

حقيقة الوسواس القهري مع أسبابه وطرق علاجه | لقاء مع الدكتورة إيناس فوزي

محمد شاهين التابع

بسم الله الرحمن الرحيم السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. معكم محمد شامي التابع من قناة الدعوة الاسلامية على اليوتيوب. ومعنا ضيفة فاضلة ربنا يحفظها ويبارك فيها الدكتورة ايناس فوزي باذن الله عز وجل سنتكلم كلاما في غاية الاهمية عن موضوع الوسواس القهري. لكن ابتداء حابب حضرتك تعرفي بنفسك للجمهور - [00:00:00](#)

سيد حضرتك لاول مرة عندنا على القدم. طيب بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم. انا بسلم على حضرتك استاذ محمد وعلى متابعتك الافاضل اللي انا واحدة منهم - [00:00:25](#)

وبشكر لك مجهودك وبشكر لك هذا اللقاء ربنا يبارك فيك وفي عمرك يا رب. آآ انا اسمي دكتورة ايناس فوزي باحسة في علم النفس وتعديل السلوك وعندي صفحة على الفيسبوك - [00:00:35](#)

مع ايناس والاطفال. انا طبعا مدرك ان ده اختصار شديد جدا لكن باذن الله عز وجل اللي هيطلع على صفحة حضرتك على الفيسبوك يقدر اه يلم اكثر مجهودات ان شاء الله. ندخل في الموضوع مباشرة موضوع الوسواس القهري حضرتك وجدتي حاجة شديدة في انك تتكلمي عن - [00:00:45](#)

اه والله. وهنشوف موضوع الاستاذ القهري ده هل هو مرض نفسي ولا لا لكن ابتداء لان في ناس بيبقى عندهم حساسية من موضوع المرض النفسي. وانا كده يعني مجنون ولا ايه ما معنى تمام آآ المرض النفسي هو استجابة مشاعرية اليممة مزمنة لحدس او مجموعة من - [00:01:05](#)

ان الاحداس تتكرر بشكل يعني اجباري على المريض يعني الانسان مر بحدس او مجموعة من الاحداس الاليممة فتكونت لديه مشاعر صعبة هذه شعر استقرت واصبحت تؤلمه وتعزبه. فلو جينا مثلا نضرب مسل يعني تكوين مرض قرحة المعدة مثلا. الانسان في الاول كان يصاب مثلا بحموضة بعد - [00:01:25](#)

شوية الحموضة دي حصل فيها تقرحات في جدار المعدة واصبح مصابا بها تؤلمه بشكل منتزم المرض النفسي بقى هو مش مش جسدي بقى فمش هقدر اقول لك دي حنة معينة ولكن اقدر اقول ان ده مجموعة من المشاعر الاليممة المتكونة في نفسية المريض اللي بتتكرر عليه بشكل جبري او قهري وتصيبه من مشاعر - [00:01:45](#)

صعبة. السؤال اللي بعد كده المنطقي بقى هل الوسواس القهري يعتبر مرض نفسي ولا لا؟ آآ هو والله يا استاذ محمد يعني على خلاف اخواني الباحثين في مجال علم النفس - [00:02:05](#)

اللي بيروا ان الوسواس القهري مرض نفسي انا آآ يعني من مكاني المتواضع هذا اري ان الوسواس القهري عرض وليس مرض. ما معنى عرض؟ وما معنى مرض المرض هو الشيء الاساسي اللي عامل الاصابة. اما العرض حاجة زيادة بتيجي مع الاصابة مسال.

حضرتك مسلا - [00:02:15](#)

اه او حد من الناس مصاب مسلا بيرد بانفلونزا بكورونا بكزا. هو دي كده الايه؟ المرض. او دي الاصابة نفسها. امال ايه العرض؟ الرشح الكحة آآ ارتفاع الحرارة فلذلك انا اري ان الوسواس القهري هو عرض للخوف. يعني الاب الشرعي للوسواس القهري او المرض -

[00:02:35](#)

في حالة مريض الوسواس القهري هو الخوف المرضي المزمن المستقر في نفسية المريض. ولكن يا استاذ محمد ده من الاخطاء الشائعة او انا ارايا يعني مش عارفة ايه صح اقول كده ولا لا؟ اراه تصنيف شائع للوسواس القهري على هيئة انه مرض ده من شدة يعني صعوبة وتكرار الاعراض اصبحت - [00:02:55](#)

هي بحط الانتباه المفترض ان النظرة دي هتخلي الناس تنظر لطريقة معالجة الوسواس القهري بشكل مختلف. بالظبط. لان احنا كده لما نركز صح؟ ربنا يحفزك ندور بقى على الاصل الاستاذ القهري بدل ما - [00:03:15](#)
مشغل بالمرض لان احنا كده يبقى مش هنقدر نقضي عليه. صح. اللي هو مجرد اثر وعرض لحاجة تانية. بالزبط وعلشان كده حضرتك بتسمع كتير جدا الناس تقول لك ايه ده بيرد - [00:03:37](#)

عليه ان انا خفيت ورجع لان هم بيعالجوا اعراض. مش بيعالجوا المرض نفسه. حضرتك شايفة ان الوسواس القهري مرض شائع ومنتشر بكثرة لماذا هذا الاهتمام الكبير بمناقشة موضوع الاستاذ القادم؟ اه هو اه يعني عارف حضرتك اه يعني شئ مزعج جدا ومزمن جدا ويؤثر على الحياة اليومية - [00:03:47](#)

للانسان يعوق مساره في الحياة يعوق عبادات وقد يعوق زواج ويعوق صدقات ويؤدي به للعزلة الاجتماعية يؤدي به للدمار النفسي هو بياخد وقت جدا من حياة الانسان وكأنه كده عارف زي ما يكون في مطب كبير في حياته مش عارف يعديه. ولذلك انا اسأل الله سبحانه وتعالى ان يخفف بهذه الحلقة على مرضى المسلمين - [00:04:07](#)

في جميع انحاء العالم يا رب. الواحد يمكن لما بتجي له بعض الاتصالات من مرضى عندهم موضوع الوسواس القهري. ما بيبقاش متخيل فعلا هل الموضوع بيعيق حياته للدرجة دي؟ انت ليه مش قادر تتجاهل الموضوع؟ هل فعلا انت مش قادر تصلي؟ انت مش قادر تمارس عباداتك - [00:04:27](#)

فعلا كبير للدرجة دي مؤلم جدا وبايستهلك وقت كبير جدا جدا علشان خاطر نقدر نعرف الوسواس القهري ونتأكد ان الموضوع ده وسواس قهري ولا لا؟ ايه الفرق ما بين الوسواس القهري؟ والافكار المزعجة اللي - [00:04:47](#)
اه قد اه يعني تأتي على اذهان الناس. تمام. اه الفرق ما بين الوسواس والافكار المزعجة ان الافكار المزعجة تخضع للنقاش تخضع للوسائل العادية اللي ممكن اريح بها دماغي. او اريح بها آآ يعني الشعور اللي عندي. اما الوسواس فالفكرة مستفحلة متكررة - [00:05:02](#)

مؤلمة مزمنة بشكل لا يمكن اني اريحها بالنقاش. يعني هي فوق النقاش النفسي مع نفسي يعني مش بقعد اكلم نفسي كده روح لا قد تشتد بالنقاش فالفرق الاساسي ان الفكرة المزعجة يعني ايه حاجة مضايقاني حاجة غتتة غلسة ممكن انا نقاش فيها الشخص اللي - [00:05:22](#)

بناقش فيها نفسي اكبر دماغي اتجاهلها انه سهل التخلص منها. بالزبط احسنت. اما الوسواس القهري هو ليه اسمه قهري؟ فارض نفسه فارض نفسه فهو ده الفرق الاساسي انا يمكن كان لي تعليق في النقطة دي ان الشخص ممكن الغير مصاب بالوسواس القهري يختلط عليه الامر يا ترى دي فكرة مزعجة ولا وسواس لكن - [00:05:42](#)

آآ لان دي للأسف ثاني مرة نسجل فيها اللقاء. حضرتك كنت قلت ان آآ مريض الاستوصوص القهري مدرك جيدا جدا الفرق ما بين الافكار المزعجة والسرعة. هو مدرك تماما لانه هو يعني آآ مريض الوسواس القهري عايش جوة الحدس مش بيكلمني من برة. هو عايش جوة الحدس عارف كويس جدا انه اسير - [00:06:04](#)

لهذه الفكرة المؤلمة المزعجة وعاجز عن التخلص منها. فلذلك الناس بتغيظه لما تقول له ايه؟ كبر دماغك. تجاهلي. يا عم مش عارف كنت قادر كنت بالزبط ولذلك ما حدش يقول لي مريض الوسواس القهري ربنا يخليك وتجاهل لانه فعلا ما يقدرش. لابد ان احنا نمشي بمنهجية علاجية عشان يقدر يوصل للشفاء باذن الله. ايه هي انواع - [00:06:24](#)

الوسواس القهري. سؤال جميل من حضرتك اه يعني زي ما عودتنا انواع الوسواس القهري ثلاثة اه وسواس بنسميه وسواس العقيدة ووسواس بنسميه وسواس العبادة او الطهارة يعني في نفس او النضافة بيتحط في نفس اللي هي بدايتها يعني. صحيح؟ او اه تالت

اسمه وسواس الافكار التسلطية - 00:06:44

دول انواع الوسواس القهري. نعطي مثال كده على كل حاجة. تمام. وسواس العقيدة اللي هي الاسئلة الوجودية يا استاذ محمد هو ربنا موجود؟ طب آآ ربنا مين اللي خلق ربنا تعالى الله سبحانه وتعالى؟ آآ هو في نبي؟ طب ايش عرفني؟ هو القرآن من عند ربنا ومهما تجيب الانسان يشعر بانزعاج وقلق وترد عليه الافكار - 00:07:04

شكل رهيب جدا ويعيش في دائرة هزه الافكار. ده نوع من وسواس العقيدة. وممكن يجي وسواس العقيدة على هيئة سب وشتم متكرر في الذات الالهية. ده ده بالنسبة لوسواس العقيدة. طيب وسواس النضافة او الطهارة او كده ده عبارة عن ايه؟ او العبادة. اكرر الصلاة ودايما شاكك فيها. اكرر الوضوء ودايما شاكك فيه - 00:07:24

