

د.شريف طه يونس | رسائل الفجر | الموسم الخامس |

الحلقة 21

شريف طه يونس

اه اه قد ارسل ربى للخلق نورا يهدي روحها تسرى تحىي امواتا تجعلهم كنجوم تمشي في البشر تجلو حزنا تذهب هما تصرف عنا كل شر في صدرك تغفر ذنبنا تستفتح ابواب الخير - 00:00:00

تستفتح ابواب الخير. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. ان الحمد لله تعالى نحمده ونستعين به ونستغفره نعوذ بالله تعالى من شرور انفسنا ومن سيئات اعمالنا انه من يهدى الله تعالى فلا مضل له. ومن يضل فلا هادي له. اشهد ان لا الله الا الله وحده لا شريك له - 00:01:10

واشهد ان محمدا عبده ورسوله ثم اما بعد. اهلا وسهلا ومرحبا بحضراتكم وحلقة جديدة من حلقات رسائل الفجر. رسائل الخروج من الظلمات الى النور. آ رسائل الخروج من الظلمات الى النور ومن الحزن الى السرور. رسائل شعارها كل - 00:01:30

بمشكلة نحياها سببها اية او سورة اهملناها او منهجية ما راعينها. احنا كنا بنتكلم في الحلقات الماضية عن آ يعني عن موضوع يعني طال الحديث عنه لكن لان في الحقيقة هو واحد من مكبرات الحياة على البشر. وآ - 00:01:50

وفي نفس الوقت هو حاجة تقريبا يعني لا يكاد حد مننا يخلو منها. بل اصلا اه من الحاجات اللي احنا ممكن ما بناخدش بالنا منها الامر ده احنا ممكن نباشره في اليوم الواحد اكتر من مرة. يعني مين مننا بيمر عليهم ما بيتضايقش؟ وبيتضايق اكتر من مرة. آ اي نعم - 00:02:10

ممكنا الناس بتختلف اه طريقة تعبيرهم عن الضيق. احيانا الناس بتختلف اه الاثار المترتبة على الضيق ده آ احيانا الناس بتختلف مساحة انفعالهم مع الضيق الحال. لكن في النهاية احنا قدام حاجة بتتكرر بشكل كبير جدا - 00:02:30

بشكل يعني الحقيقة لا يكاد ينكره احد. يعني عشان كده احنا كنا بنحاول بس يعني بما ان ده امر يخصنا احنا كبشر فمع احترامي مش هنلاقي كلام عند فلان ولا عند علان يعني هنجد ان الكلام اللي ينفعنا او الانفعال لنا على الاطلاق هو اللي موجود عند ربنا سبحانه وبمحمده ويمكن اشارنا - 00:02:50

مرارا وتكرارا لهذه المسألة آ لما اتكلمنا عن موضوع حدثني يعني ان ما فيش حد اعلم بنا من اللي خلقنا وما حدش يعرف يحدثنا عنا اجمالا او تفصيلا زي اللي خلقنا سبحانه وبمحمده. واعرف الناس بانفسهم هم اكتر الناس آ - 00:03:10

يعني فهمها وتفكرها وتدبرا في كتاب الله عز وجل. طيب فكنا آ يعني قلنا هنحاول نستعرض الآيات اللي بتتكلم عن موضوع الضيق دي في آ القرآن الكريم. ووقفنا طبعا مع آ يعني لنا حلقتين حلقتين تقريبا مع اشهر اية - 00:03:30

اتكلم عن الامر ده آ وهي آ اية سورة الحجر التي يقول فيها ربنا سبحانه وبمحمده ولقد نعلم انك يضيق صدرك بما يقولون. فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين واعبد ربك حتى يأتيك اليقين. ويمكن كنا قلنا انها آ فيما يتعلق بمسألة الضيق آ الآية دي - 00:03:50

بترسل لنا مجموعة من الرسائل ويتوضح لنا مجموعة من مش هقول المعلومات من الحقائق. يعني بتقول لنا على حقائق مهمة فيما يتعلق مسألة آ الضيق دي. اشرنا لبعضها في الحلقة قبل الماضية. واسرنا لبعض اخر في الحلقة الماضية. لكن يمكن الحلقة الماضية - 00:04:10

يعني فصلنا شوية آ في حاجة كده مهمة او اي يعني يمكن انا دايما بوصي الناس بالحلقة اللي فاتت دي بالزات مهمه جدا آ

لما اتكلمنا عن انواع الضيق وان الضيق ده مش كله طبيعي. وبرضو مش كله مش طبيعي. يعني - 00:04:30
في تهويل وفي تهويل في المسألة يعني. وحاولنا كده مع بعض نشوف مجموعة من المعايير او المقاييس اللي اقدر انا اقيس بها. هل
هل فعلا انا انسان يعني كان لي حق اتضيق ولا ما ليش حق اتضيق. اه وهل انا انسان طبيعي يعني ممكن حد يوصف بانه عصبي. اه
بيتضيق كتير ويدايق بسرعة - 00:04:50

وواحد تاني اتوصف بانه هادي لـ ما بيتضيقش ودائما دي نقطة خلاف ما بینا دايما بنقعد فلان يقول على فلان عاصب يقول انا مش
عصبي ولا حاجة وفي الغالب ما حدش بيشفوف نفسه يعني - 00:05:10
كم هيوصف يعني تمام آا او العكس برضو ممكن واحد يكون بيجد آا ذاته بزيادة وبيوصف نفسه بزيادة ان انا لـ انا بتضيق وما كنش
لي سبب بتضيق وما كنش لي حق اتضيق. لـ وكان بيقى من حقه يتضيق تماما. او بقى ان مسلا في موضوع ممكن المفروض
يتضيق وهو ما يتضيقش - 00:05:20

ودي برضو اشكال يعني مسلا ان هو يجد في قلبه ضيقا. يعني كنت بقول المسألة دي دايما لما كنت بتكلم مثلا عن ايه؟ عن الحملات
اللي ما بتتوقف تقريبا آا اللي هي بيضاء فيها لحبيبنا صلى الله عليه وسلم او بيضاء لكتابنا العزيز او - 00:05:40
فيه لمقدساتنا فكنت بقول يعني على اقل التقديرات لما الواحد بيسمع ان الكلام ده حصل ايه اللي بيحصل في صدره يعني ده ده دي
مثلا ضيق ده ضيق مطلوب يعني ده ضيق مطلوب اصلا. يعني ضيق زي ما بيقولوا ايه؟ واجب. فلما الانسان مسلا - 00:06:00
يسمع ان حصل كده مسلا في الرسول صلى الله عليه وسلم او حصل كده مسلا في القرآن او حصلت هذه الاساءة للمقدسات وهو
يعني ما يتضيقش من جواه حتى يعني ما يعنى حتى ما يتمعرش وجهه يعني وجهه كده يتغير بيقى فيه مشكلة - 00:06:20
 فهو زي ما بيقول ان في اوقات الضيق ده اصلا مطلوب مطلوب الانسان يتضيق يزهار عليه الضيق. المهم يعني وحط لي شوية
معايير كده يعني على ما اذكر ان احنا تقريبا اشرنا لسبع حاجات آا كنا قلنا آا الاول كده سبب الضيق ما شئت. آا هل الامر ده يستحق
الضيق ولا لا اصلا ايمان - 00:06:40

يعني عمراني اخروي ودنيوي وكنا اه اشرنا كده في الوسط لمسألة تبرير الشعور بعد كده اتكلمنا عن اه المعيار الثاني هل الضيق ده او
اجباري انا اللي جبته لنفسي ولا خلاص هو هجم علي خلاص المعيار الثالث كنا بنقول الشدة والحدة يعني هو - 00:07:00
ده برضو واحد من الحاجات ان في زي ما قلت كده لو السبب بتاع الضيق ده طبيعي بيقى الضيق طبيعي السبب بتاعه او مرضي
بيقى مرضي خلاص النقطة زي ما قلنا الشدة والحدة. طب شدته بتبقى ايه؟ لا في ناس يعني بتتفاعل تفاعل تفاعل مبالغ فيه مع
حاجات بسيطة جدا ويسيرة جدا - 00:07:20

والعكس بالعكس آا النقطة الرابعة اللي احنا كنا اشرنا اليها هي المدة. يعني طويلة ولا قصيرة؟ يعني لما بتضيق يعني بقعد مدة ومش
عارف ايه واقعد فترة طويلة واتكلمني عن مسألة آا سرعة الفي وبطء الفي وسرعة الغضب وبطء الغضب وصنفنا الناس عشان كده
يقول لي المحاضرة الحقيقة كانت مهمة جدا - 00:07:40

برضو النقطة الخامسة كانت سرعة الدخول في الغضب او الضيق ويمكن دي كانت المفروض قلنا انها تبقى بدرى شوية. سرعة
الدخول في الغضب او الضيق يعني بيدخل في سرعة ولا اـ المعيار السادس - 00:08:00
ايه اللي هيترتب على الضيق ده؟ آا يترتب عليه اضرار ايذاء معصية ترك طاعة حرمان من خير تضييع امانات. ماشي؟ والمعيار السابع
كنا بنقول الاثر المترتب على الضيق ده. ويمكن هنا الوقت زاحمنا فاضطررنا آا اضطرارا ان احنا نايه آا نتوقف في النقطة -
00:08:10

فانا حبيت الحقيقة النهاردة ان انا اقف معها وقفه شوية. وهي مسألة الاثر آا او الاثار المترتبة على هذا الضيق. الاثار المترتبة انتبه
على هذا الضيق. آا الضيق ده بيسيب في نفس ايه؟ آا في الحقيقة آا مثلا احنا نشوف البشر - 00:08:30
بنجد نوع من البشر لما تروح تخطبه يجي له كدمة. فتلالي الخبطة دي او الكدمة دي هي ما هياش اه ما هياش يعني قوية هي
خفيفة جدا لكن تلاقي انها احداث احدثت اثر بعد شوية تلاقي يعني بدأ المنطقة اللي كان فيها الكدمة دي تصفر وبعد كده -

ازرق وبعد كده تاخد لون اسود رغم انها كدمة عادية جدا. ممكن نيجي لاحد اخر بقى ونكمده نفس الكدمة دي او نخبطه نفس الخبطة ما نلاقيش الاثر ده موجود عنده - 00:09:10

