

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

الحلقة 31 |

شريف طه يونس

اه اه قد ارسل ربي للخلق نورا يهدي روحا تسري تحيي امواتا تجعلهم كنجوم تمشي في البشر كنجوم تمشي في البشر تجلو حزنا تذهب هما تصرف عنا كل شر في صدري تغفر ذنبا تستفتح ابواب الخير - [00:00:00](#)

تستفتح ابواب الخير. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. ان الحمد لله تعالى نحمده ونستعينه به ونستغفره ونعوذ بالله تعالى من شرور انفسنا ومن سيئات اعمالنا انه من يهده الله تعالى فلا مضل له. ومن يضل فلا هادي له. واشهد ان لا - [00:01:10](#)

اله الا الله وحده لا شريك له واشهد ان محمدا عبده ورسوله ثم اما بعد. اهلا وسهلا ومرحبا بحضراتكم وحلقة جديدة من حلقات رسائل الفجر. رسائل الخروج من الظلمات الى النور ومن الحزن الى السرور. رسائل شعارها كل مشكلة نحياها سبب - [00:01:30](#)

واية او سورة اهلناها او منهجية ما راعيناها. نسال الله سبحانه وبحمده ان يجعل لنا من الايمان بك كتابه العزيز اوفر الحظ والنصيب. ربنا اننا سمعنا مناديا ينادي للايمان ان امنوا بربكم فامنا. ربنا فاغفر لنا - [00:01:50](#)

ذنوبنا وكفر عنا سيئاتنا وتوفنا مع الابرار. ربنا واتنا ما وعدتنا على رسلك ولا تخزنا يوم القيامة انك لا تخلف الميعاد. اللهم اجعل القرآن ربيع قلوبنا ونور صدورنا وجلاء احزاننا - [00:02:10](#)

ذهابا همومنا. ربنا امنا بما انزلت واتبعنا الرسول فاكتبنا مع الشاهدين. اللهم انا نتوسل اليك الا تقيمنا من مقامنا هذا ابى الا بذنب مغفور وعمل صالح متقبل مبرور وتجارة لن تبور. احنا كنا بنتكلم في موضوع مهم جدا وهو - [00:02:30](#)

موضوع اه الضيق وزى ما قلنا الموضوع ده فيه او الموضوع ده ممكن نقول ان هو اه موضوع شائع جدا موضوع حاضر يعني بمساحة يعني كبيرة جدا عند كثير من الناس. تمام؟ وفي نفس الوقت الموضوع ده مم يعني - [00:02:50](#)

الناس في حياتها اما عندها مفرحات او مسعدات او عندها محزنات او مكدرات او مؤثرات. فالضيف الضيق على اقل تقديرات يستجلب التأريق. الضيق على الاقل على اقل التقديرات يستجلب التأريق مؤرق يعني هو يؤرق الانسان يعني يقض مضجعه خلاص اه يؤرقه يعني شيه يقلقه - [00:03:10](#)

ويؤرقه خلاص لا شك ان هذا الشعور هذا الشعور آآ هو لما بيجي بيبقى مكدر محزن يبقى اا مؤرق مقلق كل هذه الاشياء اا تخيلنا لا شك بحاجة الى ان احنا نتوقف مع هذا الشعور او ذلك الاحساس - [00:03:40](#)

نحاول ان احنا نتفهمه نحاول ان احنا يعني يعني نتبصر في كيفية التعامل معها ولن نجد يعني كما اتفقنا دوما يعني لن نجد آآ اعلم بهذا ممن خلقنا سبحانه وبحمده. ولذلك احنا بنحاول نرهق نفسنا - [00:04:00](#)

اه كثير وزى ما بيقلوا كده بنجيب الامر من اصله وكما يقولون قسوب البحر واخلي القنوات فاحنا يعني بندلف الى الوحي مباشرة اه آآ يعني نتعرف من خلال كلام ربنا وسنة نبينا صلى الله عليه وسلم على هذه القضية وهذه المشكلة وما يتعلق بها - [00:04:20](#)

اه يعني كل اه وعلى كل امورها. طيب اه كنا اه بنستعرض الايات اللي ورد فيها الضيق في القرآن الكريم. الحقيقة مش كثيرة لكن اه هي فيها فوائد غزيرة. يعني هذه الايات ليست كثيرة. لكن فيها فوائد غزيرة حرفيا يعني. كنا وقفنا مع - [00:04:40](#)

الموطن الا شهر اه وهو الموطن اللي موجود في سورة الحجر ولقد نعلم انك يضيق صدرك بما يقولون. فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين اعبد ربك حتى يأتيك اليقين. ووقفنا مع هذا المقام مجموعة من الوقفات المهمات للغاية اللي احنا آآ يعني - [00:05:00](#)

يعني اتعرفنا من خلالها على حقائق مهمة ووقفنا على امور ضرورية كان حتى فتح في للمرة الماضية وقبل الماضية اه ان احنا نتكلم عن شوية معايير كده نقدر من خلالها نميز هذا الضيق هل هو - [00:05:20](#)