آآ اكرر تطهير ربنا يعزك يا رب مكاني في آآ عند قضاء الحاجة مسلا واشعر اني لم اطهره يعني في تكرار جوايا تعب جوايا انا حاسس اني لم اطهر بعد وده وسواس للعبادة او وسواس الطهارة. الوسواس التالت وسواس اسمه الافكار التسلطية. افكار بتمسك دماغ الانسان - 00:07:44

انسان انه هيازي حد من ولاده او افكار جنسية انه سيرى عورات الناس او انه سيفعل شئ قبيح ولا يستطيع التخلص من الفكرة وبكون مزعجة ومحرجة ومخزية ومؤلمة. يبقى احنا عندنا وسواس العقيدة وسواس العبادة ووسواس الافكار التسلطية. انا بس حابب اكرر فكرة انه - 00:08:04

لان عجباني جدا التصنيف ما شاء الله. وسواس العبادة ليس فقط في الطهارة لكنه غالبا بيبدأ منه. لكنه قد يكون في الصلاة وقد يكون في الصوم او قد يكون في اي عبادة اخرى بيمارسها الانسان. بالظبط. ما هي السمات الفكرة الوسواسية؟ تمام. اه سمات الفكرة الوسواسية اول حاجة - 00:08:24

لما ما معنى مؤلمة؟ تعبان منها وجعاني حاسس ان انا مقبوض. حاسس ان انا اريد البكاء. مخنوق. تعبان. فيه الم. الم نفسي معها. دي نمرة واحد نمرة اتنين بتخض هي الوسواس القهري الفكرة بتاعته بتخض. انا انا اللي جاية لي الفكرة دي فبيبدأ الانسان يشعر بضربات قلب سريعة كأن حد قال له - 00:08:44

سيء وده الغريبة يا استاذ محمد في كل مرة تيجي فيها الفكرة ممكن الانسان يشعر بالخضة او الانزعاج الشديد ده. النقطة التالته التكرار زي الطفل الزن مين اللي ماسك دماغك ما بيسيبكش فهزه ابرز سمات الافكار الوسواسية. التكرار او الزن ده اللي هو بمعنى برضو بيشعرن بالازعاج - 00:09:07

انا اريد التخلص منه لكني لا استطيع. التخلص منه. بالزبط لا استطيع. مكروه. في تعبير متعلق بالفكرة الوسواسية دورة حياة الفكرة الوسواسية يعني ايه دورة حياة الفكرة الوسواسية وايه هي دورة حياة الفكر الخصوصي. تمام هو احنا عشان نفهم بس معنى كلمة دورة حياة. عايزين كده نتخيل دورة حياة مسلا ربنا - 00:09:27

يكرمكم مسلا دودة الاز مسلا فمض عارفة بتبقى دودة وتبقى فراشة وتبقى مش عارفة شرنقة وتبقى يعني الى اخره. الفكرة الوسواسية ايضا لها دورة حياة. الاول بتبدأ وليدة وبعد كده تبدأ تتكرر عاوز اريحها ابدأ اعمل حاجة معينة تريحتها لوهلة فاشعر بفرحة بسيطة كده مريض الوسواس هيبقى فاهمني هيشعر براحة غريبة كده - 00:09:47

استاذ محمد راحة مؤقتة سم تذهب هذه الراحة ويشعر مرة اخرى بالانزعاج تتولد الفكرة تكبر الفكرة يريد ان يريحها يشعر بالراحة تذهب الراحة وترد الفكرة سم تبدأ هذه الدورة تتكرر بشكل قهري مئات وملايين المرات. هو ده يعتبر المرض نفسه. هو ده المرض نفسه - 00:10:07

وبيحصل بقى كذا مرة فهي دي مركبة كده. كل شوية لها بداية ونهاية وتفضل كل في اليوم كذا مرة. يعني بيعيشها كتير جدا في اليوم. يعني في كل مرة يريد ان يتوضأ. في كل مرة يريد ان هو يصلي. في كل مرة يريد ان يطهر مكانا ما في كل مرة يعني - 00:10:27

مسلا على سبيل المسال مريض الافكار التسلطية يقول لنفسه سوف اؤزي ابنائي فيشعر فجأة لكني احب ابنائي فلن اؤزيهم يشعر

براحة مؤقتة سم ترد الفكرة سم ترد الفكرة او تبدأ من جديد سم يريح الفكرة سم تبدأ الفكرة فهي دائرة كانك ايه عمال تلف في حلقة في حلقة كده مفرغة. الوسواس القهري متعلق دايمًا بال تكرار - [00:10:47](#)

تمام؟ ايه العلاقة ما بين التكرار والوصول؟ هو ربنا سبحانه وتعالى اوجد بعض الحاجات يا استاذ محمد زي ايه؟ ما تقول كده هي بتطمنا بتريحنا كبشر شوية كده يعني فالتكرار فعل ربنا سبحانه وتعالى اوجده كي نشعر ببعض الامان فحضرتك لو قفلت باب الشقة او باب مسلا محل عملك مسلا او كده وقلت ايه ده هو انا قفلت - [00:11:07](#)

قلت ولا لأ؟ فرجعت بصيت قررت يعني النزر تشعر ببعض الامان. فالتكرار اصلا فعل هدفه الامان. مريض الوسواس هنا بيتذكر في ذاكرته طويلة المدى انه كان يفعل امورا بشكل تكراري عادي اللي هو بيظمن عادي فيبدأ يستخدم التكرار لما يصاب بالمرض عسى ان يعود له الامان - [00:11:27](#)

فازا بيصبح مدمنا للتكرار. عشان كده اسمه الوسواس والقهري. لانه اصبح ايه؟ مدمنا على التكرار. يريد التكرار بشكل ايه اجباري وقهري وما عاد التكرار يطمئنه للاسف يعني خرج عن مخرج الطمأنينة الى مخرج التوجس والالم فاصبح التكرار مؤلم. يبقى التكرار ده - [00:11:47](#)

هو الفعل اللي هو بيحاول آآ يظمن نفسه به. بالظبط. فيكرر هذا الفعل اكثر من مرة الطبيعي ولهذا الفعل مرة ومرتين خلاص المسألة بتروح لكن بالنسبة له خلاص ما بقاش بتأدي له الى الطمأنينة. بالزبط. ايه بقى التفسير النفسي - [00:12:07](#)

للحالة دي ان خلاص التكرار لم يعد يطمئنه. لان هو آآ خرج بالتكرار عن مجراه. يعني اصبح يفعل التكرار من اجل التكرار ما عدا التكرار بهدف الطمأنينة. انما لقد ادمت التكرار. يعني ايه؟ بعض الناس مسلا على سبيل المسال بتدمن المسكنات - [00:12:27](#)

فتأخذ الدواء بغرض ان تأخذ الدواء وليس بغرض انه عاد يسبب لها راحة. يعني الانسان خرج بالشئ عن مخرجه. مم. ليه خرج به عن مخرجه؟ لان انه مريض طب احنا اتكلمنا على ان مريض الصوص القهري يشعر بالالم يشعر بالخوف. ما هي المشاعر الاخرى - [00:12:47](#)

مرافقة لمصابي الوسواس. بشكر حضرتك على السؤال ده. آآ هو اول حاجة آآ شعور الخوف. شعور الخوف انا حابة بس يعني اعيد اه القول ان هو الاب الشرعي للوسواس القهري ومعنى كلمة الاب الشرعي يعني هو البابا مش بابا الكنيسة بقى لأ بابا الوسواس القهري. ما معنى بابا الوسواس القهري في - [00:13:07](#)

في خوف في نفسك يا مريض الوسواس القهري. خوف متكون ومزمن ومركب وعائش جواك. الخوف ده انت لا تمارسك خوف وانما تمارسه كسواصة قهري ما معنى ذلك الخوف هو الشعور الاصيل الذي تولد عنه الوسواس القهري. الشعور الثاني القلق ايه الفرق يا استاذ محمد بين القلق والخوف - [00:13:27](#)

الخوف بيكون من شئ محدد. القلق بيكون تشويش مبهم. لا اعرف من اين سيأتيني الخطر. الله اعلم. اشعر بحالة من حالات ايه؟ التشويش وانعدام التركيز ازوا الضغط النفسي المستمرة. اه ده بالنسبة للخوف والقلق. ايضا الضيق او الخنقة او عدم الشعور برحابة الصدر. عصبي كده اقل حاجة تعصبي - [00:13:47](#)

وتخرجني عن شعوري ما بقتش زي الاول. بقيت كل ما اسمع حاجة انفجر واتضايق ونفسياتي تعبانة. النقطة الرابعة الحزن الجامد اللي ممكن يوصل في بعض الاحيان اللي تقابل مراتي. آآ الشك ايضا من المشاعر اللي بتتكرر جدا في حالة مريض الوسواس والسبب في ده ان هو يريد ان هو يعني يعني زي ما تقول ايه - [00:14:07](#)

يظمن بيمارس الشك بغرض انه يظمن لكن برضه خرج بالشك عن مخرجه ان هو ان انا مجرد ان انا اشعر ببعض الانزعاج واطمن واصبح يمارس الشك من اجل الشك. لذلك عندك يا استاذ محمد مريض الوسواس ممكن يشك هو طلق زوجته ولا لأ. يشك هو اغلق الباب ولا لأ؟ يشك هل يحب ابنا ام لا؟ يشك في كل - [00:14:27](#)

لشئ فالشك من المشاعر فعلا المزعجة الاليمة المرافقة للوسواس القهري. بالاضافة لهذه المشاعر مريض اللصوص القهري يشعر ببعض الاعراض النفسية الاخرى ايه هي الاعراض النفسية الاخرى اللي بيحس بها. تمام هو احنا نقصد في الحقة دي انه زي ما تقول