يعني ما نلاقيش اثر الاثر بتابع الخبطة للدرجة دي. يعني مم لا نكاد نجد اثرا اصلا. لدرجة ان لو قال لحد انا مخبوط في دراعي على فكرة طب قل لي كده - 00:09:20

ما يعرفش. انما الثاني ده هو الخبطة عادية جدا. لكن تركت في نفسه اثرا. زي بالضبط اللي بنشوفه في في المفهوم اللي هو واضح عند اغلب الناس ولا يخفى على شريف علمكم وعلمك اللي هو مفهوم الهشاشة. احنا مسلا في الطب مسلا فيما يسمى بهشاشة - 00:09:30

طلع ضوء. اللي هو صاحب العظم الهش ده. هو الناس بتقول ان عنده هشاشة على اعتبار ايه؟ طبعا هو تشخيص له قصة كده في 00:09:50

والعزم لكن !! احنا ببساطة شديدة جدا بنقول ان هو بيتكسر من !! يعني مسلا !! مش عارف داس على مش عارف حاجة غلط فتلاقيه اتكسر. وقع مش عارف وقع من على درجة سلم يعني الدرجة الاولى من السلم اتكسر. فدي دي هشاشة. تمام - 00:10:00
اه هنا بقى محتاجين حاجة مهمة خالص وهي مسألة بقى الاثر اللي هيترتب على الضيق ده سواء هل هل هو هيحدد لي هو مرضي ولا ولا طببي؟ يعني فسيولوجيكال ولا ولا فسيولوجيكال على اعتبار ايه؟ على اعتبار ايه؟ على اعتبار - 00:10:20
اثر لا يخلفه. يعني لو واحد في حاجة تضائق ضائقته. فخالص يعني اتضائق شوية وزعل شوية وبعد كده الامور مرت لكن لا ممكن نجد ان ان عنده الحاجات اللي بتضائق دي كانها جراحات كأن في جرح - 00:10:40

حصل في داخله والجرح ده يعمل ندوب خلاص والندوب دي كل شوية تنكأ لأ ده كده مش طببي في حين انها مسلا واحد بيتكلم مع واحد فجهه قال له كلمة زعلته قال له يا عم بصراحة انا مش عارف انا حاسس انك مهملي وان انت مش عارف ايه ومش منتبه لمصلحتك ومش عارف كذا - 00:11:00

قل له يعني انت يعني انت بتقول علي ان انا مش انسان مش جاد وانسان مش كوييس ومش صادق مع الله صح صح انت بتقول انا مش صادق مع الله وتقول - 00:11:20

ان انا اساسا مش ما نيش مخلص وانا انسان مخلص ما كنتش اهمل كده وان انا مش هنفع في اي حاجة وكلام من ده كله وكذا وكذا ووكذا ويتأثر جدا - 00:11:30

في حين ان الكلمة دي يعني عادية ممكن واحد تاني سمعها يقول له هو ده انا عارف ان انت مش الصراحة حاسس انك مهملي شوية ومش عارف ايه ومقصري ومش مقصري - 00:11:40

قولوا ربنا يهدينا بقى ويصلاح حالنا ادعى لنا معك. طب انترأيك انا ممكن اعمل ايه؟ حاجة ممكن اكيد تضائق لانه نوع من الایذاء او مثلا لفظ وربما ما كان ينبغي ان يكون. لكن هذا الشخص علشان هو عنده سيكولوجيكال في او عنده هشاشة نفسية. هذه - 00:11:50

الكلمات هذا الحجر الصغير جدا لما رمي به رميته به نفسه او رمي به قلبه احدث فيه هذا الاثر الكبير رغم ان الحجر صغير واثره غير خطير. لكن احدث هذا الاثر الكبير في نفس هذا الانسان. على اعتبار الهشاشة الحاضرة في نفس - 00:12:10

الانسان. يبقى دي نقطة لازم تفهم برضه ان في اوقات الضيق بتعاي من الحاجات اللي بتحوله لضيق مرضي. الهشاشة اللي موجودة عندي انا نفسيا في نفس الوقت. الحالة النفسية للشخص اللي بيستقبل هذا الضيق. ييجي هو فعلا ممكن تكون حاجة - 00:12:30

بس يبقى ايه المشكلة اللي حصلت؟ ان ردة الفعل كان مبالغ فيها. طب رد الفعل كان مبالغ فيها ليه؟ ليه؟ لان هو شخص هو عنده هذه الهشاشة النفسية. او ممكن نعتبر ان هو ايه يعني الاناء ممتلى. فطفح الكيل. يعني - 00:12:50

وكت دايما اه يعني اقرب الموضوع ده بان مثلا لو انا عندي اناه هذا الاناء فيه ماء والاناء ده ممتلى يعني ول يكن مثلا اه هو السؤال

باتاعي دي ممكن يعمل دعاية لحاجة. ماشي؟ اللاء ده لو هو ممتلى للنصف - 00:13:10

آآ وقعت في قطرة ماء هيحصل ايه؟ هيتحمل. قطرة اخرى يتحمل. طيب حطينا خمسة سنتي ميه هيتحملها عشرة سنتي مية احتملها مسلا ده ممكن يكون يشيل ربعمية سى سى او ربعمية سنتي مية. تمام؟ السيسى اللي هو الملاوى يعني. تمام؟ فممك يشيل مسلا ربعمية ملاوى او ربعمية سنتي ميه - 00:13:30

تمام حطينا عشرة سنتي تانى ماشي حطينا خمساتاشر سنتي ماشي تمام. آآ هنا خمساتاشر فمسلا عمالين نحط خمسة سنتي خمسة سنتي خمسة سنتي ما يحصلش اى حاجة. فجينا في مرة آآ هنا خلاص وصل للحنة دي كده بالزبط. هنا خلاص. فجينا حطينا ثلاثة سنتي فيحصل - 00:13:50

ييفض فييجي الشخص اللي قدامه يقول له طب انت ايه اللي يعني ده على فكرة انا كنت بعمل حاجات اشد من كده وبقول اشياء اكتر من كده وانت ما كنتش بتتأثر ليه؟ لانه محمل. اللي هو بقى العرب كانوا يقولوا يقولوا القشة التي - 00:14:10

قسمت ظهر البعير القشة التي قسمت ظهر البعير. البعير ده تمام تمام محمل بس القشة دي خلاص بالنسبة له دلوقتي بقت زائد ايزاء ايزاء وكذلك الانسان في احوال بتمر عليه بيبقى ما بيأخذش بالله ان ردد افعاله كانت ضيقه - 00:14:33

كان مرضي مش مش طبيعي. طب وكان ايه سبب ان ضيقه مرضي؟ ان هو لودد. ان هو محمل ان هو مضغوط جدا فهو محمل او مضغوط مضغوط بصفة عامة مضغوط من الشخص ده تحديدا مضغوط من الامر ده تحديدا - 00:14:53

الشخص ده او الامر ده هو كان بيتحمل بيتحمل خمسة سنتي وعشرة سنتي كمان وجاء في اوقات احتمل خمسين سنتي وما فيش ولا مرة فمسلا حملناه اقل من خمسة سنتي ومحمل عادي جدا. لكن المرة دي يا دوب احنا حطينا اتنين سنتي ولقيناه بينفجر. ايه اللي بيحصل ده؟ لان - 00:15:13

وهو كان واصل لقدر من من الضغط اللي هو معه مش لا يطيق ما فيش احتمال لا يستطيع ان يتحمل اكتر من ذلك فتبقى ردة فعله هنا سوانى بقى. حد يقول ايه؟ ما هو ردة فعله طبيعية. لا مش طبيعية. انا لازم انا هنا بقى فين شقين - 00:15:33

الشق الاول اللي هو اللي تسبب في هذا الضيق او اللي رمى الحاجة اللي تضايق ده. والشق الثاني بقى الشخص اللي هو ايه؟ اللي هو تضايق يعني المضايق هو المضايق. خلاص؟ فالمتضايق بقى ما يوصفش ضيقته بانها ضيقه ضيقه فسيولوجية او ضيقه طبيعية - 00:15:53

دي مش اضاءة طبيعية. دي ده دي ردة فعل مبالغ فيها. طيب ايه سببها؟ يعني هذه هذا الضيق احدث في في نفس هذا الاثر اسر كبير جدا جدا في شدته وفي حدته ماشي؟ آآ رغم ان المؤثر ما هو اش بهذه الشدة ولا بهذه - 00:16:13

انت ولم يأتيك الحدة يعني. خلاص؟ طيب آآ فما يقولش ان ده طبيعي. لا ده مش طبيعي. خلاص؟ طب الشخص اللي ضايق المضايق ده بقى هو لازم يفهم ان اللي هو اللي عمل ردة الفعل الكبيرة في مواجهة يعني هذه هذا يعني - 00:16:33

هذه المسألة الصغيرة في الغالب هو محمل جدا. في الغالب هو مضغوط جدا. في الغالب هو لا في مرحلة مش محمل فيراعي ذلك. يا ليتنا ننتبه لهذه المسألة. يا ليتنا ننتبه لهذه المسألة. فيراعي ذلك. ويرى ان ده مش الوقت خالص. اللي هو ممكن يتحمل فيه ما - 00:16:53

كان يتحمله ايه؟ سابق. اعتقاد ان احنا كلنا بتمر علينا هذه الحالة العابرة. ان يوم يكون الواحد فينا مسلا صاحي من النوم الصبح مش عارف المشكلة فين وقصة فين ومش عارف ايه وخناقة في شغله ومش عارف قابل ايه وواحد مش عارف خنق عليه في العربية وقابل حد بتاع مرور دايقه - 00:17:13

ومش عارف راح فين ويجي مسلا بقى يروح البيت وتيجي مسلا مراته تضايقه في حياته. او يجي حد من ولاده يضايقه في حاجة. او حد يكلمه في حاجة. لا شك ان هو بيبقى عنده رد - 00:17:33

ال فعل ايه؟ مبالغ فيها على حاجة صغيرة جدا. هي اي نعم تضايقه. بس هو ممكن امبارح واول امبارح واول اول اتعرض لها وما تضايقش بالشكل ده. فده العش الشخص اللي هو تسبب في الضيق زاته انه يعني يفهم ان اللي بيعمله بيضايق. مش معنى ان

