

# حزنك وهم | خوفك وإحباطك وهم | فشلك وهم | بينك وبين الفرج خطوة | د. حازم شومان

حازم شومان

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. اخواني واخواتي في في المستشفى جت حالة آآ واحد عنده كورونا. الاشعة اتعملت صدره يعني نسال الله العافية رئة مدمرة يا جماعة. مدمرة انت حاسس بحاجة؟ لأ خالص. نفسك اخباره ايه؟ زي الفل. بعد يومين - [00:00:00](#) اشاعة صعبة جدا صدره زي الفل النفس زي فيعني اتكتب له بقى عظيم فخد خد يعني قال انا مش هقدر اجيب العلاج ده. جه في علاج مهم جدا. ليه؟ ما عيش فلوس. ما عكش فلوس تجيب ازاي - [00:00:20](#)

سجدة مهم جدا بالنسبة لك. ما عيش فلوس اجيبه. يبجي بعدها الاشعة زي الاشعة صعبة جدا. طب حالة نفسك ايه؟ زي الفل وبقى زي الفل اللهم لك الحمد سبحان الله العظيم عجب الله من قنوط عباده اكنتاب وهم وقلق وقرب غيره. الفرج جاي. الفرج بينك وبينه خطوة. انت كل خوفك وهم - [00:00:35](#)

تخوفك كله بسبب اوهام. حزنك كله بسبب اوهام. قلقك وتوترك ورعبك وفزعك وهلعك بسبب اوهام. احساسك بالفشل واحساسك بالاحباط كل ده بسبب اوهام. انت عايشة في وهم. انت محطم نفسيتك ومحطم حياتك بسبب بكرة اللي انت خايف منه انت ما عندكش اي معلومة عنده. انت ما عندكش اي معلومة عن - [00:00:55](#)

بالك ولا مستقبل ولادك ولا مستقبل اي حاجة في الدنيا. انت ما عندكش معلومة عن بكرة. انت لا تعرفي اجلك ولا تعرفي رزقك. كل مخاوفك مخاوف من اوهام مخاوف من تصورات مش هتحصل ولا حصلت. ان ربا كفاك بالامس ما كان سيكفيك في غد ما يكون. نامت عيون وباتت عيون - [00:01:15](#)

في امور تكون او لا تكون ان ربا كفاك بالامس ما كان سيكفيك في غد ما يكون. انت لا تعلم شيه ولا تقدر على شيه ولا ولا تملك اي شيه في اي شيه. يا جماعة ربنا بيقول وعنده مفاتيح الغيب. الغيب ده زي الخزن له مفاتيح عند ربنا بس - [00:01:35](#) لانها اخطر معلومات في حياتك عند ربنا بس. ويعلم ما في البر والبحر. كنت ماشي مع واحد صاحبي النهاردة كنا في جلسة تدبر خلوية كده. فشعاع الشمس جاي على ايدي. قلت له - [00:01:55](#)

انت عارف شعاع الشمس ده وصل لنا من الشمس في قد ايه؟ يعني تمان دقائق قلت له لأ ده الشعاع ده الفتونات بتطلع من قلب الشمس اما بتوصل اطار في الشمس بتاخذ ميت الف سنة. قلت له شعاع الشمس اللي بينور جلدك ده هو ربنا بيرتبه لك من مية الف سنة. المحيطات - [00:02:05](#)

فيها نقط خضرا كده نقط خضرا ما بتتشافش اصلا نباتات كده. النباتات دي العلماء بيقولوا بتطلع خمسين في المية من اكسجين الارض. يعني بيقولوا المفروض كل البشر بيقولوا النيل للنباتات الخضراء الدقيقة دي. انت النفس اللي بتتنفسه مش في ايديك. ولا انت مرتبه ولا انت عارف هو جا لك ازاي. ولا نور الشمس اللي بينور لك - [00:02:25](#)

انت انت قلقان ليه؟ عجب الله من قنوت عباده قاعدة حاطة ايديك على خدك وقاعدة تحسبها وتضربي اخماس في قزاز وقرب غياب والتغيير جاي والامل في الله سبحانه وتعالى كبير. عشان كده يا شباب يعني قلت لك بينك وبين الفرج خطوة. بينك وبين الفرج خطوة بقى تقول ايوة طيب خلاص - [00:02:45](#)

يعني بكرة فيه خبر حلو هسمعه. يعني فيه حاجة هتحصل بجد والباب المقفول هيتفتح. حبيب قلبي الخطوة دي جواك. اوعى تفكر