حضرتك ايه مرض زيادة بييجي جنب مرض الوسواس - 00:14:47

قهر يعني مرض الوسواس القهري وجوده واستقراره في النفس للاسف كانه بيضعفها بيضعف مناعتها النفسية فيجيب معها مرض ثاني. وفي نقطة يا استاز محمد وممكن الوسواس القهري هو اللي يجي بعد المرض الثاني. يعني مش شرط الوسواس القهري يكون المرض الاصيل. اللي جه نمرة واحد. ممكن يبقى نمرة اثنين. طب ايه الامراض اللي عادة هي - 00:15:07

القهري يعني اخوات كده وبييجوا مع بعض. واحد نوبات الهلع. ما معنى نوبات الهلع اللي هي اسمها ايه دي؟ ان انا اشعر فجأة الخوف شديد وضربات قلب سريعة وارتابك جامد وبيبقى شعور صعب جدا جدا ربنا يعافي منه وكل حد يا رب منه يعني بييجي مع آآ نقطة الوسواس - 00:15:27

قهري فنوبات الهلع من الحاجات اللي بتترافق الوسواس القهري كثيرا في الكثير من الحالات. النقطة الثانية آآ مرض ممكن آآ يعني بعض الناس بيكونوا اللي عايشين لكن لا يعرفوا اسمه. اسمه تبدد الشخصية او اضطراب الانية او تبدد المحيط او تبدد الواقع. هو كل دي اسماء لنفس الياه؟ لنفس المرض. وده معناه - 00:15:47

ايه؟ لقد فارقت الواقع. لقد اصبحت تنزى الى الواقع من خلفي حاجز سميكة. لم تعد تشعر بالمشاعر بشكل مباشر وانما اصبحت تتشعر بالمشاعر كأنها لا تخصك يعني حالة كده ما تبقاش حاسس بالزمن. مش حاسس بالمكان والزمان. هذه الحالة يا استاز محمد ممكن تستمر بالايام بالسنين بالدقائق حسب معاناة المريض - 00:16:07

متفاوتة عشان كده في الامراض النفسية ما فيش حاجة يعني في حاجات متفاوتة من شخص لآخر. فعندنا ايضا ايه؟ اضطراب الانية من الحاجات اللي ممكن ايه؟ تراث فق الوسواس القهري. آآ هل يا دكتور الحالة اللي حضرتك بتشرحها دي هي ان ممكن شخص يبقى قاعد في مكانه كده كأنه يفكر او - 00:16:27

وتفوت عليه ساعات طويلة وهو مش حاسس بان الوقت فات وكأن فجأة كده بيقوم يصحى كده من الحالة ويبص ده يبص على الساعة يلاقي ساعات طويلة عدت. ده صح فعلا وهو ايضا يشعر دايمًا واي حد بيتكلم معه كانه لا يعيش معاناته كانه مش معه في الحس كده - 00:16:47

انه انت مش حاسس باللي انا فيه يعني هو نوع من انعدام الاحساس بالزمن واحيانا انعدام الاحساس بالمكان هو ممكن اللي ما عندوش يا جماعة الحثة دي ما يبقاش فاهمني يقول - 00:17:07

فيما تتحدث هذه السيدة يحس ان الكلام غريب لكن المريض هيفهم كلامي. اللي عايش المرض ده هيفهم كلامي كويس جدا آآ من الحاجات برضو اللي ممكن تيجي مع مريض الوسواس القهري ويشعر بها الاكتئاب ما عدا الشيء يفرح ليه؟ ايه السبب؟ لان هو آآ طول الوقت - 00:17:17

توجس طول الوقت حزر طول الوقت شايل الهم شايل هم اللحظة اللي هيخش يتوضا فيها هيقعد له كذا ساعة في الحمام على فكرة خدوا بالكم دي معاناة كبيرة جدا شايل هم جدا الفكرة - 00:17:34

اللي هي طول الوقت بتطارده مش عارف يخلص منها. وبالتالي ما عاد يفرح ولزلك بيحس ان هو مكتئب واحيانا ده بيوصل لبعض الدرجات من الاكتئاب المرضي يعني يصبح مريض اكتئاب بالاضافة لانه مريض وسواس. آآ الكوابيس والاحلام ايضا اللي هي الصعبة من الحاجات اللي بتترافق مع الوسواس القهري ومنها ايضا - 00:17:44

مرض آآ اسمه الجاسوم. الجاسوم هو ان اشعر بخوف وانا نايم. شلل كده وخوف اساء النوم. دي ايضا من الحاجات اللي بتتطارد مريض الوسواس. يبقى مريض الوسواس من يصاب ببعض الاعراض اللي هي الاضافية للوسواس زكرنا منها اضطراب الانية نوبات الهلع الكوابيس احلام اليقظة الصعبة وايضا الجسوم - 00:18:04

يبقى هذه الاعراض النفسية المفترض معناها ان كأن دي مشاكل اضافية زي الوسواس القهري. مم. بتصيب الانسان مع الوسواس القهري. صحيح. والحاجات دي بقى المفروض هو يشوف فيها. مم. اه يعني طريقة للعلاج. كل حاجة من دي بتبقى ليها علاج مختلف ولا لما - 00:18:24

اعالج الوسواس كل ده هيروح ولا؟ تمام هو آآ المسألة ما لهاش خط سابت بمعنى هناك انسان عندما تعالج له الخوف الاصلي الذي سبب الوسواس القهري ما شاء الله تبارك الله تخف معه كل الاعراض. هناك انسان اخر قد عاش المرض الجديد واصبح متوغل فيه فيحتاج علاج معرفي. جديد - [00:18:44](#)

مشكلة جديدة فما فيش يعني خطة واحدة لكل مريض. كل انسان وحاله. المفروض كده نكون فهمنا بتصور واضح جدا ما هو الوسواس القهري واه ايه الحاجات المصاحبة دي بحيس ان انا ابقى عارف انا عندي الوسواس القهري ده ولا لا - [00:19:04](#)
ما هي اسباب الاصابة بالوسواس القاري اصلا؟ آآ مريض الوسواس القهري آآ عنده خشية من اللوم لوم الله لوم نفسه لوم الاخرين له ممكن يبقى عنده التلت انواع؟ يعني يخشى لوم الله سبحانه وتعالى وان يلقي به في النار ويخشى لوم الاخرين فيصغرون منه ويحقرون منه ويريدون منه وان يفعل - [00:19:19](#)

الاشياء بدقة متناهية. بابا وماما كانوا بيزعقلوا له وعاوزين الحاجة تتم بشكل دقيق. وكذا او لوم نفسه او جلد الذات. لان بعض المسلمين للاسف ما بيكونش عندهم القناعة الكافية ان الاستغفار كافي. يعني ايه؟ لو قلت له قد فعل شيء مسلا قلت له استغفر استغفر بس؟ لا لابد ان يعلق نفسه على صليب - [00:19:39](#)

ويؤذي نفسه كانه ايه؟ كانه يعني يكرر عقيدة الخطيئة الاصلية وان يأتي مسيح في حياته ليحمل ايه؟ ليحمل هذا اه لا يكون مؤمن فقط بالاستغفار وهو بيصعب على نفسه جدا غصب عنه طبعاً هو مش مش عارف او مش ان الموضوع مش بالبساطة ومش بالسهولة دي. بالزبط بالزبط - [00:19:59](#)

جلد الذات كما لو كان جلد الذات ايه؟ يعني آآ هو ده اللي هيخلصنا اه. فمريض يعني في نقطة في الوسواس اللي هي نقطة اللوم مريض الوسواس يا اما انسان تم لومه بشدة في الصغر فاصبح جواه فراغ نفسي يا استاز محمد هو عايز يشعر بلوم. يعني عاوز يتفادى مش - [00:20:19](#)

عاوز يشعر باللوم عاوز يتفادى اللوم ولذلك يفعل الاشياء بدقة ويكررها وكذا مخافة ان يلام. ومع ان بابا وماما اللي بيلوموك خلاص ماتوا او مشوا او بقيت كبير لكن انت سابه جواك فراغ خايف يتلام. ده شيء. الشيء الثاني ان تكون انسان حساس وعاطفي ومريت بصدمات لم تفهمها. وبالتالي جعل - [00:20:39](#)

تجلد ذاتك فتلوم نفسك باستمرار. او انك انسان يعني تخشى الله سبحانه وتعالى بس للاسف على وجه غير سليم لان الله عز وجل امرنا بالاستغفار امرنا بالتوبة لم يأمرنا في الاسلام ان نعلق انفسنا على الصلبان عند الخطأ. ولذلك انت تخشى الله بمنهجيتك انت بأسلوبك انت الذي لم يأمرك - [00:20:59](#)

وبالتالي بتعاني جدا من مخافة الله الخاطئة دي. فاهمين قصدي؟ يعني مش المخافة العادية الطبيعية مخافة انت حاسس ان كده لا ترضيه لما تجلد ذاتك. الواحد ممكن يسأل هل فيه اسباب وراثية تؤدي الى الوسواس القهري؟ بما ان الوسواس - [00:21:19](#)
بس القهري يعني له علاقة بالمرض النفسي. تمام. هل ممكن الجزء الوراثي يكون له علاقة بالموضوع؟ هو انا هفاجئ حضرتك وافاجئ برود الناس برؤية لي في الحقة دي. آآ هو - [00:21:39](#)

وفي حقة كده الناس مش بتفهمها اللي هي ايه؟ هناك بعض الاشياء يا استاز محمد مكتسبة من انك رأيت بابا او ماما يمارسوها في الصغر يعني حفزتها راقبتها لاحزتها فالانسان اللي متربي مع مريض وسواس قهري وبيتابعه وبيراقبه ليه بنقول انه وراثة ما ممكن يكون اكتسابه قلده عادي يقلده ده بابا معي من - [00:21:49](#)

تمام يعني عادي بشوفه من يوم ما اتولدت يعني انا سبحان الله آآ يعني اري من مكاني ده انه الامراض النفسية معظمها اكتساب وليست وراثة يعني ايه؟ يعني انا قلدت شخص شفته او يعني انتهكت منهجه هو ده الطريقة اللي انا شفته بيعملها فقلدته. طب ليه انسان - [00:22:09](#)