هو طبيعي هل هو فيسيولوجي ولا هو للاسف مرضي آآ او باثولوجي يعني مش مش حاجة طبيعية هل انا لا يعني امتي اقول ان ديقتي طبيعية وامتى اقول ان ديقتي مش طبيعية والى اي مدى تكون طبيعية باي - [00:05:40](#)
ده هتكون طبيعية كل هذا الكلام في الحقيقة احنا آآ يعني محتاجين آآ ان احنا نتناوله تناولناه الحمد لله في المرة الماضية آآ اه وفي التي قبلها ماشي والمفروض هنكمل بقى ان شاء الله رحلتنا مع مسألة الضيق دي لان زي ما قلت احنا اه برضو في في حاجات - [00:06:00](#)

عايزين نتعرف عليها احنا عايزين نتعرف على على الضيق ده بييجي فين؟ ايه مكانه؟ وشوية حاجات تخص هذه المسألة. فاحنا لا زلنا نواصل رحلتنا مع ايات سورة الحجر اللي تاه مني اللي ما خدش باله من اللي فات كله احنا هنتكلم عن اه مم او موضوع الضيق من - [00:06:20](#)

خلال ايات سورة الحجر من خلال ايات سورة الحجر. آآ يعني لا زالت يعني الرحلة معها طويلة. آآ ولقد نعلم انك يضيق صدرك بما يقولون فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين واعبد ربك حتى يأتيك اليقين. آآ طبعا هنا من الحاجات اللي تستوقفنا جدا جدا آآ ان - [00:06:40](#)

في هنا الضيق محله الصدر الضيق محله الصدر. طيب آآ هل الضيق بيحصل في الصدر بس؟ هنشوف لان في الحقيقة احنا عندنا ايات اخرى آآ بتقول ان الانسان بتضيق عليه نفسه وضقت عليهم انفسهم - [00:07:00](#)

آآ وفي ايات بتقول ان الضيق ده محل الصدر. خلاص؟ آآ طيب هو يعني هل احنا عندنا في حاجة اسمها الصبر لان طبعا الكلمات الثلاثة التالية آآ اللي هي العقل - [00:07:20](#)

القلب والصدر ماشي اا الكلمات دي حاضرة في الوحي يمكن كلمة عقل كده عقل كينونة اسمها عقل عقل مم مش حاضرة في الوحي كتير. يعني مش حاضرة في الوحي حضور كبير. لكن كلمة قلب قلب - [00:07:40](#)

ده يعني ككيان ده الاكسر حضورا على الاطلاق. ماشي؟ وكلمة صدر بتحضر برضه ككيان يعني كلمة صادر تحضر ككيان ايضا. ماشي؟ يبقى كده احنا عندنا عقل قلب صدر. فيه ناس بتقول ايه؟ بتقول والله القلب ده - [00:08:00](#)

مفروض هو اه الملك يعني او هو كل حاجة. اه هذا القلب المفروض التجويف الخارجي المحيط بيه اسمه الصدر ماشي آآ وبيربطه ما بين القفص الصدري بتاعنا والصدر اللي احنا - [00:08:20](#)

الصدر وما بين ده اللي هو في انسان الابدان. وما بين الصدر اللي موجود في انسان الابه؟ آآ الايمان. ماشي وفي ناس تاني بتقول لأ هو يعني الصدر ده حاجة كينونة تاني خالص اا حاجة يعني - [00:08:40](#)

مممكن تكون زي القلب مرتبطة اكثر بالمسائل الوجدانية والحالات النفسية والكلام ده. وفيه ناس بتقول اه ان اه يبقى كده عندنا في ناس بتقول ان الصدر ده هو كأنه الغلاف الخارجي للقلب فيه ناس بتقول لا الصدر ده كينونة مستقلة حاجة حاجة غير - [00:09:00](#)

اه القلب خالص تمام؟ وفي كلام كتير يعني مش مهم مش انا مش حابب بس تخوض في تفاصيل لانها مسألة يعني الناس تخوضت فيها يعني تخوضا واحنا يعني منهجنا زي ما زي ما انتم عارفين ان في مثل هذه المسائل ان احنا يعني اولنا بنشغل بالنا اكثر - [00:09:20](#)

بالمسائل العملية مش بالمسائل النظرية. يعني ايه؟ يعني انا ما يهمني في الحقيقة هو الصدر ده عبارة عن ايه؟ وهو فين بالزبط حكايته يعني ما بشغلش غيري انشغال كبير بالمهية ولا بشغل بالي انشغال كبير بالمكان بتاعه آآ ولا بشغل بالي باوصافه - [00:09:40](#)

وتفاصيله وطوله وعرضه ووزنه وحجمه بقدر ما انا بشغل بالي الوحي ينبه عليه بوظيفته. باثره بدوره ماشي؟ يمكن ده اللي احنا بنشغل به اكثر. آآ هو وظيفته ايه؟ اثره ايه؟ دوره ايه؟ ايه اللي انتقال لنا عليه؟ ايه اللي انتقال لنا فيما يخصه؟ لان لا شك احنا - [00:10:00](#)

متفقين ان الصدر ده مش الصدر اللي هو ده. يعني مش الصدر اللي هو يعني هي المادة نفسها الصاد والدال والراء بتعبر عن الايه؟ عن الشيء اللي في المقدمة او بما انه في المقدمة فهيبقى يعني ناحية الخارج اكثر. ناحية الخارج اكثر فهو - [00:10:20](#)

ناحية الخارج اكثر وفي مقدمة الشيء. ولذلك في البشر ده سمي صدر. يعني هذا سمي صدر في البشر اللي هو بيستقبل الناس هذا يقوم سمي صد. آآ وحتى يقال صدر الانسان وعجزه. يعني صدر الانسان اللي هو ايه؟ اللي بيقابل حتى يقال - [00:10:40](#)