ان الخطوة دي براك انت عايشة في الدنيا. كده كده انت عايشة في الدنيا. ابتلاء واحد بس من ابتلاءات النبي عليه الصلاة والسلام اللي بتوليها. لو حصلت لك في حياتك حياتك كلها تتحطم. ابتلاء واحد لو حصل لاي حد - [00:03:05](#)

مننا حياته تتحطم. والنبي عليه الصلاة والسلام كان بينام وقلبه مع الله. وعايش سعيد عليه الصلاة والسلام وفرحان ليه؟ القصة مش انك انت في ابتلاء لان دي دار ابتلاء اصلا ولا هنفكر في الجنة ليه؟ وهنطمع في الجنة ليه؟ القصة في تفاعلك انت مع الابتلاء. تخيل النبي عليه الصلاة والسلام قاعد في بيت فيه ثلاث بنات مطلقة - [00:03:25](#)

تخيل واحد بناته الثلاثة مطلقات. طب هيعملوا ايه؟ طب لو مت هيروحوا فين؟ طب هياكلوا منين؟ طب هيشغلوا ايه؟ واحدة زي السيدة زينب بس طلقت. اتطلقت كده الست يعني فرق بينها وبين زوجها يعني لانه كان كافر. وبعد كده ست سنين مريضة بالضبط امراض مزمنة في الجراح ضلوعها لما الهبار ابن الاسود وقعها من - [00:03:45](#)

بتحاول تهاجر للنبي عليه الصلاة والسلام. فضلت مريضة بالجراح وكسر في الضلوع. انت متخيل اب شايف بنته قدامه. وبعد كده ماتت. رضي الله عنها وارضاهها. انت متخيل انت بقى لو انت مكان النبي عليه الصلاة والسلام مش لاقى تاكل اصلا. ما فيش اكل اصلا. ما فيش اكل. يعني نايم عشرين سنة جعان. ما فيش حاجة اسمها عشاء. يعني انت حلمك انك لاقى فطار - [00:04:05](#)

او تلاقي غدا. انت متخيل انت الله سبحانه وتعالى انت قلقان ليه؟ وخايف ليه؟ وشايل هم الدنيا ليه؟ هنهديك حاجة اسمها الروشتة الذهبية. خمس حاجات خمس حاجات هم دول الخطوة اللي جواك اللي ربنا هيفرح قلبك بسببها. دي الخطوة اللي بينك وبين الفرج. الخطوة الاولانية في الروشتة الذهبية حسن الظن في الله - [00:04:25](#)

حسن الزن في الله انا لو ماشي جنب ابويا وابويا في جيبه مليون جنيه وانا ما فيش في جيبى ولا شلن. انا هابقى فرحان وبالطبل لابويا قال له يمكن يسيبني. لا يمكن ابويا يتخلى عني مستحيل - [00:04:45](#)

واحد يقول لي طب افرض ابوك باعك! يا ابني مستحيل! يعني ايه ابويا باني! يعني انت ابوك ده قطرة! قطرة اقسام بالله ما يبجي قطرة في بحار حنان الله عليك - [00:04:55](#)

انت امك دا هي والله ما تبجي قطرة في بحار حنان الله عليك. والا قارن نعمة امك بنعمة الجنة. الجنة يعني نعم الدنيا دي كلها ايه في الجنة اصلا اصلا كلها ام واب بالدنيا باللي فيها. انت انت ربنا سبحانه وتعالى ما تبصش لى في جيبك. اوعى مودك ومزاجك يبقى بناء على اللي في جيبك كم - [00:05:05](#)

ولا يبقى بناء على اللي حواليك مين ولا يبقى بناء على اللي معك ايه ولا يبقى بناء على شحن رصيدك ايه ولا رصيد البنك ايه ولا شهادتك ايه ولا كليتك ايه - [00:05:25](#)

ولا السي في اوعى تتوكل على السي في بتاعك. اوعى تتوكل على اللي في جيبك. اوعى تتوكل على موديل عربيتك. اوعى تتوكل على اللي حواليك. اوعى تقوى قلبك اوعى اتوكل على شهادتك. اوعى تتوكل على الدكتوراه ولا الماجستير ولا الزمالة ولا البورد الامريكي. اوعى تتوكل على حاجة. اوعى تفتكر ان الوظيفة اللي انت ما عرفتش تجيبها كانت هي سعادتك - [00:05:35](#)