الشخص ما ادايقش المرة اللي قبلها يعني ان هو مش بيتضايق - 00:17:43

هو بيتضايق لكن يعني للاسف احنا ممكن ما ننتبهش ان احنا بنعمل الشيء ده لان ما كنش عندنا ردة الفعل اللي احنا متتصورينها او لما حصلت رد الفعل حصل هذا الكلام؟ طيب وفي نفس الوقت الشخص اللي هو اللوبيت ده يفضل لما يبقى في هذه الحالة ان هو ما ما يتعرضش للحاجات اللي بتضايقه - 00:18:03

ودي حاجة مهمة جدا جدا. ان هو الانسان يعني النبي صلى الله عليه وسلم قال لا ينبغي للمؤمن ان يذل نفسه. الحديث ده الحقيقة يعني ليه تطبيقاتك عديدة عديدة في الحياة؟ مثلا اللي احنا بنتكلم فيه ده لا ينبغي للمؤمن ان يذل نفسه وقالوا كيف يذل نفسه يا رسول الله؟ قال يعرض - 00:18:23

من البلاء لما لا يطيق. يعني يكون الواحد فعلا مش محتمل خالص خالص ان في حد يضايقه ولا زي ما بيقولوا يكرش له جنب مناخيره ولا ومش عارف ايه. ويروح يبرز للناس - 00:18:43

يقول لك عادي ومش هيجرى حاجة وانا بعمل اهو وانا لأ يعني حاول كده دي يد حتى يهدأ يعني او يقول يا جماعة خالص انا جاي بس انا ما حدش كلمني في حاجة. يعني ما حدش كلمني في الامور التالية لان انا النهاردة ممكن مش محتمل شوية. ممكن تبقى ردود افعالى ومبالغ فيها. وده الافضل. الافضل - 00:18:53

مش ان هو يروح يعتزل الافضل ان هو خالص يجي بس يقول يا جماعة انا ممكن ردود افعالى مبالغ فيها شوية فهستأذنكم يعني يا ريت ينتبه لمثل هذا الكلام. طيب - 00:19:13

ده كده اللي هو الاثر اللي هيترتب على الشيء اللي بيضايق من ناحية الشدة او الحدة. من ناحية الشدة او الحدة. خالص؟ طيب آاه حد هيقول لي يا دكتور طب مش هو ده بتاع الشدة والحدة اللي احنا خدناه قبل كده؟ شدة الضيق او حدة الضيق لا مش هو ده هو ده لأ في الحقيقة لان - 00:19:23

النكهة بتاع الشدة و بتاع الحدة احنا كنا بنتكلم على هو ردة فعله شديدة ولا خفيفة طب ما ده برضو انت بتتكلم على كده لأ انا بتتكلم على الاثر اللي حصل في نفسه ان الشخص ده لما هييفيض ولا لما يعني المفترض ان احنا دلوقتي جينا - 00:19:43

مسلا قلنا له كلمة فالكلمة دي هتعمل ايه؟ بالكتير خالص هتعمل بقعة. هتعمل كدمة. كلمة يعني يعني تحدث كدمة خالص او الكلمة تكلم يعني تجرحه. انما ان الكلمة دي تكسر يعني انا واحد زي مسلا - 00:20:03

انا جببت بتاع الزلطة الصغيرة خالص ماشي؟ او حجر صغير وجيست رميته لوح ازار. يعني اكيد ربما هذا الحجر الصغير او لا شك يحدث اثرا في ذلك اللوح الزجاج. لكن هيوقعه كله كده يهشمه كله - 00:20:23

يعني كتيرة هي ده اللي اقصده ان تبقى شدة الاثر وحدته. يعني مش ردة الفعل بتاعتي. لا ردة الفعل خالص ما هي ماشي فرد الفعل اللي هو بقى اتضايق زعق جامد مش عارف ايه اكتئب بزيادة لأ ده هو الامر خالص هو ردة الفعل يمكن حتى ردة الفعل اللي اظهرها - 00:20:43

هل اللي قدامه مش جامدة يعني مش ردة الفعل اظهرها اللي قدام. آه وفي ناس كده ويمكن كنت قلت قبل كده ان من اكتر الناس اللي بيبقو تعبانين الناس اللي بيكتموا. يمكن الناس العصبيين او الناس يعني اللي هم يعني - 00:21:03

بينفجر و خالص الناس دي ممكن ما بتتعبس. ليه؟ لان هو اصلا ودایما كنت اقول له دول اضعف من غيرهم. دول الاضعف ماشي؟ وان بدأوا غير ذلك فهم الاضعف. ماشي؟ فالناس اللي هم اه اللي بيبقو اه عصبيين - 00:21:23

بيبقو اضعف لانه مش قادر يتحمل الضغط فايه؟ فانفجر فخالص فاكيد اضعف. الناس اللي هم بيكتموا هم اقوى. لكن وهم مع مع قوتهم دي هم بيعانوا اكتر. يعني الناس قد تتصور ان الشخص اللي هو بيقعد بقى بيعمل ومش عارف ايه ده هيعاني اكتر - 00:21:43

اكثر من من جراء ما فعل او من اثار ما فعل. لكن في الحقيقة الناس اللي هم بيكتموا بيعانوا اكتر. بيعانوا اكتر ليه؟ لان لان فيه نار تضطرب في صدره الان. لان هو الاولاني ده جمرة النار اللي التي القيت عليه جه واخدتها وجرا راميها - 00:22:03

او جه فيتها ورماها في وش اللي قدامهم كلهم. انما انما الثاني ده هو خوفه على آآ يعني من خوفه من الآثار المترتبة على القاء جمرة النار النار هذه اول ما جت جمرة النار هو ما حبس ان هو يعني - 00:22:23

ليليقيها في وجه احد بس هو حب انه يطفئها في داخلها. اراد ان يطفئها في داخله. تمام؟ ففعلا هو خدها في داخله. فلا شك هيظهر عليه من من من تمعل الوجه وتغير الحال. آآ ما يظهر على شخص يعني في داخله جمرة - 00:22:43

نار لا شك فهم يعانون ولا شك هم ممكنا في الظاهر ما ما يعانونش المعاناة الظاهرة. لكن في الناحية هم يعانون ولا شك هذه المعاناة التي يعانونها او هذا الذي يكابدونه ممكنا مع تكراره مع تكراره - 00:23:03

يحدث هشاشة في النفس. هذه النفس ما عدت خلاص تتحمل. فممكنا مع حاجة بقى مع جمرة نار تترمى هو ما بقاش ايه ممكنا ما بقاش ما اظهرش برضو اثر كبير. لكن ما اقدرش ردة فعل كبيرة. لكن الاثر اللي - 00:23:23

حصل جواه كبير. طيب عشان ما حدش يتوه مني. يعني انا عارف برضو ان ممكنا البعض يعني يتوه. عشان ما حدش يتوه مني. انا معيار اللي هو بتاع الشدة والحد اللي اتكلمنا عنه هو بيعبر عن ردة الفعل في مواجهة الحاجة اللي تضايق. كانت ردة فعل شديدة قوي او حديدة قوي او مبالغ فيها او اي - 00:23:43

بس ردة فعله عدت. انما في المعيار السابع احنا بنتكلم عن الاثر اللي هيترتب على الامر ده. يا ترى اثر عادي كده خفيف عابر ولا اثر شديد اثر فين؟ جوايا انا. واضح؟ مش مش ردة فعل؟ لا ده هو الشخص ده. الشخص ده ردة فعله الظاهرة - 00:24:03

ممكنا تبقى عادية. يعني حد مسلا عامل حاجة تضايقه او اي فردة الفعل بتاعته كانت طبيعية. تضايق شوية واتمعر وجهه شوية وزعل كده وحطه في نفسه ما تكلمش. سكت. فهو كده بالنسبة للمعيار الثاني الضيقه بتاعته طبيعية - 00:24:23

رقم اتنين بيئته طبيعية. هو تفاعله تفاعل طبيعي جدا. لكن بقى بالنسبة للمعيار السابع ايه اللي حصل جواها هنجد بقى ان الجمرة دي جواه عملت فيه ايه بقى؟ هشمته نفسيا. حطمته نفسية. ده بيحصل - 00:24:43

في اوقات لما بيقى الانسان عنده تكرار التعرض لمثل هذه الاشياء. بيكرر التعرض لها وهو ايه ما بياخدش اي خطوة او ما بيعالجهاش او تخيلوا ان هو عمال يجمع جمرات نار في صدره ويتركها لا يطفئها. يتركها لا لا يطفئها. ولذلك - 00:25:03

الاثر اللي هيحصل الاثر اللي هيحصل هيبقى فيه صورتين. اثر فيما يتعلق بالشدة واثر فيما يتعلق بالمدة. يعني ايه اثر فيما يتعلق بالشدة؟ يعني احيانا تبقى المشكلة بان في ان هو كان الشيء - 00:25:23

بيضايق ده ول يكن قوته عشرة. فالافتراض كانت تبقى ردة الفعل اللي قصاده عشرة. فالشخص فعلا ردة الفعل اللي قصاده كانت عشرة عشر درجات هو يضايق هو المؤشر ده قوته عشرة فردت الفعل اللي قصاده تبقى عشرة خارجية - 00:25:43

طيب داخليا ردة الفعل المفروض تكون كم؟ عشرة. لا نلاقي الشخص ده ردة الفعل الداخلية بتاعته كانت الف يبقى هنا الاثر اللي خلفه اللي خلفه هذا الشيء الذي ضايق بقى شديد قوي بزيادة قوي مبالغ فيه قوي في الشدة. طب امال ايه اللي قصدك عليه بالمدة؟ اللي قصدي عليه بالموت ده ان الاثر ده - 00:26:03

كان المفروض هو قوته من ناحية الزمن واحد ساعة. فردت الفعل اللي كانت تصدر مني انا ان اتضيق لمرة واحد ساعة. لأ ده يتضايق ماشي لمدة واحد شهر. شهر - 00:26:33

رغم ضيقته مش شديدة قوي بس يفضل مدايق شهر. طيب يبقى هنا لو جينا نقول الشدة والمدة الشدة هو الاثر ده زي ما قلنا عشرة المؤثر ده عشرة فالافتراض الاثر ردة الفعل بتاعتي تبقى عشرة والمفروض الاثر اللي هيحصل عندي من ناحية الشدة يكون عشرة وهو مدته ساعة - 00:26:53