مسلا في الشعر وقال صدر البيت. صدر بيت الشعر ده. يعني ايه؟ يعني اللي هو آآ بدايته. ويقال عجزه عجزه اللي هو تمام الشاهد يعني ان الصدر دايمًا بيبقى مرتبط بالحاجة اللي هي يعني المور - [00:11:00](#)

آآ الحاجة اللي هي اكثر ابعد حاجة. يعني اكثر شيه في الخارج. وفي الغالب هو بيكون في المواجهة في الغالب هو يكون ايه اه في المواجهة. فالشاهد ان ده يعني ده في الغالب اه يعني استعمال كلمة الصدر واحنا مش بنحررها تحريرًا دقيقًا يعني ولا عميقًا - [00:11:20](#)

لكن بنشير بس اشارات ونلمح المحاكم. فالشاهد ان هو آآ الصدر ماشي كده. طيب آآ فلذلك حتى بالنسبة للبشر اللي هو في المواجهة ده سمي صدرا. طيب والقلب برضو كمادة بتعبر دايمًا عن ايه؟ عن الحاجة اللي في الداخل. احنا ممكن نقعد بنقعد نمزح احيانًا - [00:11:40](#)

نقول ايه نقول قلب الخساية آآ يعني نقول مش عارف يعني الحاجة اللي في الداخل هي بتبقى قلب الشيء. ماشي؟ واللي في عميق العمق وبتبقى لب الشيء بتبقى لب الشيء. خلاص؟ آآ ولذلك ففي ناس بتقول كده بتقول ان الموضوع ببساطة كده يا جماعة الخير الموضوع كده لانه يعني بينزروا - [00:12:00](#)

الموضوع الى حد كبير نزره جغرافية او نزره تشريحية نزره جغرافية او تشريحية طبعًا اللي انا بقوله ده لا يزال هو عبارة عن نظرات عبارة عن نضرات يعني اا الشاهد فهما بيشفوه بهذا الشكل بيقولو خلاص هو احنا كان عندنا كيان واحد كبير خالص اسمو - [00:12:20](#)

قلب هذا الكيان هو اللي ذكر دايمًا في الوحي. ان هو الملك وانه وانه وانه. آآ عميق العميق بتاعه اسمه الايه؟ العقل يعني جواه كده كينونة عميقة كأنها الدائرة اللي جوة كده الاضيق كأن احنا عندنا كورة كده خلاص آآ والكورة دي - [00:12:40](#)

هي كأنها العقل. جوة الكورة دي كورة اضيق منها اسمها اللب. يعني اللب. ده ده في عمق العمق. خلاص؟ آآ ففي لب ومبرعة عقل ويقولوا ان من براه بقية القلب الطبقة الخارجية خالص من القلب بيقولوا هي دي هي دي الصدر هو ده الايه؟ الصدر. طبعًا - [00:13:00](#)

ولذلك كما تلاحظون انك انا كأن عندي كده ايه؟ كأن عندي كورة صغيرة والكورة الصغيرة جوة كورة اكبر كورة صغيرة اسمها لب جوة اكبر اسمها عقل اه وجواها كورة اه اكبر كده اسمها القلق فوقها براهها كورة اكبر اسمها القلب. وبرة كورة اكبر اسمها - [00:13:20](#)

الصبر. فيقولوا بقى ان ايه؟ ان اللب ده فيه حاجات اللي هي بتاعة التفكير والحاجات بتاعة التفكير وكده. آآ القلب بقى فيه شوية حاجات كده متعلقة يعني اللي هو العقل بقى اللي جوة خالص ده هو اللب بيبقى مرتبط الى حد كبير بالاياه؟ بالمسائل التجريبية آآ اللي هي اللي مش اللي - [00:13:40](#)

يعني مسلا ان انا افهم حاجة ادركها آآ اخذ بالي منها انتبه لها. بيقولوا بقى لما نحتاج حاجة او نحتاج حاجة معقدة شوية زي التدبر آآ او زي الاعتبار او الادكار فده بيبقى المفروض حاجة - [00:14:00](#)

اعمق من شغل العقل فتيجي هنا بقى القلب يقوم بالكلام ده ويقولوا ان الصدر في الغالب هي الحاجة اللي مرتبطة بالحالة الوجدانية للانسان آآ فيه اللي فيه اللب الانفساح والارتياح اللي هو بيتسمى الانشراح في الوحي. فيه فيه الضيق ماشي؟ آآ ومثل هذه الاشياء - [00:14:20](#)

بيقولوا كده يعني في ناس بتقول هذا الكلام. وكما تلاحظون ان هم بينظروا لهذه الاشياء نظرة ايه؟ اه تشريحية. نظرة تشريحية. ثاني نظرة ايه؟ تشريحية. ان نظرة مواقع يعني. احنا كاننا بنشرح حاجة وحطيناها مواقع. طبعًا هم لا يمارون لا يمارون - [00:14:40](#)

كن في ان ده على مستوى انسان الايمان. على مستوى انسان الايه؟ الايمان. يعني مش على مستوى انساني ايه؟ الابدان. يعني انسان الابدان اللي برة ده مش مش الصدر هو الصدر ده - [00:15:00](#)