وربنا حرمك منها. اوعى تفتكري ان مجموع السانوية العامة اللي انت ما جبتوش كان هو اللي هيبقى فيه جوازك وسعادتك ورفعتك. اوعى تفتكر ان ان الانترفيو اللي انت انت فشلت فيها؟ كانت هي الخير لك وربنا منع الخير عنك اوعى تسيء الزن بالله. اوعى تفتكر ان في اي حاجة راحت منك اوعى تفتكر ان حلمك اللي راح اوعى تفتكر - [00:05:55](#)

وطموحاتك اللي ما عرفتش تحققها كان فيها نجاحك وسعادتك. وربنا ما ادكش نجاحك وسعادتك. اوعى تفتكر ده. اوعى تياسي من روح الله في الظن في الله خير يقينا خير واللي جاي كله خير. رقم اثنين الرضا. الرضا باختصار يا جماعة. يعني لو خد منك حاجة شف اداك مليون حاجة. ده - [00:06:15](#)

احنا غرقانين في كرمه والله العظيم. غرقانين في كرمه. نعمة باس نعمة نعمة عينيك اللي بتبص على الموبايل بها الوقتي. نعمل نعم لا تعد ولا تحصى وربنا غرقك نعم. رقم ثلاثة التسليم يبقى حسن الظن في الله. الرضا رقم ثلاثة التسليم. التسليم ده هي لا في ايدي ولا في ايديك ولا في - [00:06:35](#)

ايد حد يا في ايده لوحده. في ايده الكون ده في ايده لوحده. ارادة الله ستنتصر على كل ارادة. والله غالب على امره ولكن اكثر الناس لا يعلمون. بعض المفسرين قالوا على امر اي على امر يوسف. يعني ربنا مش هيسيب حد يازي يوسف ابدأ. ربنا هيغلب كل ارادة شر ارادة - [00:06:55](#)

يوسف شر سبحان الله! التسليم سلمي له. سلمي له رقم اربعة الصفاء. الصفاء ده انك تبقى واقف بتصلي ركعتين كده وقلبك في السما. تعرفي تصلي جسمك في الارض وقلبك في السما. الصفاء من صفى صفى له. سيب الدنيا باللي فيها بقى. سيب البشر كل دول خالات مآة. كل اللي معديين دول خيالات مآة. كل - [00:07:15](#)

اللي حوايك ده خيالات مآة. والله ما حد عارف حاجة. بكرة اللي انت مرعوبة منه ده انت ما عندكيش اي معلومة عنه. ولا تملكي اي شيه فيه. ولا اي شيه من مقدراته لك اي - [00:07:35](#)

سيطرة على مين اللي فيه. قلقانة من ايه؟ وخايفة من ايه؟ الصفاء. كل اللي تحت دخلات ماتت كلها فوق. كلها عند الله رقم خمسة الصبر. الصبر مفتاح الفرج. ما فيش باب مغلق ما بيتفتحش مع الصبر. ما فيش. الصبر اعظم مفتاح في الحياة كلها - [00:07:45](#)  
حسن الظن في الله الرضا التسليم الصبر الصفاء مع الله سبحانه وتعالى. ان الايات اللي بتزهن القلب في القرآن او كالذي مر على قرية وهي خاوية على عروشها معدي على القدس لا خرابة. خرابة خلاص قال انى يحيي هذه الله هذه - [00:08:05](#)

مفعول بهذه اللي هي الارض. مفعول به الله فاعل. فبص للمفعول به قبل الفاعل. ضاع. اللي ضيعه انه بص للمفعول من قبل المفعول بالارض والفاعل الله. خل قلبك مع الفاعل مش قلبك مع المفعول به. اوعى الترتيب يبقى عندك غلط. هو الترتيب كان عنده غلط. بص للمفعول بان يحيي هذه هذه اللي هي الارض المفعولة - [00:08:25](#)

الله بعد موتها. الله اخر الفاعل. اللي هياخر ربنا في تصوره وفي فهمه هيضيع كل حاجة. معايبك دي مش هي ايه الدنيا؟ الدنيا ماشية بمعايير تانية عند ربنا سبحانه وتعالى. اعتباراتك دي مش هي اللي ممشياه الحياة. النجاح حاجة والفاحة حاجة دي من اكبر الخبرات اللي الواحد خرج بها في الحياة. ممكن - [00:08:45](#)

انسان ناجح وما فيش فتح. طب ازاي؟ دكتور واستاز في الجامعة وقال له ما فيش فيها عيان واحد. وممكن واحد عنده فتح رهيب وما فيش نجاح اصلا ان هو ما عهوش - [00:09:05](#)