اه فالافتراض هو قوته من ناحية المدة هيقعد قد ايه بقى على درجة عشرة هيقعد ردة الفعل تبقى ساعة الاثر اللي هيحصل في نفسى ساعة. فامتنى يحصل الخل في الشدة او المدة؟ الخل في الشدة ان المفروض بدل ما تبقى الاثر عشرة بقى الف - 00:27:21

طب والخل في المدة؟ ان بدل الاثر ما يبقى ساعة بقى شهر. بدل ما يبقى ساعة بقى ايه؟ بقى شهر. حد يقول لي عن ما لديه منك لا

ما يتوهش منك ببساطة انا بتكلم على نوع من الضيقة بيحصل لنا حاجة تضايق جداً بس مش - 00:27:41

مش تضايق للحد اللي يخليني افضل متدايق شهر. حاجة تضايق جداً بس مش تضايق للدرجة اللي تهشملي داخلياً اللي تخليني مش قادر اعمل اي حاجة ولا قادر اخذ اي حاجة ولا قادر اعمل اي حاجة. فده اللي اقصده بالاخير. الاخير - 00:28:01

اللي مترب على الكلام ده في النفس في نفسي انا ايه اللي هيحصل في نفسي؟ وده برضو احياناً بعض ما بتاخدش بالها منه. الناس اللي بتضايق غيرها ما بياخدوش بالهم منه. والناس اللي بتضايق ما بتاخدش بالها من خطورته. تاني بقى - 00:28:21

بالراحة. يعني كتير من الناس اللي بتضايق غيرها ممكن زي ما قلنا بما ان ردود افعالهم بتبقى منضبطة. واحياناً كمان ما بيلحظوش فييلقيه بجمرة النار دي. هو بياخد جمرة النار يلتقطها فيبتحملها ويتحملها. وجهه بيتمعر قليلاً كده او بيظهر عليه - 00:28:41

الاخير بتاعه محاولة معالجتها بس بيمر الامر وينجح في اطفاءها بینجح في اطفاءها خلاص؟ طيب المرة اللي بعدها القينا عليه جمرة تاني لكن ما خدناش بالنا ان الجمرة دي عملت خلت المنطقة دي من الاید ملتهبة. وممكن تكون حرق - 00:29:01

الانسجة في المكان ده. فنروح نرمي جمرة تاني فهو مش هيقدر يلتقطها بالمنطقة دي فيلقطها بالمنطقة دي. فبرضو يزهار عليه التألم شوية المشكلا بقى ان هو بعد ما كل ده يلتهب او يحترق. وانا جيت رميت عليه جمرة فهياحصل ايه؟ هتبقى بقى هتتجي هنا ردة

ال فعل - 00:29:21

مبالغ فيه. هيجيني الاخير بقى المبالغ فيه. مم الناس اللي بتضايق غيرها ما بتنتبهش للمسألة دي. بيتصور ان كون اللي قدامه وده ما

اتضايقش فمعنى كده انه ايه؟ انه عادي ما فيش مشكلة. عادي عادي. وهديكم من اصرخ الامثلة على كده. بس - 00:29:41

مثلاً التهريج والسخرية والضيقة ممكن حد مسلاً واحدة يتم السخرية مسلاً من شكلها او يتم السخرية مسلاً من شعرها او يتم السخرية من وزنها. فكل ما مسلاً حد يقابلها يقعد ايه اه يسخر منها. انت مش عارف اه انت انت - 00:30:01

ده عامل زي البتاع الاعلان اللي جاي بيجي في التليفزيون فهي ايه تبتلع الكلمة وتضحك معهم كده وخلافه. بس هي خدت الجمرة وايه المرة اللي بعدها يقعدوا برضو يذكروا الموضوع ده تاني ويجيبيوه من ايه؟ تبتلع الجهة. لغاية ما تيجي في مرة هتبقى عندها - 00:30:21

يبقى فيه ردة فعل مبالغ فيها. لا ده الاخطر ان ما تعمليش رد فعل مبالغ فيها. يلاقوها هي ما يعني حتى ممكن وشها بتضايق شوية ما قعدتش بتضايق. ودخلت في اكتئاب. مم اتحطمت داخلياً - 00:30:41

اا اتحطمت فقدت سقتها بنفسها بقت حتى مسلاً لدرجة مسلاً ممكِن يجيلى عريس فاي عريس يجيلىها تتجوزه على اعتبار ان عندها قناعة انها وحشة اصلاً وان ما حدش ممكِن يجوز واحدة شعرها كيرلي. لا مش يعني فمن كتر ما تم تحطيمها نفسياً - 00:31:01

احياناً من ناحية المزاح او احياناً باشياء مقصودة من الاباء والامهات في اوقات فقدت الثقة في نفسها للدرجة اللي فممكن ايه حد بيجي لها تقبله خلاص. وتقدَّم آثار عيُون طول حياتها بسبب هذا القرار الخاطئ. وهم اللي وصلواها - 00:31:21

كده من ايه من تكرار الحاجات اللي بيضايقوهم بها اللي بيضايقوها بها وهم مش عارفين الى ايه مدى هذا الكلام يؤثر في نفسه. بل فهناك ما هو اسوأ. انا كده بقول - 00:31:41

مسار الحال في بقى ما هو اسوأ المسار الحرام ان لما يكون ابوها وامها اللي حواليهما واحياناً بقى جوزها واحياناً بيقولوا ولادها اعملوا فيها كده. وتيجي بقى تلاقي في الحرام يجي واحد مثلاً ذئب بشري انسان مجرم فاجر يكون في الجانب الآخر بيقول لها ايه - 00:31:51

ما شاء الله عليك على فكرة انا والله مش عارف ايه. بتشوف العكس. حد بيتكلم في العكس. فقدانها الثقة بنفسها والثقة بالله ربنا ويهبها ايه خلاها تسمع ايه كلمة يعني هي متعطشة لاي كلمة تسمعها من برة وخصوصاً بقى لو ما كانش فيه وازع من دين - 00:32:11

او تقوى خصوصاً لو كانت واصلة لمرحلة لا تقوى على التقوى. لا تستطيع ان تقوى على التقوى ما تقدرش على التقوى فمش قادره تتقى المعصية. مش قادر تجعل بينها وبينها حجاب. فهذا تلك الهشاشة النفسية - 00:32:31

وذاك الضعف النفسي الذي هي فيه. الاناء اللي امتأل وفضى بقى وطفح الكيل. خلاها وانا بقول على النساء بالذات ليه؟ لأن النساء غير الرجال ممكنا بنشوف في الرجال الولد بيلبطج بيعمل بيفجر بيزعع بيخبط وبيمشي وبيسيب البيت لكن البنت مش بتبقى كده البنت او السست - 00:32:51

انت مش بتبقى كده. السست هي حبيسة المنزل هي او هي في النهاية النبي صلى الله عليه وسلم وهو بيوصي الرجال بالنساء يقول ايه؟ فانهن عوان عند امرأة اسيرة فبتروح فين؟ فدایما بتبقى عايشة بس مش عايشة ماشي؟ يعني هي بتبقى معهم بس بجسدها - 00:33:11

لكن هي لا تشارك همومهم ولا تشارکهم حياتهم. مش حاسة حاجة ان فيها حاجة عدلة ابدا ولا حاجة حلوة ابدا. لا يكاد يثنوا على حاجة كويسة هي تعملها آآ المهم فبطبيعة الحال المشكلة بقى انها بتروح للحرام ايه الحرام؟ تروح لصديقة سوء - 00:33:31 واحدة صديقة سوء بتتجد عندها اللي هي مفتقداه في اسرتها. تروح لعلاقة محرمة مع رجل تروح لما هو ابعد من ذلك ان ممكنا بتبقى في العالم الافتراضي وممكنا تعيش آآ في على السوشيال ميديا او على غيرها تعيش حاجات محرمة - 00:33:51 ما تزيد ان تعيش في عالم اخر يعني تنفصل عن هذا العالم. فده مثال مسلا على اللي احنا بنحكي فيه ان هو وممكنا بيقى هذا الشخص ايوة يعني اللي بيضايقه اللي بيضايق ده مش منتبه ان ان هو عمال يعمل ايه عمال - 00:34:11

يضغط يضغط عمال يكرر يكرر نفس الكلام عمال يلقي بجمرات من النار. وكون الشخص ده بيلقطها احيانا ادبا واحيانا ضعفا احيانا جبناها وما بيقولش وما بيتكلمش وما بيعملش وما بيوديش وفي احيانا بيتسنم كمان عشان يفطى على اللي بيحصل - 00:34:31

بيخللي الشخص اللي بيضايق ده مش منتبه الى خطورة ما يفعل. ويجي في الاخر يقول لك هو ليه حصل كده؟ هو ليه الكفر اوب. ليه ما انا برمي الحجر ده طول الوقت. يا دوب بيعمل بيعمل نقرة. او بيعمل نقرة في في البتاع ده - 00:34:51 ليه المرة دي عمل كسرة هشام وكده ليه عمل كده؟ ما هو هو مش فاهم ان هو بيوهن بيوهن هذا الشيء المقاومة المقاومة القوة النفسية بتاعه الشخص ده بتضنه في يوم بعد يوم بيعمل لون من المهاشة سلطان يسري زي اللي بتقولوا عليه في - 00:35:11 الناس بتوع الازار ده بتاع الزجاج يقول لك سلطان يقول لك هو ليه الزجاج ده اتخطى خبطة فيقول لك ده فيه سلطان. يعني سرى فيه سلطان خلاص ضعف معين فيه - 00:35:31

حصل اللي حصل. وده لا يعاد انتاجه مرة اخرى بقى من الصعب يعاد انتاجه مرة اخرى. آآ المهم ده ما بيتبهش له الناس اللي بيضايقوا اللي يضايق غيره وما بيتبهش له الناس اللي بيضايقوا. يعني ايه الناس اللي بيضايقوا؟ انا بقى واحد لا انا ليه كل شوية - 00:35:41