تمام؟ طيب فيه ناس تانية بقى بتبص للموضوع من ناحية وظيفية. يبقى ناس كده بتبص له من ناحية تشريحية يعني لو صاحب تعبير انا توميكل آآ او خليهما هنا دلوقتي. وناس بيبصوا له من ناحية ايه آآ وظيفية فيسولوجيكال. فيسولوجيكال ماشي -

[00:15:10](#)

من ناحية وظيفية بقى يعني هو مش مش ما بيشغلش باله بالمواقع خالص. فنيجي نقول له فين العقل؟ يقول ما ما ليش دعوة مش مش فارق معه. طب يا عم مش في عقل آآ فيه كذا يقول لك لا مش فارق معي العقل ده فين. طب هو يا ترى - [00:15:30](#)

في القلب اللي هنا المضغة اللي دي ولا في الصدر ولا في الدماغ ولا في يقول لك يكون مطرح ما يكون. المفروض اصلا انسان الايمان ده هو مش لازم يكون تركيز - [00:15:50](#)

على تركيبنا فهو في حاجة اسمها عقل. والعقل ده آآ اصناف. ففي ناس آآ يعني في الرتبة الاعلى من العقل اللي هم آآ اولو الالباب.

يعني الناس بقى اللي هم ايه؟ آآ قولوا النهى - [00:16:00](#)

اللي هو يعني عقولهم بقى ايه يعني في المستوى الاعلى. وفي ناس تانية عادي عندهم العقل ده. ماشي؟ في العقل ده فين؟ وهل هو كيان مستقل ولا مش كيان مستقل؟ يقول ما يشغلنيش. ما يشغلنيش العقل، ما يشغلنيش الموقع. ولا يشغلني التشريح - [00:16:20](#)

يشغلني ايه يشغلني ايه يشغلني الوزيفة يشغلني الوزيفة اللي هو بيقوم بيها ايه وزيفة العقل ده ايه اللب ده اللي يشغلني انما ما

يشغلنيش الجزء الثاني ده. تمام كده؟ طيب. طب نيحي نقول له طب ايه القلب يا راجل يا طيب؟ يقول برضه مش - [00:16:40](#)

مش مهم عندي يعني مش مهم عندي القلب. يعني يعني ايه مش مهم عندي ايه قلب؟ يعني فين القلب؟ ما هو مش لازم. طيب كموقع ما يتكلمش عن الموقع طيب كتسريح هو عبارة عن ايه؟ يقول ما اعرفش برضو انا مش لا تشغلني هذه القضية لا تشغلني هذه القضية

- [00:17:00](#)

انا اللي اشغلني الى حد كبير ان فيه فيه آآ وظيفية آآ في آآ في كينونة بتقوم بوظائف اسمها القلب بتقوم بالتدبر وبتقوم بالتذكر وبتقوم بالاعتبار وبتقوم بالادكار ده اللي يشغلني الى حد كبير. طيب اه - [00:17:20](#)

نيحي نقول له ايه الصدر؟ يقول نفس الكلام برضه. يبقى هو عنده سواء كان بقى عقل آآ لب سواء عنده قلب سواء مش مش فارقة معه القصة دي طيب نقول له طب هل انت ترى ان القلب هو يعني الكيان اللي فيه الكلام ده كله؟ يقول اه ما فيش مشكلة انك

انت - [00:17:40](#)

ده كله سميه القلب. والعقل ده او التعقل ده يبقى وزيفة. حالة القلب من هزه الناحية واللي الصدر ده برضو بيعبر عن حالة او وزيفة ماشي يعبر عن حالة او ايه او وزيفة طيب - [00:18:00](#)

ايه الصح بقى او مش ايه الصح يعني هو طبعا كلام يعني محترم وعلماء كتير بيتكلموا فيه بس خيلنا نقول اختيارنا احنا الشخصي اختيارنا يمكن احنا اشرنا اليه احنا بنتكلم عن التدبر لما كنا بنحرق التدبر وقلنا ان احنا اخترنا الخيار اللي ما بيبصلهمش - [00:18:20](#)

كمواقع لا ينظر لهذه المصطلحات كما وقع. ده مش دول بس ما بينزرش مصطلح النفس. ولا مصطلح الروح. لا ينظر لها كما واقع امال

بينظر لها كايه كوظائف. يبقى احنا متبنين اكثر القول اللي بيبصوا لهم من الناحية الوظيفية. ماشي - [00:18:40](#)

لان الناحية التشريحية العلم بها لا ينفع والجانب لا يضر. ليه؟ لان انا مسلا القلب لما مسلا واحد يكون ايه؟ آآ قلبه انجرح ما اللي هو ما انا ما اعرفش ارواح اخيطه. ماشي؟ لما يكون دلوقتي قلبه مثلا اه تدنس ما ارواحش ما اعرفش ارواح اجيب - [00:19:00](#)

مطهر وطهره مش هعرف ولا اعرف اغسله. واضح؟ يعني فالكلام المادي ده لا معنى له. يعني هذا الكلام المادي لا معنى له. هو ممكن يكون بس من باب التقريب او بنقرب المسألة لكن لا معنى له. ففكرة النزر اليك مواقع ونبقى مشغولين بموقعه لأ في الحقيقة دي

يعني مسألة ما - [00:19:20](#)

احنا لا نراها لا نراها. طيب وبرضو الكلام في حته هل هو كيان واحد اسمه القلب وجواه وظائف واحوال ماشي؟ بنسبها دايمادوار