اصلا وعنده اموال وعنده ازاي يا رب وسعيد ومزاجه سبحانه النهاردة شفت واحد كنت انا واخ من اخواني ساعة جلسة تنمر واحد على عربية قعد ينقي الحاجات من الزباله بيحبوا الكراتين كده ويبيعوها الراجل اقسام بالله لو واخذ استغفر الله العظيم لو شارب مخدرات ما هيبقى مزاجه جميل - [00:09:15](#)

كده فقلت له سبحان الله! شاف الراجل ده مزاجه حلو ازاي! وواحد معه ملايين ومزاجهم مهيب! استغفر الله العزيم واتوب اليه. قال انى يحيي هذه الله بعد موته اما ان دي كلمة اغضبت الله سبحانه وتعالى. ما هو ان ديت يعني ازاي؟ طب تيجي ازاي بقى؟ خربت. تتصلح ازاي؟ الاكتئاب جه. التوتر جه. التاكسي جت. الهلع الفزع - [00:09:35](#)

قل الاحباط الحزن الاحساس بالفشل الاحساس بانعدام القيمة كل حاجة ضاعت. اما يحيي هذه الله بعد موتها فاماته الله. موت موت بقى واصحى وشف انا عملت ايه من غيرك. انت فاكرك انها كانت ماشية بك؟ انتم فكركم ان انتم اللي هتنصروا الاسلام في الارض. انتم فكركم ان انتم اللي هتنصروا دين الله وهترفوا دين الله في الارض. انتم في - [00:09:55](#)

فيكم ايه؟ انتم فين انت انت مفكر انها بك اصلا ولا ربنا مستنيك ولا الاسلام مستنيك ولا يا جماعة احنا كل اللي احنا بنعمله من دعوة ومن عبادة بنتزلف الى - [00:10:15](#)

رضا الله. طلاب جنة. طلاب فردوس اعلى. بس هو ده اللي احنا ما سوى ذلك ربنا قدره غالب على كل قدرة على وجه الارض. قال انى يحيي الله بعد موتها فاماته الله. مت انت بقى تموت. لانك انت مش هتعرف تعمل حاجة. الاحباط واليأس وان دي مش نافعة.

واصحى بقى شف انا عملت ايه في فلسطين ورجع - [00:10:25](#)

عمار ازاي؟ وحررتها من الاعداء اعداء الدين ازاي؟ اماته الله مائة عام. دفع ميت سنة من عمره عشان يفهم. دفع ميت سنة من عمر

امرق عشان يعرف الترتيب الصح. يا ترى هتدفعي قد ايه من عمرك على ما تفهمي. يا ترى اعلم ان الله على كل شيء قدير -

[00:10:45](#)

في ناس ما قالتهاش غير بعد ما ماتت. هو دفع ميت سنة من عمره عشان يفهم الترتيب الصح. ويفهم ان ربنا الاول. ويفهم انه يحسن

[00:11:05](#) - والظن بالله. ويفهم انه يبص في

فوق للفاعل قبل ما يبص للمفعول به اللي ما لوش اي قيمة في معادلة التغيير الحقيقية. يا ترى هتفهم امتي؟ يا ترى هتفضلي قد ايه

[00:11:15](#) في الهم اللي انت فيه -

على ما تفهمنيش ان كل حاجة في ايد الفاعل اللي هو الله وعدم الترتيب يتصلح. جوة قلوبنا اسم من اسماء الله سبحانه وتعالى. ناس

كثير مش اقول ما بتحبوش يعني استغفر الله العظيم. هي مش عارفة عنه حاجة. فممك تتقفل لما تسمعه في حين ان هو من اجمل

[00:11:25](#) اسماء اللي قالت تسعد القلب. اسم الله المانع. المانع بيمنع -

الخير لآ يا حبيبي ده بيحملك من نفسك. شفت صورة طيرت عقلي. صورة مزهلة. سمكة كبيرة. فجت سمكة صغيرة قامت بالعة

السمكة صغيرة فالسمكة الصغيرة بقت نصها في بق السمكة الكبيرة. في نفس اللحظة تمساح متربص بالسمكة الكبيرة. والسمكة

[00:11:45](#) الصغيرة بقت نصها تحت انياب -

الكبيرة التمساح انبالح السمكة الكبيرة. فبقى التمساح جوة بقه السمكة الكبيرة والسمكة الكبيرة جوة وبقها نص السمكة الصغيرة.