يجيله انسان لا في انسان بيبقى مدقق مع الوالدين بيلاحظهم بيبصرهم كثيرا يتأمل في حالهم او الغريبة هنا يا استاز محمد انك ممكن تقلد سلوك بابا اللي انت رافضه مش اللي انت موافق عليه. يعني ايه؟ بالشكل كده زي ما بيقول اللاواعي. بالزبط كده انت في

عقلك اللاوي - 00:22:29

حفزت السلوك ورغم انك في عقلك الواعي رافض السلوك. ولكن عندما توضع في مكان ما تكرر هذا الفعل. ولذلك هو طبعاً في آآ يعني الكثير من الباحثين يقولون ان هناك جانب وراسي في الامراض النفسية ولكن انا يعني في معزم يعني قراءاتي او ما شاهدت او كده وجدت ان الناس - 00:22:47

تكرر الافعال التي حفزتها ورأتها وتعودت عليها. طبعاً آآ ده يعني بيفسر نقطة ليه ممكن مريض يكتسب سلوك معين كان موجود عند الابوين لكن ممكن واحد ما يكونش الابوين عندهم وسواس قهري. وهو بيتعرض للوم او انسان عاطفي او حساس فجابه جا له من عنده كده. ولذلك - 00:23:07

ده يؤكد زي ما بقول لحضرتك ان السبب نفسي ليه علاقة بالملاحظة والتدقيق اكثر ما له علاقة بالوراثة لانه ممكن يجي الانسان ما فيش حد في العيلة عنده وسواس وهو - 00:23:27
الوحيد اللي جا له يعني في ناس بيسمعوني اكيد عندها ابنها مريض وسواس طفل يا استاز محمد عنده اتناشر سنة ومريض وسواس ولا بابا ولا ماما عندهم. فهنا بيبقى جا له منين؟ طفل حساس - 00:23:37

هو بيعامل معاملة مش مزبوبة او طفل عنده مخاوف او عنده حاجة وبالتالي ده اتفسر على هيئة وسواس. يبقى من هنا نقدر نعرف او نفهم ان الوسواس القهري اه ما لوش علاقة بالجانب الوراثي بشكل كبير على الاقل لكن له اه علاقة بالجانب التربوي اكثر. هو - 00:23:47

دي وجهة نذري ولكن هناك طبعاً ابحاس لا يمكن ان نغفلها تقول ان الوسواس القهري وراسي لدرجة اتوصل بعض الناس انهم يقولوا ما هذا الهراء؟ ان الوسواس القهري مرض وراسي - 00:24:08

يعني هذا الفكر شائع ان الوسواس القهري مرض وراسي. ولكن انا اراه مرض يعني مكتسب من زروف الانسان عاشها. طب بما تفسر ان الوالد عشا وانت عشتها قلدته. عشت تجربته مرة تانية. او انت نتيجة زروفك اكتسبت الوسواس من غير اصلا ما تكون بتقلد حد. هو ده طبعاً - 00:24:18

ممكن يكون له علاقة برضه بالمدرسة اللي شايعة ان كل حاجة لازم يكون لها اصل مادي بالزبط. طيب لو قلنا ان التربية هي اللي لها سبب اكبر في ان ممكن الانسان يصاب بالوسواس القهري. ما هي العلاقة ما بين التربية واني كاني اخلق انسان عنده - 00:24:38
اعداد انه يصاب بالوسواس القهري. آآ يعني اهي اسباب الاصابة يعني انا بخلي آآ الطفل عنده استعداد للاصابة. ده بيحصل ازاى؟ في بقى اسباب تربوية كتير. اول حاجة آآ ان يكون المرءي آآ سواء الوالد او الوالدة يعني ضاغط عصبي على الابن ولا يسمح له بالتعبير عن مشاعره - 00:24:58

هذه المشاعر اللي هي هو خايف مسلاً وفي بيئة بتقول له عيب ما تخافش انت راجل انت كذا وبالتالي لا يكون من حق هذا الطفل ان يعبر عن مشاعره فهتروح فين مشاعر الخوف دي؟ بتتخزن وبتنتظر الوقت المناسب وتطلع على هيئة افعال وسواسية. طيب ممكن التربية تكون بتعتمد على اللوم؟ ما معنى اللوم - 00:25:18

انت ما كتبتش ليه دي؟ اه كان كنت اري بعض الامهات مسلاً تخلي الولد يمسخ اللي هو في كي جي وان. الحاجة كذا مرة اكتبها مزبوط امسخ تاني لدرجة ان الورقة ممكن تتقطع من كتر المسح. يعني ان نرغب في ان يحصل ابنائنا على درجة عالية من الدقة وهم بعض اطفال. فده بيخلق في نفسية الطفل استعداد - 00:25:38

ان هو ايه يصاب بالوسواس القهري بسبب ان احنا دخلنا في دماغه نقطة الدقة الفظيعة دي اللي هي مش غلط بس من لا نبالغ فيها. طيب ممكن ايضاً التربية القائمة على العنف بتخلي الانسان جواه مخاوف ومش قادر يعبر عنها وتختزن وتنتظر الوقت المناسب وتطلع على هيئة وسواس قهري. ممكن ايضاً - 00:25:58

هي المتساهلة التي لم تقدم معرفة كافية عن الله سبحانه وتعالى وبالتالي الانسان يكبر بيداً يا استاز محمد تقابله مصاعب الحياة بيداً يقول ازاى ازاى انا بتقابلني المصاعب دي هو في ربنا؟ هو فين ربنا من اللي بيحصل لي؟ ويبدأ الانسان ياخذ ويدي مع نفسه. وعلى

فكرة ناس كثيرة جدا بتخرج من الدين وتمرق منه من الحنة دي. لان ما عندهاش معرفة كافية - [00:26:18](#)
ضم الحياة. النقطة اللي بعد كده ان الانسان يقال له ان عليك ان تكون يعني قويا ولا تشعر بالالم ولا بالصدمات. وبالتالي ابنك يجي لك
ضيقوا مسلا اساء له او خزله او فعل فيه شيء - [00:26:38](#)

فبيقول لك يا بابا انا زعلان لأ ما تزعلش مش من حقك تزعل آ ايه ارميه ما تسألش فيه آ انا هنا برد الناس الى قول سيدنا يعقوب يا
بني لا تقصص رؤياك على اخوتك. يعني ما قلوش ايه اللي بتقوله ده؟ اخواتك بيحبوك. يا ولدا عيب عليك! وانما اقر المشاعر. ولذلك
التربية التي تقهر ولا تقر - [00:26:51](#)

المشاعر تجعل الانسان مرشح لتخزين الخوف ومن سم زهور الوسواس القهري. ممتاز جدا لو نقدر اجمالاً نتكلم عن الاشخاص
المعرضون للاصابة بالوسواس القهري. لو نقدر اجمالاً هنقول واحد اثنين ثلاثة نمرة واحد الناس - [00:27:11](#)
اللي مروا بصدمات جامدة جدا في حياتهم وما فهموهاش ما فهموش الصدمة ايه. اعمل ايه؟ اتصرف ازاى؟ فهنا بيبدأ يتخزن جواه
خوف ويمارس افعال وسواسية. او الشخص اللي تعلق مرضيا بشخص تاني التعلق المرضي اللي يعني من احسن الناس اللي اتكلموا
عنه - [00:27:29](#)

الطبيب النفسي اللي سبق عصره ابن القيم. ابن القيم من الناس اللي سبقت عصرها جدا في الكلام عن الامراض النفسية بصراحة.
فالمهم يعني انه الانسان اللي تعلق مرضيا بفكرة او بشخص ثم فقده يحل محل هذا الشخص افعال وسواسية او قهرية. النقطة الثالثة
الشخص اللي هو اتعرض له - [00:27:45](#)

لوم شديد في الطفولة وعصبية من الاهل هو عرضة للوسواس القهري. يعني مين العرضة للوسواس القهري؟ باختصار كده من الاخر
الناس اللي عندها كم من المشاعر السلبية اليمية المختزنة ولا تجد اسلوب للتصرف في هزه المشاعر. فبتخرج منها غضب عنها على
هيئة افعال وسواسية. نيجي بقى لاهم آ جزء - [00:28:05](#)

للناس يعني المصابة بالوسواس القهري مستنية بقى نتكلم في الموضوع ده. علاجات مقترحة للوسواس القهري. مريض الوسواس
القهري ده بقى يعمل ايه؟ تمام والاول انا عايزة اوضح حاجة بس يا استاذ محمد بعد اذنك لو تأذن لي في العلاج الدوائي. هو دلوقتي
انا عندي فكرة مستقرة في الدماغ في النفوخ. في العقل الباطن هذه - [00:28:25](#)

الفكرة تصدر خوف من وراه الوسواس القهري. طيب عندما نأخذ دواء هو مش غلط اخذ دواء عند طبيب مختص طبعا. ايه اللي
بيحصل؟ التعامل مع الايه كيمياء الدماغ المتصلة بالفكرة. يعني ايه؟ الفكرة كما هي كامنة موجودة. ولكن انا اعامل الاعراض. ولذلك
مريض الوسواس القهري لما يزهب - [00:28:45](#)

طبيب ويأخذ دواء ده شيء جميل وكل حاجة ما دام رحنا لطبيب مختص. ولكن لابد تكون فاهم يا مريض الوسواس ان العلاج الدوائي
وحده ليس كافيا. ليه؟ لانه يعامل الاعراض - [00:29:05](#)

عامل كيميا الدماغ التي اختلت بسبب الفكرة. طب والفكرة مين يعاملها بقى؟ الفكرة دي تحتاج لعلاج معرفي سلوكي. تحتاج لانسان
اتكلم معه من الناحية النفسية فاعالج الفكرة. تمام؟ يبقى احنا عاوزين نفهم الاول الفرق بين العلاج الدوائي والعلاج الايه؟ الكلامي او
كده. طيب اه لكن هل معنى الكلام ده ان انا - [00:29:15](#)

كمريض ما اقدرش اعمل حاجة لنفسى؟ يعني ما اقدرش اساعد نفسى؟ لا اقدر. ازاى اقدر اساعد نفسى؟ نمرة واحد التقبل. يعني ايه
التقبل؟ انت مش انسان وحش يا مريض الوسواس القهري - [00:29:35](#)

