبلش ضعفي وكأن انا بقول مش انا اللي احتاج لغيري. مم. هو ايه تعريف الكبر؟ بتر الحق وغمط الناس. نعم - 00:14:05

بشوف نفسي ان انا ما بحتاجش لغيري حصل معي موقف انا ومراتي لما كنا راجعين من امريكا كنت كل راجعين بنعزل كل حاجة. اه وبنحاول نوزعها فقلت لمراتي آآ خلاص تعالى نطلع كل حاجة للمركز الاسلامي اللي جنبنا. قالت لي طب ايه رأيك نخلي على الاقل آآ كرسي الطعام وكرسي العربية عشان البنات قلت لها لأ حتى - 00:14:23
هناقي حاجات كتيرة يعني فكتبت على الفيسبوك ايام ما كان عندي فيسبوك انه يا جماعة احنا جايين ولو حد عنده حاجة فورا يروح ايه قلت لها ايه في ايه؟ قالت لي انت هتطلب من الناس اللي لو عنده لو حد عنده حاجة - 00:14:43
مش عايزها قلت لها هو ايه المشكلة كعبدالرحمن بقى طبيب وطبيبة يقدعوا قلت لها ايوا ايه المشكلة بقى؟ هم. ايه المشكلة البرستيج بتاعنا يعني امال فين اعادة التدوير والمتش عارف ايه - 00:14:55

وج Zahah الله خير طبعا ساعتها قلت لها خدي بالك من الكبر الخفي مم. اول ما قلت كلمة الكبر الخفي ج Zahah الله خير قالت لي لأ كمل. مم. كتبت وصلنا البلد ثاني يوم كان عندنا اربع كراسى مقاعد آآ يعني طعام اربع كراسى - 00:15:10
والناس اللي جابوها قالوا لي يا دكتور شكرنا انك طلبتها والله موجودة عندنا وجديدة وفي منها لسه التاج بتاعها فيها ما حدش بيستخدمها. هم. وبناء على الفكرة دي عارف حصل ايه؟ اه. جمعية عندها - 00:15:25

عملت اعادة تدوير ولسه شغالة الناس بتحط الحاجة فيها ايه اللي حصل؟ ان انا كسرت الكبر اللي جوايا. هم. ما عنديش اي مشكلة ان انا آآ استخدم حاجة عندك. هل في عندي مانع؟ هل في عندي حاجة مادية ان انا انزل انا ومراتي نشتري حاجة جديدة؟ لأ طبعا - 00:15:35

مم. بس ما فيش اي مشكلة ان انا استخدم حاجة غيري استخدمها. مم. دي حنة من الكبر الخفي طبعا. طب دكتور اانا دلوقتي قبلت ضعفي ايه الخطوة اللي بعد كده - 00:15:50

الخطوة اللي بعد كده اللي هي تقدير النفس بالتخلية والتحلية. ودي اللي علينا يعني نتكلم عنها في الجلسة القادمة. بس يا ريت تفكري في الجلسة القادمة. اديك مسال من امسلة الصحابة على قبول الضعف. انا يعجبني انك تسمعه مني ان شاء الله. طيب ان شاء الله. شكرنا يا دكتور. نراك على خير. اهلا وسهلا - 00:16:01 - 00:16:21