التقط جمرة ايه اللي يخليني اجبن او اضعف عن اني اقول بشكل واضح ده يضايقني هذا لا يعجبني. انا لا اتحمل كذا. لا اتمنى ان يتكرر معي كذا. ليه افضل انا عمال باكم واتحمل - 00:36:01 وتحمل واكم وتحمل لأ ليه؟ ليه ويترك المرء نفسه حتى يا اما يتحطم نفسيا يا اما يايه يا اما يروح للحرام مش دایما الحلول يعني احنا دایما بنروح لحلين. الحل الاول ان احنا نعمل ايه؟ نفضل نتحمل نتحمل - 00:36:21 من نتحمل نتحمل نتحمل. طيب لغاية ما احنا نتحمل حتى نتحطم. نتهشم وخلاص طيب الحل الحل الثاني نقول بقى نفارق خلاص انا لا مش هينفع معي العيشة دي مش هينفع معي الشخص ده ومش طب ليه - 00:36:45 طب ما نقول يعني طب ليه ليه ما يكونش الحل الذي ينبغي ان يكون؟ اللي هو ان انا افصح عن نفسي ان انا من حقي ان لما يكون شيء يضايقني - 00:37:11

ان انا اقول ده بيضايقني ان انا مهما كان ده مين ولذلك هو ليه الناس دایما بتبقى ان انا طالما حاجة مضايقاني وهقوم اتكلم عنها بقى انا قليل اللادب. وليه برضه انا كواحد - 00:37:21

اتكلم بقى ليه لما اجي اتكلم دایما متوقع ان انا هتكلم كلام وحش طب ايه المشكلة اني اتكلم باسلوب مهذب مؤدب؟ يعني ان مش

كل مش كل اخبار بشيء يضايق الانسان آآده قلة ادب. ما ينغيش ان احنا نراه ونسمعه كده. ولا برضه - 00:37:41

انا ان انا هاخبر بشيء يضايقني لازم برضو يبقى بقلة ادب. يعني ايه؟ يعني بعض الناس حاجة مضايقاها. يقول لك اصل انا لو اتكلمت هخرب الدنيا. انا لو اتكلمت اللي انت هدم الدنيا لو اتكلمت طب ليه الكلام ده هيخرب الدنيا طب ممكن اتكلم بشكل لطيف والله ربنا يبارك في حضرتك انا والله يعني بعزم جدا - 00:38:01

واحترمك جدا ومش عارف ايه وانت لك فضل علي. بس معيش الامر ده بيضايقني جدا وبيتعبني. وانا صراحة بتجربه مرة على اثر مرة انت مش قاصل؟ او اكيد انت ما تحبس تدابيقني. فاتمني انه ما يتكرر شاني او نشوف له صورة تانية او كذا. لو تكرمت يعني. ايه المشكلة في كده - 00:38:21

لأ احنا بنتصور ان احنا لما نيجي خلاص جابوا لنا جابوا لنا عن المواجهة. المشكلة نكتب سلام عليكم ورحمة الله وبركاته لأن احنا في في ممكن نبقى ضابطين ضابطين لكتابتنا اكتر من ضبطنا لكلماتنا - 00:38:41

نكتب السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. انا والله باعز حضرتك جدا وباحترمك جدا وكذا وكذا. لكن انا النقطة الفلانية بتضايقني. فلو الرب وانت الكلام اللي انا قلته من شوية اتكلب. ايه المشكلة؟ المشكلة ان الزوجة بدل ما تقدر تخش مع زوجها في جدال ونقاش وخلافة وحوارات - 00:39:01

هم ورقة وتكلب فيها السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. ربنا يبارك فيك ويحفظك وانت فضلك علي كبير. وانا بشكر ربنا انت نعمة ربنا انعم علي بها. لكن بس في مسألة - 00:39:21

بتضايقني. اكيد انت تحب تسعدي وانا عارفة ان انت لك فضل علي وكذا وكذا وكذا. فلو تكرمت لو ان المسألة دي كذا يعني اكون شاكر. لأ ما نعملش كده بقى يا تخس بقى لو عملت كده. هيحصل لها بقى ايه؟ لا ده ممكن بقى لو عملت كده يجي لها سكتة قلبية. طب ايه المشكلة؟ ما نكون كده يعني هل هل - 00:39:31

اخباري عن الاشياء اللي بتضايقني لازم دايما يكون بزعاق وخفاق وشتيمة او يعني لازم يكون كده ايه المشكلة ان الرجل فيه حاجة مضايقاها في امرأته والله يقدر يقولها طب ما هي مديقاها يعني دي نقطة ان كتير الناس بتنتبه لهاش طب ما هي مضايقاها اكيد لما هتكلم عنها هتكلب بضيقه طب - 00:39:51

ايه المشكلة ان انا لما احب انا اتكلم عن الامر ده؟ طب انا اتكلم عنه بشكل ايه؟ والله بعيد كده الكتابة ممكن الالم شوية بقى احنا نقدر نتحكم فيه. الورقة نقطعها لان - 00:40:11

كلمة نغيرها ابعت ابعت مسج مكتوبة يعني لان فيها نوع من التمهل اللي يخليني اقدر اعدل واجامل خلاص وابدل بعض الحاجات. خلاص؟ فانا ايه المشكلة ان انا ساعتها بقى اكتب؟ والله سلام عليكم. وربنا يبارك في حضرتك. انت مش عارف كذا. وربنا يبارك فيك - 00:40:21

انت مش عارف انا عارفة انا بحبك ازاي وبعزم وانت ام اولادي وانت وانت وانت. ولكن يعني آآاكون شاكر لو انتبهت للامور التالية. فيه احنا بنتصور دايما ان طالما اه لازم متضايقين من حاجة وهنخبر بها حد ان لازم نخبر بها بقلة ادب او بتجاوز الحدود - 00:40:41

ايوة المرأة ما ترفعش صوتها على زوجها وما تتجاوزش في الكلمات طبعا اكيد. وحتى برضو الرجل مش من حقه برضو كده. يعني ايوة هو من المرأة بحق الرجل اعظم لكن مين اللي اباحه من الرجل للمرأة يعني؟ مين اللي اباح انا اب ازعق لولادي؟ الواحد مسلا لما مسلا بيغلط كده ويزعق - 00:41:01

بيستغفر ربنا لان في النهاية برضو انا ربنا ما يخولنيش مسؤوليتهم علشان خاطر ادایتهم وا Zukهم ومش عارف وايه ولا يتجاوز حدودهم ولا اللي هم كلأ مباح بس هو احنا بشر برضو في النهاية يعني انت زعلته تفرجه. يعني انت يعني ضايقتة تسعده. اه - 00:41:21

تحاول تبين ليه اللي اقصده يعني الشاهد احنا انا بكلم الشخص المتضايق بقى كده انا بكلم ضايق وبكلم المتضايق. المضايق ده

المضايق آلا معلش انتبه مش معنى ان اللي انت شفته انه ما - [00:41:41](#)

ردة فعل ما شفتش ردة فعل فيها شدة او فيها حدة ان الامر عادي لا مش عادي. ممكن تبقى رد فعل اللي انت ما شفتهاش في الظاهر
دي حصلت في الباطن - [00:42:01](#)

وان الشخص ده داخليا فعلا يعني احترق او اتلسع اتلسع من من الجمرة اللي انت القيت بها دي اه وفي نفس الوقت وفي نفس الوقت
يعني بقول للشخص اللي متضايق لأ ما تسيبش نفسك لغاية ما توصل لان - [00:42:11](#)

تهشم او تحطم او يطفح الكيل. ف ساعتها انت بتفكر في ايه؟ في خيارات اغلبها غلط ان انت تروح للحرام لنسأل الله العافية او ان
انت تفارق او تعزل وتخسر طب ما انت كده هتفارق الدنيا كلها - [00:42:31](#)

لان لا يخلو الواحد فينا في الحياة او في الدنيا من حاجات تضايقه ومن الناس يضايقوه ما هينتهوش. فيفصح المرء عما يضايقه
بمنتهى الارىحية حتى وان ترتب على ده كلام يعني يعني في اوقات كتير انت ممكن تكون بتحب حد او بتعزه وفي حاجة تضايقك
اي نعم لما تيجي تتكلم في - [00:42:51](#)

اللي ضايك ممكن يحصل زعل بس هذا الذي سيعمل ده آآانا فيرأي انه صحي اكثر من ان يظل المرء يكتم هذا يعني هذا صحي
اكثر. ان الناس تخبر بما في نفوسه. يعني لو شيع يسير وما يترتبش - [00:43:11](#)

فده شيء كبير انما شيء لا خطير او كبير بالنسبة للانسان. وانا قلت في في الحلقة الماضية الامر ده ان الامور بتتفاوت. يعني في ناس
في حاجات بالنسبة لهم تكون كبيرة جدا وضخمة جدا ولا تكتم - [00:43:31](#)

قرر وفي ناس وهي بالنسبة لناس تانية ما بتكونش الى هذا الحد او تكون بهذه الدرجة. طيب علشان برضو ما حدش توه مني انا
بتكلم فيه بتكلم فيه آآ مسألة الاثر الاثر اللي بيترتب على الضيق. الاثر اللي - [00:43:41](#)

ترتب على الضيق ده احيانا بيبقى اثر طبيعي جدا. لو هو قوته عشرة فردة الفعل زهرت مني عشرة والاثر اللي حصل في نفسي داخليا
عشرة. لكن لما لا احيانا بيبقى مش طبيعي في ايه؟ في الشدة. فتبقى ردة الفعل الف رغم انها كانت تبقى المفروض تكون عشرة. بس
الالف دي ما زهرتش لحد. الالف - [00:44:01](#)

فدي ما زهرتش لحد. الالف دي مشكلتها ان في داخلي. وتراكمها جوايا بيبقى تراكم لساعات وتراكم اه مناطق محترقة بيبقى تراكم
حاجات عمالة في هذا الاناء لغاية ما يطفح وقشة لا تقسم ظهر البعير. خلاص - [00:44:21](#)

ده هذه الشدة الزائدة لا بتقول ان الضيق ده مش طبيعي. يعني ايه مش طبيعي؟ يعني ما تمرروش لازم تعالجه هتشوف لازم تشوف
معالجته ايه بس لازم تعالجه لازم تعالجه خلاص؟ طيب في اوقات بيبقى بعض الناس الاثر اللي يحصل لهم - [00:44:41](#)

ما تباقاش اه غير طبيعي في الشدة. بيبقى غير طبيعي في المدة. غير طبيعي في المدة. يعني ايه غير طبيعي في المدة؟ اه هو
المفروض كان بيبقى الاثر ده ساعة بيبقى في نفسه الدقيقة ده ساعة. يفضل متضايق شهر. حرفيا شهر - [00:45:01](#)