واثار. ادوار واثار. ولا لا؟ ده في كينونة مستقلة اسمها العقل - [00:19:40](#)

امانة مستقلة اسمها القلب وكانها مستقلة اسمها الصدر. ففي الحقيقة برضه احنا لا نتبنى ذلك. يعني ما بنشغلش بالناس بالمسألة دي. بل الميل الاكبر عندنا ان في كينونة اسمها القلب. وفي عنده ادوار واثار. ادوار واثار. يعني القلب ده بيتفاعل بيتفاعل - [00:20:00](#)

فهو يقوم بحاجات ويحصل فيه تأثيرات تاني يقوم بحاجات ويحصل فيه تأثيرات. يقوم بحاجات زي آآ وظايف التعقل كلها ولعل ولعلي ارجح هذه المسألة ان ما جاش عندنا كلمة العقل ما جاتش ككيان مستقل كده. حاجة اسمها - [00:20:20](#)

ما جتتش كتاب مستقلين بل حتى ما جاش اللب مفرد خالص في الوحي. كله اولو الالباب اولو الالباب فلهي اوصاف بشكل اساسي الكلام عن العقل اللي بييجي في ايه؟ تعقلون يعقلون افلا يعقلون؟ يعقل؟ كلها بتيجي كوظيفة. ما بتجيش كينونة مستقلة

كده اسمها اسمها القلب - [00:20:40](#)

بتيجي كينونة مستقلة اه اسمها العقل عذرا. بتيجي كينونة مستقلة اسمها القلب. بتيجي نونة مستقلة اسمها الصدر. ماشي؟ طيب وبناء عليه وبناء عليه دلوقتي احنا ممكن نشوف الامر ازاي؟ ان والله في حاجة اسمها القلب هذا القلب هذا القلب خلاص ممكن ممكن

نعتبر ان في حاجة تانية - [00:21:00](#)

بتظهر فيها يعني القلب ده له ادوار له ادوار وبتحصل فيه اثار تاني ليه ليه ادوار وبتحصل فيه اثار ادواره دي منها التعقل اللي هو

بتاع العقل وبتاع اللب خلاص؟ منها كده. آآ منها آآ التفكير منها آآ التدبر التذكر دي كلها ادوار - [00:21:20](#)

وله اثار حاجات بتحصل فيين؟ الاثار دي بقى اللي بتحصل في الاثار دي تظهر في الصدر تظهر في الصدر تظهر في الصدر ماشي؟ آآ

فوكأن الصدر ده كده على حد تعبير بعضهم هو الدهليز كده اللي هو او يعني ايه مكان الكبير. هو كانه ايه؟ الدهليز - [00:21:50](#)

خلاص طيب فالهم ان في في ادوار وفي ايه؟ وفي آآ اثار. ماشي؟ طيب. يا ريت معلش نركز ان بعض ممكن يعني بيتوه مني في

الحتة دي عشان الحتة دي يعني دقيقة شوية. طيب المهم المهم المهم. فدلوقتي ايه الحكاية؟ الحكاية احنا بنتبنى - [00:22:10](#)

اكثر اه نزرية اه الوظيفة يعني الناس اللي بتشوف اه بتشوفه فانكشينا وتشوف الكلمات دي كلها كلمات وزيفية آآ ده بيشغلنا في

الحقيقة اكثر من اللي بتشوف الكلمات دي اللي بتشوف - [00:22:30](#)

الحاجات دي هي آآ تشريحية بتشوفها كلمات تشريحية. لا احنا بنشوفها كلمات وظيفية مش كلمات تشريحية. اللي هي ايه؟ كلمات

العقل واللب والقلب والصدر بنشوفها كلمات وظيفية. لكن لكن آآ البعض بيشوفها كلمات ايه؟ كلمات آآ تشريحية. فده اول نقطة -

[00:22:50](#)

احنا بنشوفها بنتبناها. النقطة الثانية هل هي تلت كينونات او اربع كينونات؟ ولا هو كيان واحد بادوار واثار بادوار واثار في الحقيقة

في الحقيقة احنا بنشوفها كيان واحد بنميل لانها كيان واحد بادوار - [00:23:10](#)

واثار بادوار واثار. خلاص كده؟ وما وما نقدرش نفني انها ممكن تكون كينونات مختلفة. يعني ممكن كينونة كده اسمها فاهمين يعني

ايه هنا يعني يعني يا ترى يا ترى هل هو حاجة واحدة كده هل هو صندوق واحد الصندوق ده اسمه القلب وجوة الصندوق ده فيه

بقى عقل - [00:23:30](#)

ومبراه فيه مش عارف ايه ولا ولا هو اصلا عبارة عن ايه؟ لا عبارة عن تلات كينونات يعني دي وجنبتها مسلا دي كده القلب وده كده

مسلا يكون العقل ومسلا ده يكون مسلا الصدر يعني دي في الحقيقة برضو لا نستطيع ان نجزم - [00:23:50](#)

بها. ما عندناش اللي يجزم بها او ينفياها. وان كان الميل الاكبر الى انه صندوق واحد. الصندوق ده الصندوق ده هو فيه مناطق بتقوم

بادوار ومناطق بيحصل فيها اثار. المناطق اللي بتقوم بادوار المناطق اللي بتقوم بالتعقل وبتقوم - [00:24:10](#)