سبحان الله! السمكة الكبيرة طبعاً ما عادتش هتقدر تجيب السمكة الصغيرة هترميها من بقها. يعني انت تخيل نفسك انت السمكة

[00:12:05](#) الصغيرة وفيه عدو اللي هو -

السمكة الكبيرة تسلط عليك وحطك تحت انيابه. وانت بتتهيا لك انك ضعت وربنا بيرتب لنجاتك انه هيبعت عدو اكبر على العدوك اللي

عايز يمزقك ده بيتلع عدوك. سق في الله للحزة الاخيرة. لحد امتي هتفضل واسق؟ لحد امتي هتفضلي مطمئة؟ لحد امتي هتفضل

[00:12:25](#) معتصم -

ان يعتصم بالله فقد هدي الى صراط مستقيم. مش هو من يعتصم بالله فسيهدى فقد هدي. ومن يعتصم بالله يعني ايه؟ ارفعي ايدك

[00:12:45](#) يا رب يا رب صفيها. قولي يا رب بصفاء. صلي ركعتين بصفاء بحسن زن. قلت لكم الروشتة الزابية -

حسن الظن في الله. التسليم الرضا الصبر الصفاء مع الله. سبحانه وتعالى. ده اسم الله المانع. اللي بيمنع عنك مصايب وانت ما انتاش

داري. النبي عليه الصلاة والسلام كان في شعب ابي طالب الصحابة بيبكم. بيبكوا من الخنقة بتاعة الشعب. وفي نفس اللحظة في

[00:13:05](#) المدينة المنورة -

حرب معاذ اتقتل كل صناديد الكفر في المدينة. في يسرب اللي زي ابو جهل وابو لهب كده. يعني سبحانه الله ان مع العسر يسرا. ان مع

العسر اصرف نفس اللحظة اللي اتولد فيها اليسر اتولد فيها. بس اليسر بياخد وقت عما يبجي عشان مولود قوي. عشان لما بيطلع

[00:13:25](#) بيستمر. فالتنين اتولدوا في نفس اللحظة ما تقلقيش -

النبي في شعب ابي طالب ربنا بيرتب له المدينة المنورة. تخيلي بقى لو انت عارفة كده. انك في اللحظة دي اليسر اتولد خلاص. الفرج

اتولد خلاص. بينك وبين خطوة بينك وبين الاطمئنان والسكينة خطوة واحدة بس. بس تقدري تاخديها. الخطوة دي جواك. وساعتها

[00:13:45](#) هتلاقي ربنا غير -

اكثر معاملته معك سبحانه وتعالى النجاح حاجة والفاحة حاجة. كل المعايير اللي انت فاكر ان الدنيا ماشية بها ومسببة لك احباط لان

تلات اربع بتاعة قوانين الدنيا اللي انت فاكر ان النجاح والسعادة ماشيين بها. مش في ايديك. كل المعايير اللي انت حاططها دي غلط.

[00:14:05](#) المعايير بتاعتك مش هي المعايير اللي -

ربنا القوانين بتاعتك اللي انت فاكر ان الدنيا ماشية فيها. مش هي القوانين اللي ربنا ماشي بها الدنيا. ما تقلقش ما تزعليش ما

تحبطش. ما ما اتقلقش كل حاجة عند الله وان من شيه الا عندنا خزائنه وان من شيه اي حاجة جواز فرح شهادة - [00:14:25](#)

وان من شيه الا عندنا خزائنه كله من اوله لاخره. ما فيش حد بيملك اي حاجة الا الله سبحانه وتعالى حزنك انت حزين عشان او هام

وخايف من اوهام وقلقان من اوهام ومحبط من اوهام وبينك وبين الفرغ خطوة. الخطوة دي جواك جوة قلبك جوة نفسيتك. تقدري  
تعملي - [00:14:45](#)

يلا قم الوقتي قم الوقتي اتوضا قم الوقت اتوضي وصلي ركعتين لو ما بتصليش قم الوقتي اقعدني كده في مكان صافي كده وارفعي  
ايدك وكلميه وناجيه قم اذكروه اعبدوه. ما حدش هيديكم اللي ربنا يديه لكم. ما حدش هيعمل لك اللي ربنا يعمله لك. ده ربنا الجميل  
الجميل ده من - [00:15:05](#)

فعن الجميل يقول لك اديني كل اديني الخلاصة في جملة. الاجمال اللي يقدر يجمل لك كل احلام حياتك. اللي يقدر يعمل لك كل  
حاجة. الله وتعالى هو الحل عنده وعنده مفاتيح الغيب لا يعلمها الا هو ويعلم ما في البر والبحر. وما تسقط من ورقة الا يعلمها -  
[00:15:25](#)