قهري. انت مش انسان فاشل ولا انسان سيء ولا انسان بشع ولا كما يتهمك من حولك. انك انسان مزعج وانسان فاقد السيطرة على
نفسك. انت انسان بتعاني انسان عندك اتقلم والالم ده يعني الله قدره عليك لحكمة يعلمها سبحانه وتعالى. قد يكون كفارة لسيئاتك.
رفعة لدرجاتك. معاناة من اللي بنقابها في الحياة - [00:29:45](#)

فلا تنظر الى نفسك يا مريض الوسواس نظرة دونية لان يا استاذ محمد الناس مرضى الوسواس كسييرا ما ينزرون الى انفسهم نزرة
دونية يشعر انه فاقد السيطرة على نفسه في اول نقطة - [00:30:05](#)

تقبل ذاتك تقبل نفسك تقبل ضعفك. قال الله سبحانه وتعالى وخلق الانسان ضعيفا. كلنا فينا ضعف بشري. فتقبل هذا الضعف. دي اول نقطة النقطة الثانية الفكرة اللي جاية لك دي مش يعني انزعاجك منها نفسه دليل على انك غير متقبلها وانت مكروه ان الفكرة تجي لك - 00:30:15

ففيما تلوج نفسك؟ يعني انت الفكرة جاية لك بشكل قهري اجباري عشان كده هو اسمه وسواس قهري. المكروه له حكم معين في الاسلام. هذا الانسان اتيلوا الفكرة بشكل اكراهي جبري فرفقا بنفسك. النقطة الثالثة انه آآ يعني انا اتمنى ان تراجع جواك - 00:30:35
اه اه الاحداس الاساسية الجسيمة في حياتك اللي سببت لك خوف او سببت لك ضغط نفسي لان منها ممكن يكون تولد الوسواس القهري. اراجعها ازاى آآ هناك مجهود مشكور لطبيب نفسي اردني اسمه الدكتور عبدالرحمن زاهر الهاشمي. هو موفر على النت بشكل مجاني تماما - 00:30:55

آآ كراسة اسمها قراءة النفس. هذه الكراسة انا اوصي مريض الوسواس القهري انه ينزلها ويحملها ويجب على الاسئلة اللي فيها لانها بتساعد المريض انه مع احداس حياته النفسية بشكل ايه؟ تفصيلي شوية فممكن يقف شوية مع اللحظات اللي اصيب فيها بخوف ولم يعالجه. فلذلك يعني ممكن نقف - 00:31:15

مع احداس حياتنا شوية ونراجعها ولو لقينا نفسنا محتاجين اخصائي نتكلم معاه مش عيب نستخير ربنا سبحانه وتعالى ونزهد ونتكلم عن حياتنا وعن مواطن الخوف فيها مفيش اي وايضا مش من الخطأ ان انا اروح لطبيب نفسي بالعكس ده مطلوب فاخد دواء واعالج الاعراض المترتبة على الوسواس. طب انا جوايا اعمل انا ايه؟ اتقبل - 00:31:35
نفسى ابطل احتقر فيها ابطل احقر من شأنها اتقبل ان انا على معاناة اتقبل ان انا على الم. التقبل بيخلي الفكرة تهدى كثير جدا. وغير كده تخلي بالك انت مش هتعرف تتجاهل الفكرة الا لو تقبلتها. طول ما انت عمال تحتقر من نفسك وتوبخ في نفسك وتهزأ في نفسك. انك في هذه - 00:31:55

حالة ايه؟ انك في هذه الحالة تعمق الفكرة. كمان من المجهودات المشكورة يا استاذ محمد آآ مجهود ايضا طبيب خليجي انا لا اعرف جنسيته ولكن كان له منتدى على الانترنت اسمه الخبير النفسي اتنين. له مجهود مشكور جدا في علاج الوسواس القهري. فانا هانقل عنه الفكر العلاجي بتاعه اللي هو - 00:32:15

هو مجرب وبيجيب نتيجة طيبة جدا مع مرضى الوسواس. اه اول حاجة اه تأمل الفكرة اللي بتجيبك. هل هذه الفكرة تصيبك بالسعادة؟ هل هي فكرة بتعمل لك فرحة لأ هذه الفكرة تسبب لك حزن او خوف او ضيق. والله سبحانه وتعالى قال عن الشيطان ليحزن الذين امنوا. اذا هذه الفكرة ليست منك وانما - 00:32:35

الشيطان يقترحها عليك وليست منك ابدأ. وما دام الشيطان هو الذي قالها فهل تكون صحيحة؟ والله بلغنا على لسان محمد ان الشيطان كزوب يعني الشيطان كزبك وقال لك هذه الفكرة فلمازا تضايق نفسك؟ ما دام الشيطان هو اللي جاب لك الفاييل دا من الارشيف يبقى هذا الفاييل مكزوب عليك. ولذلك - 00:32:55

ممكن تهون على نفسك كثيرا بهذه الفكرة. عندما ترد عليك الافكار ناقش نفسك. هل اشعر بالخوف؟ هل اشعر بالحزن؟ نعم. هل آآ يعني الشيطان الله سبحانه وتعالى ابلفني انه يسبب لي الحزن والالم؟ نعم. اذا هذه الفكرة منه هل هو صادق؟ يعني الشيطان بيقول لك هتأزي ولادك. انت ما توضحتش كويس. انت هل الشيطان - 00:33:15

صادق عشان اسمع كلامه هل هو ناصح امين؟ لا. الشيطان حد غير مخلص وهو كزوب. ليه اصدقه بقى؟ اذا انا مش هصدقه فده يخليني ايه اهجر العمل بنصيحته فاهون على نفسي يبقى اذا انا مت قبل نفسي ممكن اتناقش مع الفكرة ممكن اباحس في الماضي بتاعي اشوف الصدمات النفسية يعني في امل - 00:33:35

نشوف دلوقتي بعد شوية امسلة للمتفاعلين من الوسواس هقول لكم على بعض الاحداس الصادمة لما الانسان بيرجع تاني ويناقشها بشكل منهجي وسليم بيقدّر يخرج كويس جدا من الم فصل قهري. يبقى احنا قلنا ان في اه علاج معرفي سلوكي ده اللي المفروض نهتم به بشكل اكبر. العلاج الدوائي لا يعالج - 00:33:55

الا اعراض متعلقة وده لابد ان يكون باستشارة الطبيب. طبعا. لكن يجب على المريض انه يدرك ان هذا الدواء وحده لن يؤدي الى حل المشكلة لابد انه مم. يدخل في مجال يقولوا ايه يا استاز محمد الوسواس رجع. مم. بيرجعوا يقولوا كده لانه الادوية النفسية -

00:34:15

اي ادوية مطلوبة في بعض الحالات وطبعا على فكرة اخذ الدواء ارحم بكتير من الاعراض اللي انا بعاني منها. ولكن في شيه بيحصل مع الادوية اسمه التولينس اللي هو ايه؟ ان انا يعني جسمي بيعتاد على جرعة فلا بد اعليها شوية. وده مش غلط ولا حاجة ما دام بعلم الطبيب. مش غلط على فكرة هو اللي بيخوف ولا اي حاجة. بس الفكرة ايه - 00:34:35

ان انا يعني محتاج اناقش الفكرة بقى لان انا مش هفضل طول عمري كل ما يحصل اعلي الدواء. انا محتاج اناقش الفكرة بس عشان تروح بجد. طيب في نقطة احنا - 00:34:55

كنا قلنا انه الافكار الوسواسية دي هل احنا المفروض نتجاوب معها؟ وهل ده هيؤدي الى حل الموضوع ولا المفروض نتجاهلها ولا نفعل اي في شيه اه يعتبر استجابة لهذه الفكرة الوسواسية. تمام. هو احنا لا المفروض نتعامل معها ولا نتجاهلها. المفروض نتقبلها. كانها شيه مؤلم في جسمي شيه - 00:35:05

والم في دماغي وتحسد لي وانا اعلم انها ابتلاء من الله عز وجل ولا تعني اني انسان سيء ولا انسان حقير ولا انسان دون ولا اي شيه من اللي بيقال لمرضى الوسواس - 00:35:32

وبالتالي الفكرة جات لك اهي. تمام جميل جدا. هي جت وفكرة اليمه ربنا يعينك ويصبرك عليها وكده. خلاص لا بتجاهلها ولا بتعامل معها. باعتبار انها قلم موجود. على فكرة دي هتريحك جدا لو عملتها تتعامل معها. يعني عارف حضرتك لما يكون في الم في دراعك كده والالم ده موجود فانت عارف انه موجود ومتقبل - 00:35:42

وجوده وراضي بقضاء وخلاص بقى. لأ مش بتكمل حياتك وخلاص هي موجود الالم ده وبعدين بالراحة كده. انا مت قبل ان هو موجود مش ساخط مش معترض مش شاكك في نفسي. ولكن باناقش نفسي - 00:36:02

هل الفكرة دي عاملة لي قلم؟ اه عاملة لي الم وحزن وخوف. طيب هل يعقل ان الحزن والخوف يكونوا من حد غير الشيطان؟ لأ. طب ما دام الشيطان اللي جايب لي الحزن والخوف. هل الشيطان بيصدق - 00:36:12

في افكاري يعني عشان يجيب لي الحزن والخوف لأ الشيطان كزوب. اذا انا ليه متضايق؟ عمال يقول لي هتعمل وهيجري لك وكزا وعمال يقول لي ما توضحتش وما صليتتش وكزا. هل الشيطان يعني بيحبك قوي - 00:36:22

لدرجة دي حتى يمنحك النصيحة الصادقة طب ايش عرفني ان ده مش شيطان يا استاز محمد؟ هي النفس ما بتحبش النكد. النفس بتحب الشهوات. وبالتالي الافكار الاليمه المحزنة المخيفة من الشيطان. هل الشيطان ييموت فيك اوي لدرجة انه ينيبك لعدم -

00:36:32

دقة وضوءك لعدم دقة صلاتك يعني مستحيل الشيطان يكون بيحبك للدرجة دي. هل في مقترحات اخرى في موضوع علاج