بالتدبر وبالتفكر وبالاعتبار وبالادكار وغيرها. دي المناطق اللي بتقوم بالادوار. والمناطق اللي بتقوم بالاثار اللي هي المناطق بتاع

الصدر الصدر مناطق خارجية منه هي اللي عشان كده بقول كلمة دهليز او او صالة صالة كأننا في غرفة وطلعت - [00:24:30](#)

الواسع كده او او الصالة الواسعة. خلاص؟ فايه؟ فاحنا ممكن بنميل لدي اكثر. على اعتبار ايه؟ على اعتبار ان ما جاش العقل كده او

قال لب موصوف بانه كيان. اللي جه اتوصف بانه كيان هو الايه؟ هو القلب. ماشي؟ بيتحدث ما عنه كيان. فيه نقطة تالته -

00:24:50

يبقى كده في نقطتين اهو. نقطتين احنا ما اتبنينا فيهم حاجات. عشان ما حدش يتوه مني. اتبنينا ان العقل القلبي الصدر اللب كل دي كلمات ضيفية مش كلمات تشريحية اتبنينا لدي والنقطة الثانية اللي اتبنيناها اتبنينا في الغالب ان هم هو كيان واحد اسمه القلب -

00:25:10

وجواه آ حاجات بتقوم بادوار وحاجات بتظهر فيها اثار. حاجات بتقوم بادوار زي العقل وزى اللب وزى غيرها. وحاجات بتقوم بتقوم بقى بتظهر فيها اثار زي الصدر. يعني الصدر واضح جدا في استعماله في الوحي. انه بتظهر فيه اثار. مش بيقوم بادوار. واضح -

00:25:30

جدا ان العقل ده او اللب انه بيقوم بادوار مش بتظهر فيه اثار. خلاص كده؟ طيب. ركز في الحنة دي. دول الحاجتين اللي اتبنيناهاهم حتى الان وعكسهم وعكسهم خلاص آ يعني في ناس بتتبنى اراء اخرى. باقي كده المسألة الثالثة - [00:25:50](#)

المسألة الثالثة. ايه بقى المسألة الثالثة؟ المسألة الثالثة دي بتقول بتقول طب ايه علاقة الكلمات دي اللي هي تخص انسان الايمان بانسان الابدان. واضحة دي؟ ايه علاقة الكلمات اللي هي عقل ولب وقلب وصدر - [00:26:10](#)

ايه علاقتها بايه؟ اللي هي كلمات تخص انسان الايمان. اللي اتفقنا انها وظيفية. ان كلها في كينونة واحدة. ايه علاقتها بانسان الايه؟ بانسان الابدان علاقتها بصدري وعلاقتها بالمضخة اللي جوة وعلاقتها بالدماغ ايه علاقتها بهذا الكلام كله - [00:26:30](#)

اه في رأيي ان في علاقة كبيرة جدا. لما نيجي هنا بقى نقول العلاقات العلاقات. ففرايبي ان مسلا لما نيجي نقول العقل او اللب عنده نوع ارتباط. مم يعني زي ما قلت لكم واحد ارتباط كده يعني نوع ارتباط ايه؟ نوع ارتباط ما بين - [00:26:50](#)

ما بين العقل وما بين الدماغ. في ايه؟ في الادوار والاثار ازاى يعني الدماغ ده وكأنه هو بيجهز للعقل اللي هو فين مش مهم طيب والدماغ ده كأن بتظهر فيه اثار العقل. ففيه واحد نوع ارتباط حاضر ما بين ما بين - [00:27:10](#)

العقل وما بين الدماغ. او هقول بشكل بقى فيسيولوجي وبين الجهاز العصبي الجهاز العصبي المركزي. فيه نوع ارتباط حاصل. ارتباط في ايه؟ ارتباط في انه يجهز له حاجات ويستقبل منه اشياء - [00:27:40](#)

في الاستقبال والارسال يستقبل للعقل ويرسل من العقل يستقبل اللي هو ياخذ حاجات وينفذ ياخذ حاجات ينفس تمام؟ ا لكن هو بقى الاشارات والدليل مسلا لو حد عنده مشكلة في دماغه واحد يعني نسال نسال الله العافية بتحصل عندنا احنا - [00:28:00](#)

الاطفال كثير في الولاد اللي هما مسلا بيتولدو وعندهم ا نقص اكسجين ا حصلهم اشكالات في الولادة او ا بعض الاطفال اللي هم بيبقوا آ مسلا آ آ عندهم مسلا امراض اللي هي امراض الاي دي اللي بيسموها - [00:28:20](#)

آ فيبقى عندهم مشكالات في دماغهم. الدماغ نفسه اللي هو جوة ده اللي اسمه المخ. حاصل فيه اشكالات عضوية ايه اللي بيحصل؟ بنلاقي الولد ده الوزائف نفسها بتاعة التعقل وبتاعة التفهم وبتاعة الادراك - [00:28:40](#)

بتاعة تمييز الفهم والادراك وتمييز الضبط والامساك مش حاضرة عنده. مش حاضرة عنده. اذا في ارتباط واضح جدا لا ينكر ما بين الدماغ ده وما بين العقل واضح جدا بين الدماغ وبين العقل. ارتباط في ايه؟ الدماغ بيستقبل دلوقتي حاجات. بيستقبلها من الحواس

- [00:29:00](#)