وبس داخليا وهو ممكن في الزاهر بيضحك ومبسوط والدنيا زي الفل. اووعي تقول لي ان ده طبيعي. انت كده عندك ضيق مرضي. انت
عندك ضيق مرضي طب اعمل ايه؟ ما تتعالج ما تسكتش. زي ما اتكلمت من شوية لا لازم تاخذ اكشن لازم تحاول بص - [00:45:21](#)

تمام بعض الناس او الناس دايما ممكن اقول ان هم يعني اقول ايه مش عايز دول قيمة متطرفين عشان الناس ما تفهمهاش غلط بس
الناس دايما مش مقتضدين مش متوازنين يعني يعني ايه مش متوازنين؟ بنجد قطاع من الناس - [00:45:41](#)

اما تحصل حاجات تضايق بيشوف دايما ان رد الفعل ايه ما لكش دعوة بالسايب اللي يضايق ده خالص وانت رح ايه ان كل الحلول
كل الحلول ه تكون في ان انت نفسك - [00:46:01](#)

ايه اه تبقى تمام وزي الفل ومش عارف ايه وحلو وكده وخلاص واشتغل على نفسك. نوع تاني من الناس يقول لك لأه انت ركز كله
في انك مصدر الضيق ده تخلص منه. فاكررين لما اتكلمنا في حلقة من الحلقات عن المصدر والاثر - [00:46:11](#)

وقلنا ان احيانا زوال الضيق ما يكونش بزوال المصدر يكون بزوال الاثر. يعني المصدر فضل زي ما هو بس الاثر راح. طب هنا سوانى
بقى طب الكلام ده اللي انت بتقوله ده يا دكتور النهارده مش متعارض مع اللي قلته قبل كده؟ لأن مش متعارض معه. انا هناك لما

لما تضيقها يزول هيذول ازاي؟ مش لازم يزول دايما انا بتكلم على المرحلة اللي بعد كده. يعني ايه المرحلة اللي بعد كده؟ فهمني. اهو المفروض انا النهاردة في عندي مصدر ضيق بيترتب عليه اثر ضيق. طيب انا المفروض اعمل ايه؟ اشتغل في الاتجاهين - 00:46:51
في الاول يعني ايه اشتغل في الاتجاهين؟ ان انا الاثر اللي حصل لي ده احاول ايه؟ احاول ان انا الملم جراحي. احاول ان انا اعمل حاجات انها تخفف عنى الاثر اللي حصل. ماشي بس ده مش معناه ان انا اهمل المصدر. يعني المصدر ده ان انا لو يصلح ان انا -

00:47:11

اتوقعها مصدر الضيق ده لو يصلح ان انا اتخلص منه مع الف سلامه. طب حاجة ما يخلصش منها اب وام واخ واخت زوجة دراسة شغل حاجات يعني ما يقدرش انسان يايه يخلص منها يبقى ساعتها مش معنى كده ان انا - 00:47:31
آا اهمل المصدر يعني ايه اهمل المصدر؟ لأن انا لازم اروح للمصدر. بس دايما مشكلتنا ان بنروح للمصدر عايزين نعمل ايه؟ يا اما عايزين نزيل المصدر ده خالص نزيل بقى مصدر الضيق ده ونريح راسنا يا اما عايزين خلي المصدر ده ما يعملش الامر ده خالص بطريقه وحشة - 00:47:51

هو بقى يروح بقى خليني اضرب مثال واحدة النهاردة جوزها بيضايقها جدا جدا وهو مسبب لها مشاكل وبيهشها نفسيا ومش عارف ايه او راجل مراته كده فدایما للوهلة الاولى هيقول ايه؟ لأن كل الحلول عندي ان انا ان هي تبطل او او هو بيطل او اخلص منها اطلق - 00:48:11

منها او اطلقها او او تقول اطلق منه. اللي هو هنا التركيز على المصدر. حد تاني يقول لك لا لا ما هو خلاص اصل هو بقى ربنا يهديه ويصلح حاله. وانا كلامي ما لوش - 00:48:31

ما لوش لازمة وما يفيدش في اي حاجة. فانا هلي نفسى بحاجة تاني هستعين بربنا هعمل مش عارف ايه. في البداية في البداية الاثنين غلط في بداية الامر الاثنين غلط. يعني ايه الاثنين غلط؟ في بداية الامر المفروض يحصل ايه؟ انا اشتغل على الاثر. ايوه صح. ماشي - 00:48:41

طيب واقوم اشتغل على المصدر بس اشتغل على المصدر بانه طريقة بقى؟ هو ده الاشكال. البعض بيتخيل ان الشغل على المصدر اني اخلص منه. لا مش كل حد يخلص منه. في واحدة ممكن تخلص منه شراكة مع حد مش جايبة لك واحدة تخلص منه. صاحب مع الف سلامه. جايب لك مشاكل مع اهلك - 00:49:01

بيضايق ابوك بيديق امك مزعهم مش مراضين عنه مش عارف ايه خلاص عادي يعني. انما بقى هتعمل ايه في اخوك هتعمل ايه في ابوك هتعمل ايه في زوجك هتعمل ايه في زوجك - 00:49:21

في زوجتك يعني الامر هنا مختلف. طب مش نافع الحل ده. فبنروح بقى نعمل ايه؟ لا بقى يبقى ازا بقى لازم يوقف الكلام ده عند حده ورحنا نفاجر فيه. لأن طب وايه المشكلة زمان حكيت من شوية ان احنا ما نخبر باسلوب لطيف بما يضايق بما يضايقنا -

00:49:31

ولا نزال نركز بقى مش بس نخبر لا نزال نتعاهد ونذكر. لأن في اوقات في ناس بتضايق كده ايه لا اراديا بتضايق غيرها لا اراديا طبعها الضيقه في حاجات ممكن تكون بتضايق غيري وهو ما هو هي حاجة في طبعه هو انا طب هي عمل ايه؟ فنخبر نخبر - 00:49:51

ولا نزال نتعاهد ونذكر. طيب بعد وقت لقيت انا لقيت خلاص مش المعالجة دي بتاعة المصدر خلاص بقى مش جايب النتيجة ساعتها ركز جهدي كله على معالجة الاثر. آآ بقى تعاطى مع الكلام ده اتعامل معه الكلام ما عدش بيأخر في اشغل بحاجة - 00:50:11
تانية كلام من ده ينصب جهدي كله على معالجة الایه؟ الاثر لأن مش معقوله هييش محسوم ولا محظوم ولا هضيع حياتي. ولا اضيع نفسى اصلا. والنقطة اللي كنا بنشير اليها - 00:50:31

ساعتها في المحاضرة ان بقى بعضا يقول عمال يعمل الكلام ده وبيدعني ربنا. ويجي يقول لك مشكلتي ما اتحلتش. لا ممكن مشكلة

كفاية ان تكون اتحلت. ان انت ولو ما عدتش متاخر زي الاول رغم ان المصدر لا زال موجود. المهم يعني الشاهد اللي انا حابب ااكد عليه حابب ااكد عليه. ان الناس ما بيبقوش متذين. بعضهم يا اما - 00:50:41

تروح ناحية الايه؟ اللي هو المعالجة الوحيدة للمصدر او المعالجة الوحيدة للاثر. لا احنا في بداية الامر بنعالج الاثر ونعالج المصدر 00:51:01 نحاول بس بنعالج المصدر بنخبر ولا نزال نتعهد ونذكر انما مش معالجة المصدر بالانفصال عن -

تماما مش معالجة المصدر مش دي معالجة المصدر وخلا الانسان مش هيستقيم له حاجة ولا يستقيم له حياة ولا يعرف يعيش مع حد اساسا. تمام؟ خلاص يعني عملنا هذه المعالجة من مصدر وما فيش فايدة نشتغل على الآخر بقى خلاص يبقى ساعتها زوال الاثر وان بقى المصدر. تمام؟ آآ - 00:51:21

فاللي اقصده هنا في الاثر نرجع لنقطتنا الاساسية عشان ما نتوهش في بعض. كنت بتكلم عن المعيار السابع والمعيار السابع اللي بعرف به آآ الضيق بتاعي آآ ضيق مرضي ولا ضيق طبيعي يعني ولا فسيولوجيكال آآ هو آآ الاثر المترتب على هذا الضيق. ده بقى داخلي بقى الاثر المترتب عليه الداخلي - 00:51:41

الاسر الداخلي دلوقتي الاثر المترتب عليه الداخلي آآ ممكن يكون فيه اشكال في الشدة او اشكال في المدة. لا اثر شديد او اي او اثر طويل قوي مده طالت ما كانش ينفعني ان تطول هكذا. وده ما ينفعش ان هو يترك لا ده ده لما حد فينا يكون بيحصل له كده لا ده ضيق واحد - 00:52:01

يقول لك اهو طب ما انا طبيعي اهو يا عم اهو ما انا كت طبيعي اهو. لأ ما انا طبيعي الحمد لله ما عملتش حاجة. انا عملت حاجة؟ اه ما عملتش حاجة. بس داخليا لأ انت - 00:52:21

الاثر اللي فيك ده مش طبيعي. الاثر ده مش طبيعي. انت بقى مسلا نفسك فيها تراكمات. التراكمات دي لازم تتفتح وخارج من النفس الحاجات دي كلها آآ لا فيها ضغوطات لا الضغوطات دي تخفف منها لا ما ينفعش انك تصل للنقطة دي. لأن الناس تبقى ردود افعالها زي ما - 00:52:31

في حد بقى ايه هيبقى طفح الكل يخرب الدنيا ويقوم وبهدم المعبد على راسه وراس اللي حواليه. واحد تاني خلاص يعتذر ويركن ويخش في فيروح في عالم اخر تمام بيختار الفصال او الانفصال. آآ فده معيار اهو لانه طبيعي او مش طبيعي. ده كده اللي بنسميه الاثر الداخلي - 00:52:51

طب برضو الضيق قد يترتب عليه اثر خارجي. الاثر الخارجي المترتب عليه. والاثر الخارجي ده احنا ممكن نكون اشرنا له لما اتكلمنا عن المعيار الثاني اللي هو معيار الآخر اللي هو ردة الفعل هيظهر في ردة الفعل. يظهر في ردة الفعل بتاعة الشخص لما حصل - 00:53:11