الوسواس القاري؟ هو الموضوع اللي انا بقوله ده يعني بيبان ان موضوع ايه ده؟ يعني موضوع بسيط ايه ده؟ لا ما مش حل وكده. والله صدقوني الموضوع ده بييجيب نتيجة باهرة. بسم الله ما شاء الله الحمد لله رب العالمين يعني مع مرضى - 00:36:45

الوسواس بصفة عامة آآ ليه؟ لانه يعني تخيل كده انت خلاص مش حاسس انك انسان وحش ولا حقير انت انسان بتعاني. والشوكة يشكها يثاب عليها ولا يشتاق في انها تشك بشوكة اني اكون ناوي اتشك. يعني دي حاجة قدرية. انا انا تعبت وجت لي الشوكة. فاشعر

بالم فالله يأجرني. فمريض الوسواس عنده شوكة في دماغه عنده الم في دماغه - 00:37:05

الله يأجره على ذلك ويتعامل مع الفكرة بهدوء بالراحة. هو هنا بقى هيشعر ايه؟ ايه ده؟ ايه الكلام البسيط ده؟ لا الكلام البسيط ده الملح بسيط جدا بعد الزرات تضاف الى - 00:37:25

طعام ولكنها بتفرق جدا في تكوينه او في طعمه. اذا انت ممكن تمارس اللي انا بقوله ده جرب مش هتخسر حاجة. انا حابب بس اكد على فكرة لو احنا عندنا ثلاث انواع - 00:37:35

الصوص القهري العقيدة والعبادة والافكار في موضوع مسلا العبادة الموضوع واضح انه مسلا انا عندي شك هل انا تطهرت كويس ولا لأ وهل انا اتوضيت كويس ولا لأ ؟ انا افعل الفعل كما ينبغي ان افعله. ولا اعود لتكراره وخلاص يعني. اه - [00:37:45](#)

في العبادة مفهوم. تمام هقول لحضرتك حاجة هو يعني الله سبحانه وتعالى نحن نرضيه كما يريد هو وليس كما نريد نحن. يعني ايه؟ ممكن احنا بنحب ربنا جدا يا مريض الوسواس بتاع العبادة. فانا عاوز اتوضا كتير كتير عشان ارضي ربنا واتحبه اليه. لكني لا استطيع التحب الى الله بغير ما افترض. الله عنده الناس - [00:38:05](#)

ده مرة واحدة. بس انا عايز يعني اجيد واتأكد وكده الله عنده الناس تتوضأ مرة واحدة. الله عنده كده. الناس تتوضأ مرة واحدة وتعمل اللي عليها. وآآ يعني ايه سدوا - [00:38:25](#)

اقاربه. ولذلك انت عايز ترضي ربنا اوي اوي بتكرار هذا الفعل. والله عنده ترضيه بمرة واحدة. تقوم بترضي نفسك ولا ربنا؟ يعني الله عنده شيء بشكل مقبول مرة واحدة. بس. طب ما انا مش متأكد انه مقبول وكذا كذا. انت لم تعد حكم للاسف. لان انت دلوقتي مرجعيتك مريضة. ماشي؟ لم تعد حكم على - [00:38:35](#)

نفسك. طب امال اعمل ايه؟ اجتهد ما وسعني. طب والنقطة بتاعتي اني مش متأكد غصب عني بقي. دي خلل معين عندي كأنه ضعف ابصار ضعف ادراك وهو غصب بنعني وبالتالي مش هقعد احاسب نفسي عليه. طب تعالوا كده نعيش لحزة الوضوء. انا داخل اتوضأ دلوقتي داخل اتوضأ فانا عايز هاكرر اهو - [00:38:55](#)

هتأكد وطبعاً بعض المرضى بينده مسلا الزوجة تقعد تشوفه آآ يعني دراعه مسلا اتبلت ولا لا بييجيب معه كشاف ويتأكد يعني نحن ايه نقدر جدا هذه المعاناة جميل جدا بس انت بترضي نفسك ولا الله؟ الله عنده ما تتأكدش اكر من كده هي مرة. هي حاجة واحدة. الله عنده كده. طب انت عايز ترضي ربنا بالتجويد ده كله مش بمزاجك بقي. هو الدين - [00:39:15](#)

الاسلامي ايه؟ الدين الاسلامي انا بطبق الله الحاجة اللي ترضي الله كما افترضها مش بمزاجي انا مش بتجويدي انا مش بشطارتي انا فهمني يا استاذ محمد؟ ايوة. هو خلاص بيمشي وفق الوصف الشرعي لكيفية الوضوء لو هيغسل ايده مسلا مرة اتنين ثلاثة خلاص. بالزبط - [00:39:35](#)

الوضوء من اول وجديد مرة ثانية. انت عايز تعيده؟ ما هو انت مش بترضي الله وفقا لرأيك انت؟ الله له طرق بترضيه. هو بلغنا بها مش بمزاجك انت انت عايز تعيد ثاني الله ما عندوش اعادة ثاني الله عنده اجتهدت وعملت الحاجة ادخل صلي بقي. اه بالزبط طب بس انا مش متأكد اه الله سبحانه وتعالى غفور رحيم في زل ان انت - [00:39:54](#)

اصابة تعبك اليمه مخلياك مش متأكد. يعني افترض ان انت مش متأكد اوي. ما دام مش متأكد اوي غصب عنك وبشكل غصب عنك تماما الله ما افترض عليك الشيء اللي فوق طاقتك. ما افترضش عليك التحقق اللي فوق طاقتك. تقبل منك هذا العمل. يعني او مش تقبله اقصد يعني ايه خلاك تعمله وفق استطاعتك. اللي - [00:40:14](#)

استطاعة دي هي اللي تحاسب عليها. فنقطة انك تريد التجويد الله لا يريد التجويد. انت عايز ترضي نفسك ولا الله؟ هو ده السؤال. الهيئة الشرعية هي اللي فيها الاجادة الكافية - [00:40:34](#)

يلتزم بها طب الكلام ده واضح من ناحية العبادة اللي بييجي له بقي وسواس في العقيدة المفروض يعمل ايه؟ ده حضرتك بسم الله ما شاء الله اللهم بارك اللي يقعد قدامكم - [00:40:44](#)

قناتك كده يروح من عنده وسواس العقيدة. لان هو يتعلم التوحيد سبحانه الله من خلال يعني اللي حضرتك بتقدمه عن الاسلام او عن الاديان الاخرى بروكس آآ يعني الفكرة بتاعة اني ادرس الاسلام عن حق مريض وسواس العقيدة. انا اكاد اجزم ان هو يعني لديه مشكلة في ادراك العقيدة الاسلامية السليمة - [00:40:54](#)

الصحيحة. يعني بيبقى درسها بصورة سطحية شوية. وبعدين بدأ يمارس عبادات. اسر صدمة مسلا باباه مسلا مات مامته مش عارفة ايه جرى له ايه يبدأ يمارس يتزود جدا في الايه؟ في العبادة ومعلوماته العقيدية ضعيفة - [00:41:14](#)

انا وجهة نزي ان مريض وسواس العقيدة يدرس العقيدة من مصدر سقة مرة اخرى. وآآ يعني لا داعي ان هو ما دام الامر بيتكرر عليه

لا داعي ان هو يهرب منه بالعكس - 00:41:29

يقعد ونتكلم معه. يعني ممكن اجي مع حضرتك مرة ثانية لان انا ابتليت بوسواس العقيدة. آآ وكان شديدا جدا جدا في فترة من الزمن. آآ في يعني معينة في حياتي فممكن ارد على الاسئلة بتاعة وسواس العقيدة. اللي هي هو ربنا موجود ولا لا؟ هو كذا حصل ولا لا؟ هو كذا ولا لا؟ لان في مدخل نفسي للرد على مريض - 00:41:42

وسواس العقيدة بالاضافة للمدخل الاليه؟ الدراسي. ولكن انا اوصي مريض وسواس العقيدة ان يعاود دراستها دراستها من مصدر سقة. هي الفكرة في موضوع المريض العقيدة ان انت كده كده لازم تتعلم دينك وانت كده كده لازم تتعلم عقيدة. فطبيعي جدا ان انت لو مش متعلم عقيدتك ودينك ان - 00:42:02

تطراً عليك اسئلة المفروض لما تدرس الاسئلة دي اه هيتجاوب عليها. احسنت بس هو انا برد على ناس ببيانوا زاهريا في التزام هو اه في التزام في العبادات ولكنه العقيدة عنده مش دارسها كويس. المسألة العلمية. المسألة العلمية. مش ملم بها بشكل جيد ولكنه مسلا متزوج جدا - 00:42:22

في الصلاة في الحفز في كذا العقيدة مش هي الصلاة والحفز وكذا هي جوهر معين للاسلام علي ان ادركه وافهمه حق الفهم قبل ما اقول انا عندي وسواس بقى. وفي برضو بعض الناس ما بتبقاش فاهمة ان انا لو عندي سؤال في مسألة معينة اعان الله عز وجل انت لما تدرس العقيدة - 00:42:42

في الله بشكل متكامل. الدنيا دي هتتضيق الجهل هتقل. صح. السؤال هيروح لوحده. صح. كأن الناس يعني ما ما يقاش عندها صبر انها آآ تتعلم الموضوع بشكل كامل انا بس جاوبني على السؤال ده تحديدا. صح. طب ما انت لما اجاوبك عليه يزهر لك سؤال ثاني ولما اجاوبك عليه - 00:43:02

قال لك ثاني علشان انت محاططتش الموضوع زكرتني بطالبة في السانوية كانت زارتني من عدة سنوات والتقت بيه يعني كانت تعاني من سؤال لا يذهب من ذهنها ابدًا. لا يعني ان هناك اله غير الله سبحانه وتعالى تعالى الله هذا الله. الله قهره واخذ منه الحكم والعافية على العالم - 00:43:22

وهي لا تستطيع الخلاص من هذه الفكرة طبعا سمعتها جدا وضروري جدا نسمع المريض ولا نشعره باحتقار او دينية او اي شيه بعد ما سمعتها قلت لها طيب هذا الله الذي - 00:43:42