بيعالجها بيوصلها للعقل. اللي هل هو جوة الصندوق اللي اسمه القلب ولا هو كيان لوحده مش مهية وكيان لوحده متصل بالقلب مش مش مهم بيوصل له وبعد ما بيوصل له بيروح الكلام ده من العقل للقلب وبعد كده بتيجي وصلة تاني يرجع تاني على العقل بيجي

ايه؟ يبقى - [00:29:20](#)

بعث الرسائل زي ما كنا بنقربها قبل كده لو تذكره في مسألة الايه؟ لما كنا بنتكلم عن اه كنا بنقربها بنقول ملك ومستشار وكلام من ده فكنا بنقول مسلا في الملك والمستشار كنا نقول ايه؟ نقول ان هو بالضبط كده هم الجوارح دي عاملة زي الجنود - [00:29:40](#)

يجي الجنود او الحجاب الحاجب ا بتاع الملك فما بيدخلش على الملك على طول بيدخل على المستشار او الوزير دخل على

المستشار ده على الوزير اما يدخل عليه هو بيفهم رسالته ويدركها وتعامه زي الفل. ممكن الجندي ده اللي جايب رسالة ما هواش

عارف اي حاجة في اي حاجة ولا فتحها اصلا. ولا - 00:30:00

تعرف ايه اللي جواه. بيفهمها خلاص او مسلا نفترض لو ان الرسالة دي مسلا بلغة اخرى. فالرسالة دي يجيبها الجندي ده زي بالضبط العين ما بتجيب رسالة. والاذن بتجيب رسالة. لما بيجيبها بيديها للراجل بتاع الترجمة. يقول له ترجم لنا الخطاب - 00:30:20 ده مسلا من اللغة الايه؟ اه الانجليزية للغة العربية. فالموزف بتاع الترجمة ده بياخده يعمله ويترجمه. وهو ما لوش دعوة بمضمون ولا اي حاجة. ويبجي موصله لمين؟ موصله للمستشار. المستشار ايو عرف ايه المطلوب وايه المراد وايه الكلام ده. وتلاقيه داخل على الملك يقول له والله - 00:30:40

ووصلنا كزا كزا كزا كزا الملك بقى يتفكر يتدبر ايا كان وضعه وبعد كده يصدر اوامره لمين؟ للمستشار يقول قل له قل لهم اعملوا كزا او يصدر اوامر مباشرة للجنود او يقول في المملكة الكل يفعل كزا. يبجي المستشار ينقل عنه يبجي راجع تاني بالرسالة يرجع بها لمين - 00:31:00

ارجع بها المترجم يقول له ايه؟ يقول له رد بالانجليزي. يقوم المترجم ده يرد بالانجليزي. لما يرد بالانجليزي يبجي واخدها الجندي تاني ويبجي موصل الرسالة لو فهمتم اللي انا بحكيه ده يفهموا اللي بيحصل في الجسم بالزبط. انا لو جات لي اشارة مسموعة او جات لي اشارة مرئية رسالة اهو رسالة مسموعة زي ما انت سمعتيني دلوقتي حضرتك - 00:31:20

لو انت سمعتني حضرتك او شفنتني حضرتك او شفنتني حضرتك دلوقتي. دي رسالة اهو خدها الجندي اللي اسمه العين خدوها ومشوا في الايه او او يعني رسالة معينة مشت راحت للدماغ. الدماغ ده كانه المترجم بالزبط. بيعمل لهذه المعلومة - 00:31:40 يقول اللي هو الصوت اللي داخل اللي هو ده هيبقى كزا. واللي هو يبقى كزا. والسورة اللي جاية جالي في مسلا دي تبقى آآ تبقى كزا فهو مجرد مترجم عاج بيانات بيعالج البيانات اللي وصلته ماشي ويجي باعتها لمين؟ للمستشار اللي هو اسمه العقل عشان يقوم بتمييز الفهم والادراك. خلاص؟ واه مم - 00:32:00

لما بيوصل لي المستشار المستشار بيوصل للملك. المستشار ده بقى اللي هو اسمه العقل بقى او اسمها وظيفة التعقل. ويبجي بعث للملك خلاص الملك اللي هو القلب. يبجي الملك يقول ايه؟ يقول امين تمام انا موافق مش موافق كلام من ده. يبجي باعت مع المستشار تاني. برضو كل ده كرسائل عصبية. يوصل للمستشار. المستشار - 00:32:30

ابتدى يعمل ايه؟ يبجي بقى هات للدماغ. يقول لي الدماغ ايه؟ ابعت للايد قل لها اتحركي. ابعت للعين قل لها اقفلي بسرعة عشان احنا شفنا حاجة حرام. قل لي الودن آآ - 00:32:50

قل لي الودن اقفلي خدي جنبي قل لي الدماغ خدي جنبي يمين وخد قل لي اليد تتحط صباع هنا عشان ما يسمعش هذا الكلام الحرام خدتوا بالكم من هي جاية ازاي؟ هو ده اللي بيحصل. طيب اذا فيه ارتباط واضح ما بين الجهاز - 00:33:00

العصب المركزي والطرفي وما بين وما بين العقل وده بقى احنا بنلاحه بقى ان الولاد مسلا اللي عندهم مشاكل مسلا في السمع عندهم ومشاكل في الرؤية. يعني ربنا يعافينا اللي عندهم مشاكل في السمع وبعد كده بيتأثروا في الفهم. بيتأثروا في الكلام. عنده مشاكل في السما عنده مشاكل في العين - 00:33:20