ولا حبة في ظلمات الارض. الله! الحبة دي ممكن تبقى شجرة. الحبة دي ممكن تبقى فتح. الحبة دي نواة خير. ياما فيه كم نواة خير  
في حياتك في ظلمات حوايك ما انتش داربها. وهي في ايد ربنا. ممكن يفتحها عليك في اي لحظة. في اي لحظة وما تسقط من  
ورقة الا يعني - [00:15:45](#)

ولا حبة في ظلمات الارض ولا رطب ولا يابس الا في كتاب مبين. قالوا الرب بلسان المؤمن اللي رد بذكر الله. واليابس لسان المنافق  
اللي ما بيزكرش ربنا في الازمة اوعي تغيري معاملتك مع ربنا. اوعي تبقي في السراء حاجة وفي الضراء حاجة. كن واحدا لواحد على  
طريق واحد. خليك واحد - [00:16:05](#)

مع ربنا. ما تبقاش مع ربنا بوش لما يديك النعمة ومع ربنا بوش تاني لما تبقى في ابتلاء. اوعي تتغير معه. عايزه ما يغيرش معك ما  
تتغيرش معه خليكي معه. اللهم يا ذا الفرغ القريب. اللهم يا قريب يا مجيب. اللهم يا ذا الفضل المبين يا خير الرازقين. يا - [00:16:25](#)  
خير الراحمين يا خير الغافرين. يا خير الناصرين يا احسن الخالقين. يا رب العرش العظيم يا من لا يغلق عز جارك رب عز جارك ربي  
لجانا اليك واستغثنا برحمتك وتلهفت انفسنا - [00:16:45](#)

انفسنا على باب جودك. يا ربنا تمرغنا على اعتاب كرمك. يا احد يا صمد يا رحمن يا ودود يا يا لطيف يا رؤوف يا طيب يا رحيم. اللهم  
ارحمنا فانك بنا راحم ولا تعذبنا فانت علينا - [00:17:05](#)

يا قادر اللهم اهد قلوبنا يا رحمن. اللهم اجعل لنا ودا يا رحمن يا ودود. اللهم فرج كربنا. اللهم صل على حبيبي محمد صلاة تنحل بها  
العقد وتفرج بها الكربات. اللهم صل على الحبيب محمد في كل ضيق وحرج - [00:17:25](#)  
صلاة من التجأ الى باب الكريم ففتحت له ابواب الفرغ. اللهم اشف امراضنا. اللهم ادي ديوننا. اللهم وسع رزقنا اللهم اصلح بالنا. اللهم  
اهد قلوبنا. اللهم اصلح اعمالنا. اللهم فرج كربنا. اللهم اكشف الهم والغم - [00:17:45](#)

اللهم اغفر ذنبنا اللهم عافنا وعاف احبابنا. اللهم نجنا من البلاء والوباء. اللهم انا نعوذ بك من الجنون والبقر والجذام وسيء الاسقام.  
اللهم نجنا من هذا الوباء. اللهم نجنا وازواجنا واولادنا واحبابنا ومشايخنا من وباء كورونا - [00:18:05](#)  
يا رب اللهم نجنا من الفقر والهم والغم والوباء والمرض. اللهم انا نسألك اليقين والعافية. اللهم اهدنا لو سددنا ربنا اتنا في الدنيا حسنة  
وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار. اللهم انا نسألك حسن الظن بك - [00:18:25](#)

قد توكلتي عليك اللهم جدد الايمان في قلوبنا. اللهم يا مقلب القلوب ثبت قلوبنا على دينك. اللهم انا نسألك حسن الظن بك وصدق  
التوكل عليك. اللهم انا نعوذ بك من الهم والحزن. ونعوذ بك من العجز والكسل. ونعوذ بك من الجبن والبخل - [00:18:45](#)  
ونعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال. اللهم انا نعوذ بك من زوال نعمتك وتحول عافيتك وفجاءة نقمتك وجميع الهم انا نعوذ بك من  
جهد البلاء ودرك الشقاء وسوء القضاء وشماتة الاعداء. اللهم انا نعوذ بك من يوم السوء ومن - [00:19:05](#)

ليلة السوء ومن ساعة السوء ومن جار السوء. اللهم امين اللهم امين. سبحانك اللهم وبحمدك. اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب  
اليك - [00:19:25](#)