اخز منه الله الحكم هو اله ضعيف لهذه الدرجة مش عارف يدافع عن نفسه انت هتدافعي عنه فنزرت الي قلت لها احنا بنعبد الله القوي الاعزم المستحق للعبادة الله الضعيف ده اللي مش عارف يدافع عن نفسه. اللي انت بتقولي ان الله خذ منه الحكم. ايه لازمته كاله بقى؟ ما دام هو مش عارف يدافع عن نفسه. فاذا بها تبتسم. وتذهب الفكرة - 00:43:52

بقي بعدها تهدأ نفسيا وتذاكر وكذا فانا بس برد على الحثة دي لان ساعات يا استاذ محمد بتبقى الفكرة اصبحت مرضية فهو مش عارف يعني يدرس اصلا عاوز الاول تجاوب - 00:44:14

عن الفكرة العابرة دي وبعد كده يدرس. هل ممكن تكون فيه فائدة بتصيب مريض الوسواس القهري؟ آآ هو سبحانه الله آآ يعني اللام التي نصاب بها في الحياة اه الغرض منها ليس تعذبته ما يفعل الله بعذابكم ان شكرتم وامنتم. الله سبحانه وتعالى خلقنا لحكمة لم يخلقنا يعني من اجل التعذيب. الله - 00:44:24

خلقنا لحكمة. طيب ايه الفائدة اللي ممكن تعود علي من اللام؟ انا انا مخلوق الاول قابل للالم. الله خلقي. قابل للالم. يعني ايه؟ بتعلم من اللام دي فالفائدة دي اول حاجة تكفير الذنوب ورفع الدرجات انا بتألم انا قاعد بتألم في ناس بتقول لي طب ازاى انا قاعد بتألم ازاى؟ طب ما انا مش محتسب ما انا مش - 00:44:49

انا بغيظ انا بشكو هو يا جماعة اللي بيدخل في رجله شوكة دوت الشوكة يشكها يثاب عليها ده نواة نواة يدخل في رجله شوكة لا هو قاعد بيتألم وخلاص. انسى برضو - 00:45:09

جميل جدا ورائع ولك اجر طبعا افضل واحسن واجر الاحتساب. ولكن افرض انك قاعد بتألم وخلاص ده في حد ذاته اجر وعافية

لك. فاطمنن بالا. دي اول نقطة ايه ان دي الام يعني الله سبحانه وتعالى يجعلها كفارة للذنوب والسيئات. النقطة الثانية في حكمة

معينة في معنى معين لهذه الاصابة ممكن - [00:45:19](#)

الاصابة اصلا بوسواس العقيدة يا استاز محمد هي اللي دفعتنني اصلا لدراستها. كنت معزبة جدا بوسواس العقيدة هو ده اللي دفعني

لدراستها. ممكن الاصابة بوسواس عبادة يجعلك من احسن العاملين لله عز وجل - [00:45:39](#)

ممكن الاصابة بوسواس الافكار التسلطية يطهرك من خطأ في نفسك؟ نحن نترى ونذهب الى الله سبحانه وتعالى لكي ايه يعني نذهب اليه في احسن صورة نترى تعلم فالفائدة نفسها التربوية يعني في فائدة تربوية من الاصابة بالالام ان اتربى واتعلم وازهد الى

الله في احسن صورة. انا لله وانا اليه راجعون - [00:45:49](#)

في بعض الناس بتشتكي ان انا كان عندي وسواس قهري وراح وبعد كده رجعت تاني. ايه اللي الانسان ممكن يفعله حتى لا يعود اليه الوسواس القهري مرة اخرى. ان هو يعالج السبب الاصيلي كما قلنا اللي بيرجع له الوسواس القهري يعالجه كاعراض. يعني ايه؟ يأتييني

بعض الناس - [00:46:09](#)

ناس مسلا بيقولوا لي ماسكين استوب ووتش مسلا هتتوضى في مدة قد كذا بدل ما كنت بتتوضى في ثلاث اربع ساعات مسلا فيببدوا ايه؟ يعالجوا المرض كأعراض يعني آآ بس ايه ازبط زمن وازبط كذا ايه اللي بيحصل ان بيرتحل المرض لحتة تانية تلاقي

نفسك خفيت من العبادة طلع في العقيدة خفيت من العقيدة طلع في الافكار التسلطية انت عندك خوف - [00:46:29](#)

الخوف ده محتاج يناقش ويعالج بحقه وحقيقي الخوف الكامن في نفسك ده اللي لو ما طلعتش من النافذة دي هيطلع من نافذة

اخرى. فاللي بيرجع له الوسواس القهري اللي عالج عرض - [00:46:49](#)

ما علكش الفكرة الاصلية فهو لسه من جوة خايف فخلاص بطل يتوضأ مسلا بالطريقة دي. اصبح بيعمل الايه؟ آآ يعني الفعل القهري ده في حاجة تانية ولزلك الاعراض دي مش بتختفي بالكلية امال انا وصيتي لك ايه؟ ابحس عن السبب الاساسي. طب ابحس عنه ازاى؟

ما انا مش عارف ما انا مش قادر. ما انا مش البحس عن السبب - [00:46:59](#)

الاساسي بالفعل يحتاج الى كما قلت اه الاستعانة بالله سم بكراسة قراءة النفس اللي اشترت لها وهي متاحة مجاناً. وايضا ممكن

الاستعانة من بعد اخصائي نفسي اللي بتكلم معه. اطلع معه الحاجات اللي انا ضغطت فيها الصدمات اللي مريت بها. ممكن الانسان

يعني ما يتوقعش - [00:47:19](#)

هل بالفعل انا لما استذكر احداث ماضية واتكلم فيها واتناقش فيها؟ ده ممكن يؤدي الى اي خير واي منفعة ولا انا بس اقلب على نفس المواقع ولا ايه بالزبط؟ هو فعلا هو حسب هدفك من اعادة الاستذكار. لو اردت اعادة الاستذكار من باب ان انت تتباكى على الماضي

وانك تدخل في - [00:47:39](#)

وكذا وبتاع لكن آآ انا بارد الناس لحادثة عندما سألت السيدة عائشة النبي صلى الله عليه وسلم يا استاز محمد وقالت له فيما معناه

يعني انا لا اذكر النص ايه اصعب الايام اللي عدت عليك ذكر ايه؟ ذكر يوم احد وذكر يوم الطائف. لم يقل لها لقد نسيت. سيبك من

الاحداس دي. احداث المجاعة دي انا نسيتها. لآ هو - [00:47:59](#)

عادي فما فيش مشكلة ان بعض الاحداث المؤلمة اتذكرها واتحدس عنها لان بيخرج الزخم الشعوري معها. اتحدس مع شخص واعى

مش من باب التباكي وانما من باب اخراج الضغط الشعورية اللي اتكونت عندك في الموقف ده. يعني ممكن بس يا استاز محمد

اعرض بس مسل يعني طفلة تعاملت معها. الطفلة دي كانت في خمسة - [00:48:19](#)

كده ايه؟ كانت بتحضر مع مامتها درس اللي هو بيبقى في التراويح في رمضان. فسمعت المعلمة بتقول ان ايه آآ يعني الروح تخرج

من القدم فالبت سمعت بتركيز فظيع جدا واصبحت ترتدي الحزاء ليلا ونهارا وتنام بالحزاء ولا تخلعه. عشان يمنع بالظبط -

[00:48:39](#)

لأنها تستشعر بالموت وهو يخرج ايه؟ الروح تخرج من القدم. اذا هي لابسة الحزاء كي تشعر بالقدم. طيب هي هنا تشعر بخوف شديد

جدا واصبح الفعل الوسواس هو ارتداء الحزاء ليلا ونهارا بتطلع على السرير بالحزاء. ربنا يعزك. هنا الطفلة دي اه يعني طبعا رجعتها

للحدس خليتها تحكي لي. خليتها تحكي - 00:48:59

كيلي ايه اللي حصل مع ماما؟ ايه اللي حصل في التراويح؟ احكي لي. قالت لي المعلمة قالت كزا. وسمعت كزا وانا اوصي طبعاً
المعلمات واوصي اخواتنا في الله دايماً ان انا اخاطب يعني على قدر - 00:49:19
ايه؟ يعني اخلي بالي شوية لو في اطفال ما ما توسعش قوي ان انا اشرح حاجة يعني الطفل ممكن نفسيته مش فاهمها فرجعت بها
وسمعت منها الحدس على قدر عقولك. بالزبط كده فحكت الحدس وحكت لي الشعور ده وكده. طب انا اعمل ايه؟ هي خايضة تموت -

00:49:29

انا نفسي خايضة اموت يعني كل الناس عندها خوف من الموت. فهنا رحت ايه؟ فتحت الشباك وقلت لها انزري الى السماء فبصت
عجباك شكلها؟ قالت لي اه. وده اسمه تشتيت الفكرة. فقالت لي اه عجباني. قلت لها الله رحمته اوسع من السما دي - 00:49:49
هو اللي رايح لربنا ده يحس بايه؟ ربنا رحيم ربنا واسع الرحمة ربنا ربنا فزهب من قلبها الخوف ده. آآ حضرتك كنت بتقول لي
على نقطة تذكر الحدس المؤلم هي هنا تذكرته بس تذكرته بغرض ايه اني تعاطفت معها وخرجت الزخم الشعوري وناقشتها وتحذرت
معي عن هذه المعلمة وبعدها ردتها الى رحمة الله - 00:50:02

فليس الغرض من يعني اعادة تذكر الاحداث المؤلمة الاستغراق فيها وانما الغرض اخراج الزخم الشعوري اللي انا حاسس به بحس ان
انا اهدى سيان تجاه هذه الاحداث. هل ممكن يكون مفيد بالنسبة لمريض الرصاص القهري - 00:50:22
آآ نذكر له بعض الامسلة لناس تعافت من الوسواس ده سؤال جميل جداً طبعاً ويعني بحس ان هو بيدي بشرة وبيدي امل يعني
الانسان بيشعر ان في حد آآ سبحانه الله زهبت عنه هذه - 00:50:37