اللي حصلت الحاجة ضايقته عمل ايه؟ خلاص؟ عمل ايه؟ طيب وده وهيبقى ملتحق بالمعيار اللي قبله برضه اللي هو المعيار رقم ستة يبقى الخارجي ده هيرتبط ب حاجتين. بالمعيار رقم اتنين اللي هو ردة فعله في مواجهة الضيق والمعيار رقم ستة. اللي هي المعيار رقم - 00:53:31

ستة اللي هو مرتبط باليه؟ اللي يترتب على الضيق ده ايه؟ ان هو يترك طاعة انه يقع في معصية انه يؤذى انه يحرم من خير انه يضيع امانة فهنا بقى يبقى الانسان تجاوز الانسان تجاوز - 00:53:51

الغضب ده للايه؟ للبغى والطغيان والظلم ده بقى الاشكال. وفي ضوء كل اللي انا بحكي فيه ده اللي حكتي في الحلقة اللي فاقت تقدروا تفهموا وصية النبي صلى الله عليه وسلم - 00:54:11

وهو بيقول لا تغضب. مش بيقول لا تغضب يعني ايه؟ يعني ما فيش حاجة اسمها انك ما تغضبش او عى تغضب لا هتغضب. بس لا تغضب لا تغضب. غضب مرضي. مش غضب طبيعي - 00:54:31

لا تغضب بالمعايير بقى اللي احنا حكتنا فيها. لا تغضب على حاجة ماشي؟ على حاجة. المفروض ما تغضبش عليها سبب الغضب ايه؟ لا تغضب لو احنا بقى لا تغضب دى ما هو يا جماعة قلنا ان الغضب ده نوع من الضيق. الغضب نوع من الضيق خلاص؟ بس ظاهر

لا تغضب لا يبقى لا تغضب على حاجة ما تستحق الغضب. ما تغضب على حاجة ما تستحق دي النقطة الاولى المعيار الاول السبب. لا تغضب لا تغضب باختيارك. يعني ما تروحش لحاجة تغضبك وتضايقك وتحجي بعد - 00:55:11

كده تغضب انت اللي اغضبت نفسك انت سبب نفسك في الغضب فلا تلومن الا نفسك. لا تغضب غضب شديد يتجاوز به الحدود. تبقى الحاجة ممكن تضايق شوية وانت انت خربت الدنيا. يعني لا تغضب غضب ماشي تجاوز فيه الحد في الشدة. الرابعة لا تغضب غضب يتجاوز فيه الحد في المدة - 00:55:31

تقدع غضبان ساعة وساعتين وتلاتة واربعة وخمسة وعشرة. يعني سبحان الله كنت يعني امبارح على ما اعتقد كان في يعني في كورس كاس مع عدد المدربين فكنت بتكلم عن ايه عن عن مسألة عن حديث النبي صلى الله عليه وسلم - 00:55:51

آآ اللي هو دخل عليه رجل والحديث في صحيح مسلم. لما آآ قال له كيف تصوم يا رسول الله؟ او كيف تصوم حاجة من هذا القبيل على ما اذكر يعني. اللي هو اساء للنبي السؤال ده كيف تصوم؟ فالنبي صلى الله عليه وسلم غضب غضبا شديدا - 00:56:11

ما هو الرسول اهو وغضب غضبا شديدا. طيب هو السؤال بقى هل هنا غضب لسبب يعني فعلا يستحق الغضب لو راجعنا مسلا شرح صحيح مسلم او راجعنا مسلا كلام العلماء هنجد النبي غضب للسبب يستحق الغضب فعلا وده مش محل بسطه الان - 00:56:31 طب هل غضب النبي صلى الله عليه وسلم هنا هو اللي حط نفسه فيه اختيارا؟ لأ ما حطش نفسه في اختيار. ده حاجة جات له كده انت قاعد وحد جا لك عمل فيك كده. والنبي - 00:56:51

لو كان عارف ان الشخص ده هو ده اللي كلامه بيضايق وتصرفاته بتضايق ما كنش راح له. لأن زى ما قلت انا ممكن واحد قاعد كده فيقول كلمة جدا فما حدش يعرف انا ضايفت ليه؟ ما حدش يعرف كلمة ضايفتنى ليه؟ لأن هو عارف معنى اللي بيقوله وانا فاهم معنى اللي بيقوله. فالله - 00:57:01

فهنا هل النبي وضع نفسه في الغضب اختيارا؟ لأ ما وضعش نفسه اختيارا. هو وضع فيه اضطرار. طب الثالثة الشدة بتابع الغضب كانت ازاى؟ انت مش عارف ايه وكزا وكزا وكمسه وكسر وخرب الدنيا وعمال مش عارف ايه وعلا صوته لأ غضب غضب يعني النبي صلى الله عليه وسلم - 00:57:21

كان اللي لما يغضب يحمر وجهه. يعرفون ذلك في وجهه صلى الله عليه وسلم. لكن يعني حتى من بس بنت شفه يعني ما ما طلعش كلمة نص للرجل انت ولا ولا هاجمه اطلاقا في الشدة هنا ما كانش شديد. طب المدة قد ايه بقى؟ سيدنا عمر رضوان الله عليه لما شاف النبي صلى الله عليه وسلم - 00:57:41

كده فايه اللي هو يعني كنت بقول لسيدنا عمر المظلوم المظلوم في انه بيتهم دايما بالشدة وبالحدة وبيتهم بان هو هو شخص ايه جلفه وحاشاه رضوان الله عليه. اللي بيتهم بان ردود افعاله دايما مبالغ فيها آآ رغم ان سيدنا ابو بكر كان اقرب - 00:58:01 طب انسان ليه او اقرب انسان ليه وكان صاحب له وكان حتى في حياثيات يعني اختياره لعمر في في في خلافته لما البعض اعترض بهذا الاعتراض قال لهم كلام يعني ما فحواه ان بالعكس انا هو - 00:58:21

كان في الاوقات اللي انا اشتدي فيها اجده يهداً ويهدئني ويليني. وفي الاوقات اللي انا اليم فيها اشتدي ولان انا طبيعة شخصيتي الغالب عليها او سيدنا ابو بكر في الغالب. الغالب عن طبيعة شخصيته اللين فكان ده اكتر ما يظهر للناس فيما يخص سيدنا عمر. لكن هو لو - 00:58:41

مسؤول عن ناس هيكون رحيم بهم رحمة ما تقلش عن رحمني بها. عن رحمني بهم وقد كان. تمام؟ المهم سيدنا عمر ذاك المظلوم اللي هو يدخل على النبي صلى الله عليه وسلم وسيدنا ابو بكر في الحديث بتابع آآ اسرى بدر او اساري بدر فيجدهما بيكيان - 00:59:01 يرق لهم. يقول ما بيكيماما؟ فان كان هذا الشيء يعني يستحق البكاء بكى مع يعني خلاص ابكي انا الثاني يعني حاجة تخصني. وان لم يكن بكى لكائما. يعني الى الى هزا الحد وصلت مشاركته الوجدانية لمن حوله - 00:59:21 يعني رضوان الله عليه انا انا بحزن جدا وانا اقرب الى الله بتنتزهه جناب الانبياء والآولياء الصحابة الكرام وانبياءنا تنزيهه جنابهم.

الذب عنهم يعني ما هذه الاشياء التي تشاء عنهم - 00:59:41

وخصوصا ان سيدنا عمر وسيدنا ابو بكر بالذات يعني اشيع عنهم الكثير من الاباطيل وهم افضل انسانين بعد الانبياء هذا العداء اللام
الحاصل من المجرمين الروافض اه لهم. ماشي؟ يعني العداء اللي سيدنا للشيخين ابي بكر وعمر - 01:00:01

المهم فالشاهد يعني ايه سيدنا عمر لما رأى ذلك من النبي صلى الله عليه وسلم فهو حكمة عنده حكمة في هذه الاوقات ما قالش بقى
والرسول وبتضاريق ليه الموضوع مش مستahlen دقيقه فقد يهدى من روح النبي صلى الله عليه وسلم. رضينا بالله رضينا بالله لازل
يهدى من روح النبي صلى الله عليه وسلم. ولا زال ان هو ايه - 01:00:21

قل رضينا بالله ربا رضينا بالرسول وعمال يقول كلام ايه؟ يهدأ فيهم روى عن النبي صلى الله عليه وسلم. بيقول حتى بدأ النبي يسكن
вшوف بقى كمان من سيدنا عمر انه سأله سؤال يعني ايه انحرف به؟ راح به في جانب تاني. انحرف به راح به في في سؤال. فكلم
النبي عن الصوم - 01:00:41

قال له طب صوم يوم ويوم؟ قال طب ايه صوم ايه؟ طب فايه بدأ يجيب اجابات؟ هنا كنت اللي استوقفني خلاص آآ ان آآ في تحليل
موقف وفي الرسول صلى الله عليه وسلم ان اولا الرسول هنا مدة الغضب ما طالتش. يعني كل القصة دي ممكن تتحكى في دقيقتين
ثلاثة. في غضون دقيقه - 01:01:01

اه وخلاص بدأ فك خلاص الحمد لله وكملا. ما دي القضية لمدة قد ايه؟ النقطة الثانية النقطة الثانية اللي استوقفتني ان النبي صلى
الله عليه وسلم بقى ما جاش مسلا سيدنا عمر سأله سؤال مسلا فقال له ايه؟ سبني دلوقتي يا عمر هو ده وقتها اسئلة ما اجاوبش
اسئلة. انا قرفان وانا غضبان ومش عارف ايه؟ لأ - 01:01:21

يعني عارف ان هو ما ترتبش على الغضب ده انه يترك مهمته. ان هو واجب عليه لما يسأل يكون عنده علم يجيب الا يكتب ما يعلمه.
انما احنا هنا بنشوف لما حد بيغضب ولا بي عمل بيترك ما يؤمر به ها - 01:01:41

بيترك طاعة بيقع في معصية بيتجاوز الحد بيطغى بيغى لكن هنا شوفنا النبي صلى الله عليه وسلم وما قالش بقى ائتونى بهذا
الرجل وقعد يعمل فيه ويودي فيه وبيكت فيه فهنا نروح الحاجات اللي تستوقفنا جدا لدرجة النبي ختم كلامه - 01:02:01