اصابة ويشعر ببعض الامان سبحانه الله. اه هقول بقى بعض الامسلة مسلاً اه يعني تعاملت تناقشت بشكل يعني كده مع مع اه مهندس
اذ كان مات اخوه بشكل مفاجئ. فبمجرد وفاة اخوه وحضوره مراسم يعني الدفن وكذا اصبح يعني يخاف من الله بشكل استثنائي
غريب - 00:50:52

يعني جاله بشكل غريب في الوقت ده واصبح يتوضاً بقى ايه بشكل مبالغ فيه مراراً وتكراراً وكذا. طبعاً هنا اه هذا الشخص جواه
حزن على موت اخوه جواه خوف يعني خرج الجانب اللي هو حاسس به ده واتكلم عن اخوه لان خلي بالك ساعات الانسان بيكون
حزين جداً بس مش عارف - 00:51:12

يتكلم فاهم قصدي؟ يعني يقولوا له ايه خلاص بقى انسى اهو مات وخلاص حصل خير البقاء لله الكلام ده. لا تحبس وتكلم وكده.
النقطة الثانية قلت له جزاك الله خيراً - 00:51:30

عن حرصك الشديد على عبادة الله بتكرار الوضوء ولكن الله لا يريد منك ذلك. فقال لي يعني ايه؟ قلت له يعني زادك الله حرصاً ولا
تعود. يعني انت هذا الحرص الفزيع - 00:51:40

اللي فيك ده اجتهادك الشخصي الله لا يريد منك ذلك اللي هي الفكرة اللي انا طرحتها من شوية. عارف حضرتك قال لي ايه؟ الحمد
لله الحمد لله كانه ادرك فجأة ان عليه ان يعبد الله - 00:51:50

الطريقة التي يريد الله وليس بالطريقة التي اراها تجويداً في عبادة الله. هو حمل نفسه فوق طاقته. ما لا تطيق وربنا ما حملوش ده
اصلاً. ده دي حالة مسلاً والراجل ما شاء الله لا قوة الا بالله تحسن بشكل طيب جداً. آآ ايضاً في آآ حالة تعاملت معها كان عندها
وسواس آآ يعني عارف حضرتك هو من نوع غريب شوية - 00:52:00

اللي هو تخشى ركوب الطائرات. يعني عندما تتركب الطائرات تشعر بخوف شديد. حضرتك ممكن تقول لي طب ويعني عادي يعني ما
تركبش وخلاص هي بتشتغل برة مصر هي وزوجها يعني - 00:52:20

وبالتالي بيضطروا يركبوا الطائرة فتشعر بيعني بوسواس رهيب عندما تتركب هذه الطائرة. عارف حضرتك عندما ناقشتها في هذه
الوسواس استمعت اليها زي ما قلنا كده ان احنا بنستمر ونعود الى الحدس المؤلم اللي حصل ونتكلم عنه. اكتشفت انها لا تخشى
ركوب الطائرة يا استاذ محمد وانما تخشى الوحدة - 00:52:30

هي تشعر ان ركوب الطائرة معناه ان تصبح وحيدة فاحيانا مريض الوسواس بتدخل في دماغه فكرة بشكل استثنائي غريب هو اللي بيبقى مع نفسه فهمها تجيب له هذه الاعراض المرضية. طب ليه هي حست بكده؟ لانها اول مرة جالها الخوف ده كانت وحيدة تماما وكان اهلها بعاد جدا عنها. تركوها - [00:52:50](#)

في دولة غير الدولة اللي هم مقيمين فيها. فده عمل لها حالة من الانزعاج النفسي. هي ربطته بالكوب الطبيعي. احسنت برافو عليك. رغم انه مش ده السبب الحقيقي اسمه في علم النفس الارتباط الشرطي. مم. ان ان يكتسب مؤثر ما قيمة نفسية لم تكن له. يعني الطائرة بريئة من الحدس. ولكن الطائرة تزامنت مع - [00:53:10](#)

الخوف اللي جالي. فلما تحدثت هذه السيدة وعدنا بها الى اللحزة التي تكون فيها الخوف وادركت ان خوفها كان نابع من هجر الاهل او ترك الاهل انفك هذا الخوف سبحانه الله وتحسنت كثيرا بفضل الله. ايضا الطفلة اللي اشرت لها من شوية اللي هي كانت ترتدي الشبشب بشكل مستمر او الحزاء بشكل - [00:53:30](#)

المستمر دي ايضا سبحانه الله تحسنت جدا بفضل الله سبحانه وتعالى. طفلة اخرى ايضا آآ هذه الطفلة كانت يعني مامتها بتكلفها غسل الاطباق كان سنها اتناشر او تلتناشر سنة يعني بتقعد تغسل الاطباق مدة طويلة من الزمن وسم تتحسس الاطباق مخافة ان يكون في فتفوتة لازقة في اي - [00:53:50](#)

يعني قطعة من الطعام لازقة وهي بتحاول تشيلها. هذه الطفلة اكتشفت انها متربية بالعصبية والخوف وخايفة جدا تغلط طول الوقت. ولزلك هي تطلع خوفها الفزيع ده في غسل الاطباق. تحدثت معها وطالبت الام انها تهدأ جدا في التعامل معها وكذا. آآ ثاني مرة الام بتقول لي دي بقت بكروة غسيل الاطباق - [00:54:10](#)

يعني بقت بتغسلها اي كلام يعني. هذه الطفلة ايضا تحسنت بفضل الله بشكل جيد جدا بعد برضو ما تم مناقشة السبب الاصلي. في برضو طفلة اخرى كانت تعاني من خوف الموت. هذه الطفلة كانت آآ دائما عندما تركز الموت يعني تتذكره بشكل قهري. وعندما تتذكره تشعر بخوف فظيع. هنا دي وسواس - [00:54:30](#)

افكار تسلطية هنا برضو رجعت بيها ناقشتها وجدت انها تعاني من نبز اصدقائها لها وان المشكلة نبز الاصدقاء وليست المشكلة الموت يعني اقصد يا جماعة ان احنا عاوزين نسمع بحق وحقيقي. نسمع بحق وحقيقي. نتعاطف بحق وحقيقي. بلاش نحقر من شأن الانسان. نسمعه بجدة. نرجع به للحدس. حتى احنا كناس عادية حوالينا - [00:54:50](#)

الانسان ممكن نسمعه ممكن نقف الى جواره ولزلك هل الوسواس بيتحسن؟ ايوة بيتحسن جدا جدا بفضل الله سبحانه وتعالى حتى لو كان بقى له اتنين وسنين. اه لان ممكن لو الحاجة انا ما لمستش ما لمستش سببها الحقيقي تفضل موجودة عادي. انا بشكر حضرتك على هذا اللقاء القيم - [00:55:10](#)

في الحقيقة انا استفدت كثير هل في عند حضرتك كلمة اخيرة او توصية او حاجة نفسي اوي يا استاذ استاذ محمد اقول وصية للمحيطين بمريض نفسي. الرسول صلى الله عليه وسلم امرنا بعيادة المريض. اما المريض النفسي فهو مريض لا يعود احد. مريض لا يسأل فيه احد - [00:55:29](#)

بالعكس انت عارف حضرتك في اوربا كانوا بيلموا المرضى النفسيين ويرموهم برة اطراف المدينة واحيانا يولعوا فيهم يعني يحرقوهم. مم. كفاية يا جماعة احتقار في المريض النفسي. المريض نفسي يعاني المريض النفسي يحتاج لرحمتنا يحتاج لوقوفنا جنبه يحتاج لاحساسنا به يحتاج نسمعه يحتاج نتعاطف معه هناك مرضى نفسيين شوفوا بمجرد التعاطف - [00:55:49](#)

معهم والاحساس بهم كفاية. كفاية للمحيطين بالمريض النفسي. كفاية احتقار كفاية تشويه. كفاية انت اللي جايه لنفسك. انت مش قوي انت مش عارف تتغلب انت كذا انت لا يعني تعرف كيف يعاني هذا المريض ارفقه بحاله تعاطفوا معه مش قصدي سيبوه ما يتعالجش او آآ استسلموا - [00:56:09](#)

المرض ولكن امنحوه قدر من التعاطف والاحترام. عودوا هذا المريض النفسي كما امرنا الرسول صلى الله عليه وسلم بعيادة اي مريض. المريض النفسي مريض. الكلمة الاخيرة ما هي وصية مني للمحيطين بالمريض النفسي بعدم نبزه بعدم احتقاره بالتعاطف معه

بتحملة بعدم الزهق منه بمنحه قدر من الاحترام لانه - [00:56:29](#)

والله العظيم بيعاني دي الكلمة الاخيرة اللي انا نفسي اوجهها يعني للمحيطين بمريض نفسي يا استاذ محمد واحترموه وازهبوا معه الى الطبيب او المعالج وقدروه وكفاية انت السبب وانت اللي عملت وانت اللي سويت. كفاية هذا الكلام. وربنا يبارك في حضرتك وانا شاكرة لك هذا اللقاء. وربنا يجعل هذه القناة المباركة في ميزانك - [00:56:49](#)

يا رب. انا شاكر جدا لحضور حضرتك وشاكر جدا لهذا التحضير الطيب وآآ يعني انا بصراحة فعلا اتعلمت كثير وطريقة العرض والترتيب ممتاز جدا اسأل الله عز وجل. ربنا يبارك فيك. ان ينفع اللهم امين. بهذه المادة العلمية ويجعلها سبب - [00:57:09](#) لشفاء من يعاني. هي دي اهم نقطة وسواس القهوة. امين يا رب. وانا شاكرة لحضرتك والشكر موصول لك على كل ما تقدمه. جزاك الله خير الجزاء. سبحانك اللهم وبحمدك وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك. جزاكم الله خيرا على حسن الاستماع وبازن الله هتلاقوا في وصف الفيديو آآ رابط صفحة الفيسبوك آآ - [00:57:29](#)

دكتورة ايناس والاطفال لو حد حابب يتابع واتشرف بهم. جزاكم الله خيرا. وخيرا جزيلا. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته -

[00:57:49](#)