وايه قال صوم يوم عرفة احتسب على الله ان يكفر وصوم يوم عاشوراء احتسبه يعني قال ذلك النبي صلى الله عليه وسلم في نهاية
ايه؟ في نهاية كلامه يعني خلاص بقى فده اللي اقصده اللي اقصده ان ان المعايير دي مهمة من ناحية السبب لأن سبب يستحق
يستحق مش هنخوض فيه دلوقتي النبي - 01:02:21

المعيار الثاني ده اختيارا لأننا اختيارا ده كان اضطرارا وضع فيه. الشدة لا ما كانتش الشدة الزايدة دي. والحدة المدة ما كتش
المدة الزايدة. خلاص كان واضح جدا. طب هنا بقى سرعة الدخول في الغضب والضيق. هل دخل في الغضب والضيق ده بسرعة؟ اه.
طب هل ده طيب ما هو ولذلك - 01:02:41

بقى لما نيجي نقول الغرض ده طبيعي ولا مش طبيعي؟ لما انا اكون عندي ستة طباعي وواحد كده في اللي مش طبيعي هنقول عليه
 الطبيعي برضو. يعني مش لازم انه عشان بيقى طبيعي - 01:03:01

يبقى سبعة لأن مش لازم يبقى ده عادي جدا تبقى الحاجة تضيق برضه. يعني ممكن تبقى فاهم حاجة تضيق
وتضيق بسرعة والانسان يدخل فيها بسرعة بس دي مش عادته سرعة الدخول في الضيق. طب هو سؤال هل بقى فعلا كان في
سرعة دخول في الضيق؟ لا. لأن في الغالب العلماء لما بيتكلموا عن المشهد ده - 01:03:11

اتكلموا عن يعني زي ما قلت كده ان في اوقات شخص ما او موقف ما او امر ما في ظرف ما انت كنت حملته مرة واتنين وتلاتة
وعشرة وما دخلتش في الدقيقة الا بعد تراكمات كتيرة. طيب النقطة السادسة فاللي اقصده ان ده انا اقول حتى ده لو حصل -
01:03:31

لو حصل مننا كبشر لكن بابي وامي صلى الله عليه وسلم احنا ننزع جنابه الشريف واحنا متأكدين النبي ما دخل في هذا الغضب الا
بسبب ايه آآ تراكمات او في حاجات اشياء معينة للعلماء ارجعوا للشروط تجدوها ان شاء الله. النقطة السادسة ايه اللي ترتب على

الغضب؟ هل ترتب على الغضب اضرار بالشخص ده ايذاء - 01:03:51

وقوع في معصية ترك الطاعة سب دين شتم مش عارف تكسير تضييع امانات لأ. المعيار السابع الاثر اللي تركه الغضب النبي صلى الله عليه وسلم ايه الاثر الداخلي بقى صلى الله عليه وسلم اتضائق جداً ومش عارف ايه بالعكس النبي صلى الله عليه وسلم النبي - 01:04:11

كان لها يضايقوا حاجة من الصحابة كان يتكلم فيها. وده بقى موجود في نصوص كثيرة لما كان يغضب لشيء ولا يتضائق لشيء كان يتكلم فيه. فاوقات يكلم الشخص بشكل مباشر او ينكر على الشخص بشكل مباشر وفي اوقات تانية يطلع النبي صلى الله عليه وسلم على المنبر ويقول ما باله اقوام وما بال - 01:04:31

اقول النبي كان بيعمل كده صلى الله عليه وسلم. فبpresso هو بيعلمنا ان انت لما يكون في حاجة بتضائقك ولا حاجة كذا ما تسكتش. وطالما مش ما يعني ما ايه رح بقى انتقم واعمل وودي لا اخبر بذلك. ما بال اقوام يفعلون كذا ما بال اقوام؟ لدرجة ان النبي صلى الله عليه وسلم آآ الله - 01:04:51

وبحمدہ انزل قرآن يتلى. يعني النبي صلى الله عليه وسلم لما لما آآ اه تزوج سنتنا زينب بنت جحش. فالنبي صلى الله عليه وسلم عزم اه اه اولم عمل وليمة. والوليمة دي دعا اليها اناس - 01:05:11

وما كانش لسه نزل الحباء. الناس راحت من بدري. بعض الناس راحوا من بدري. يعني ان الاكل ايه يجهز. طب ومع انتزار الاكل يجهز فضلوا ايه؟ قاعدين ومطولين ويتسامرون. والنبي صلى الله عليه وسلم متعب وهم يطيلون - 01:05:31

طب هل يعني ربنا عز وجل ترك الموقف ده ما تركوش النبي استحي ان هو يتكلم معهم لكن ربنا عز وجل لم يترك هذه المواقف لانه نزلت الآيات المعروفة الشهيرة اللي هو اللقاء التي قال فيها ربی سبحانه وبحمدہ ان ذلک کان یؤذی النبي فیستحی منکم - 01:05:51

الله لا يستحي من الحق. يعني ما ربنا حاجة تضائق طب تترك ليه؟ ان ذلك کان یؤذی النبي منکم والله لا يستحي من الحق. ولا مستأنفين لحديث ماشي؟ غير ناظرين انا. يعني - 01:06:11

يعني کمان تم التعليق على تفاصيل الموقف وتم ذكر الامر ده. بس باسلوب ايه؟ مهذب آآ واسلوب جميل ولطيف ورقيق ورفيق. وما فيهوش اي اشكال يعني ما یؤذیش نفس ولا یجرح نفس بس لا مش - 01:06:31

فيفضل هذا الامر يتكرر بالنسبة لحد وهو خلاص يسكت يقف كده واقف ما يعني يمر عليه الامر ولا ولا يحرك ساكنا. فالهم الشاهد فهنا الله سبحانه وبحمدہ الله سبحانه وبحمدہ آآ هو بنفسه اللي اخبر بالشيء ده. وقال يا ايها الذين امنوا - 01:06:51

لا تدخلوا اهو اسلوب جميل ولطيف يا ايها الذين امنوا لا تدخلوا بيوت النبي او بيثنى عليهم بما فيه من الخير لا تدخلوا بيوت النبي الا ان یؤذن لكم الى طعام غير ناظرين هنا. ولكن اذا دعیتم فادخلوا فاذا طعمتم فانتشروا ولا مستأنفين لحديث. ان بالكم - 01:07:18

كان یؤذی النبي فیستحی منکم والله لا يستحي من الحق. و اذا سألهونه متاعاً فاسألهونه من وراء حجاب. ذلک اطهر لقلوبکم وقلوبهن وما کان لكم ان تؤذوا رسول الله ولا ان تنكحوا ازواجهم بعده ابداً ان ذلك کان عند الله عظيم. هنا السيد ايه؟ شف هنا ربنا سبحانه وبحمدہ في القرآن - 01:07:38

حاجة تضائق او حاجة ضائق النبي صلى الله عليه وسلم واذت النبي صلى الله عليه وسلم ما تمرش. يعني ولذلك ده بpresso احياناً بيبقى ايه؟ بيبقى مخرج ان ممكن انا انا مش قادر اواجه الشخص. ممكن اقول لحد يكلمه. وهو اسلوبه احسن او طريقة افضل يكلمه - 01:07:58

بس ما مرش الامر لا امره هكذا لأن في الحقيقة هذا الكلام ربما آآ زي ما قلنا يعني تراكمه سيحدث اشكالاً خلاص فهنا شفنا النبي صلى الله عليه وسلم في امثال تلك المواقف ما كانش بقى فيه حاجة بتضيقه يسكت. لا. علشان ما يحصلش بقى يعني وحاشي ان يكون منه - 01:08:18

صلى الله عليه وسلم اللي هو ايه؟ اللي هو بقى الاثر اللي فيه الشدة ده آآ او فيه خلل في الشدة او فيه خلل في وما كانش النبي صلى الله عليه وسلم بيحمل على في صدره شيئاً بقى ايه - 01:08:38

لحد ولذلك نجد ان كان النبي صلى الله عليه وسلم ايه كان يعني عنده سعة صدر للعفو والصفح والاحتمال وغيرها يحمل في قدره فكان حتى الضيقه اللي تصدر او الضيق اللي يصدر كان ضيقاً طبيعياً كان ضيقاً آآ طبيعياً. تمام؟ طيب يعني انا انا - 01:08:48 نكتفي بهذا القدر اليوم ان شاء الله. آآ انا بس الحقيقة ما جبتش ان انا يعني آآ احرم نفسي يعني من ثواب ان احنا نخرج لهذا خير يعني نتدارس كتاب ربنا آآ لان الحقيقة رسائل الفجر يعني انا عارف ان في ناس كتير الحمد لله يعني بتبقى متظراها وفي ناس كتير الحمد لله بها نصل - 01:09:08

وتعليقات طيبة يعني بتترتب على قلوبنا ويتشجعنا على الاستمرار في السلسلة دي بالذات يعني. آآ فالواحد ما بيحبش ان هو يعني يقطع آآ هذه السلسلة مهما كان الظرف ونحاول نعوضها على قد ما نقدر. آآ دعواتكم ان شاء الله بالتسهيل باذن الله. ونسأل الله سبحانه وبحمده انهم آآ - 01:09:28

لا يحرمنا يعني خير ما عنده بسوء ما عندنا. ونسأله سبحانه وبحمده نعوذ بالله سبحانه وبحمده من زوال نعمته. وتحول عافيته وفجأة نعمته وجنة سخطه كما نسأله سبحانه وبحمده آآ ان يعيذنا من منكرات الاخلاق والاعمال والاهواء آآ والادواء وان يؤتى نفوسنا تقوها وان يزكها وخير - 01:09:48

ومن زكاها انه هو ولي مولاه. سبحانك اللهم ربنا وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك انزلها قيدها فورا بالشكرا فتلقاها لا علما عملا واقبلاها دوما. بالبشر واقبلاها - 01:10:08

دوما بالبشرى. وافهمها حقاً وتدبر راها ربى للذكر متبعاً صدقاً مهتمياً واصحابها تنعم بالاجر اه واحفظها وعين واحملها هي زادك في طول ولسه فريق واتلوها في كل زمان وقياما - 01:10:38 في سحري. كنزاً كانت ورسالات نوراً وقت الفجر ما اعظم تلك الآيات تسعده قلبي ترفع قدرى. تسعده قلبي ترفع قدرى - 01:11:48