اه فالمشاكل دي بتأثر على على ان معالج البيانات ده يقدر يقوم بوظيفته كويس فبيأثر على التفهم تمييز الفهم والادراك لو لو معالج البيانات ده نفسه ماشي؟ لو معالج البيانات نفسه فيه فيه مشكلة ده ده ازمة بقى. يعني ممكن العين كويسة الجندي سليم ها والجندي سليم - 00:33:40

الجندي ده والجندي ده سليم دخل خلاص وصل لمعالج البيانات معالج البيانات مشكلته ايه؟ هو ممكن يكون في مشكلة بقى ما بيعالجش البيانات كويس. في خلل ما فمش هيوصل للمستشار ما هيتترجمش يوصل للمستشار. فنلاقي الشخص ده مش بيفهم. مش بيتعقل مش بيميز تمييز الفهم والادراك نكلمه - 00:34:00

ما بيفهمش الخطاب ولا بيرد الجواب. طب ولا بيميز تمييز الضبط والامساك؟ لدرجة ان مسلا ممكن حد يقول له خد ولع في نفسك ياخذ ولع في نفسه مسلا ربنا يعافينا الولاد اللي عندهم مشاكل في قدراتهم العقلية او كده طب ما احنا اذا في ارتباط واضح ما بين

العقل او اللب والجهاز العصبي - 00:34:20

المركزي والطرفي. انا كده بجاوب على السؤال الثالث. ايه علاقة انسان الايمان بانسان الابدان طيب وفي علاقة واضحة جدا ما بين القلب بقى وما بين الجهاز الدوري احنا في يعني في علم الفسيولوجيا او في الفسيولوجيا لما نبص للانسان ده كده على مستوى التشريح هنقول ان عندي ده كده دي كده - 00:34:40

اسمها جمجمة جمجمة خلاص الجمجمة دي جواها بتاع كده اسمه وجواها حاجات اسمها نرفس وكلام من ده. يعني دي جمجمة تشريحيا وزيفيا جواه حاجة اسمها الجهاز العصبي المركزي الجهاز العصبي المركزي ده هنا ده جمجمة وعمود فقري - 00:35:10 ده كده نزره تشريحية لكن كنطرة فسيولوجية او وظيفية جوة الجمجمة دي مخ. ماشي؟ وجوة العمود الفقري ال حبل شوكي ده كده اسمه الجهاز العصبي المركزي وفي جهاز عصبي طرفي بقى اللي طالع من الحبل الشوكي وطالع من المخ ده اللي هو - 00:35:30 توزع كده كده كده. دي كده نزره ايه؟ تشريحية ودي نزره ايه؟ وزيفية. ده كده انسان الابدان. العقل بقى مرتبط بمين؟ مرتبط بالبتاع ده. مرتبط بالجمجمة ولا بالعمود الفقري؟ لأ. مرتبط باللي جوة الكلام ده - 00:35:50

مرتبط به مرتبط به في ايه؟ في ايه؟ في الاستقبال وفي الارسال. زي ما قلنا كده زي ما حكينا من شوية. طب ماشي. في عندنا هنا لما نيجي نبص كده هنلاقي انا هو ببص كده لما ادوس على ايدي كده شوية خلاص الاقي صبعي بيحمر - 00:36:10 حاجة حمرا ادوس عليها بتبييض. آآ حاجات كتيرة دي اثار ما يسمى بالجهاز الدوري. يعني الجهاز العصبي ده له علاقة بالاعصاب طيب ما الجهاز الدوري له علاقة بايه؟ بالاوردة والشرايين والشعيرات الدموية. خلاص؟ ده اسمه الجهاز الدوري - 00:36:30 زي ما الجهاز العصبي في مخ وحبل شوكي وشوية تفرعات الجهاز الدوري فيه قلب المخ بتاعه هو القلب اللي هو المضخة دي. والمضخة دي بقى عندها شبكة رهيبة من الايه؟ شبكة رهيبة من الاوردة والشرايين والشعيرات - 00:36:50

الدموية. وفي حاجات كمان الليمفاوية ومش عارفين مش هنتخوض فيها. ماشي؟ الاوعية الليمفاوية. بس فيه ايه؟ فيه عندنا فيه عندنا شبكة ضخمة لما نيجي نبص على الانسان كده لو بصينا عليه من ناحية الجهاز العصبي هنجد ان فيه حاجة مركزية اللي هو الدماغ وفيه الحبل الشوكي ونبص نلاقي ايه - 00:37:10

نلاقي فيه شبكة رهيبة من الاعصاب في الجسم كله. الشبكة الرهيبة من الاعصاب دي هي بتستقبل خلاص وبتنفذ بتستقبل وتنفذ خلاص؟ طيب او بمعنى اخر نقول بتجهز وتنفذ بتجهز تاخذ الحاجة وتنفذ تمام؟ طيب - 00:37:30 آآ نفس الكلام في الجهاز الدوري جهاز الدوري اللي هو الجهاز الدوري لما نيجي نبص عليه هنلاقي له دماغ برضه دماغه هي ايه ايه زي مخ كده مخه هو القلب وحواليه شبكة رهيبة جدا جدا من الاوردة والشرايين - 00:37:50

والشعيرات الدموية وكمان الاوعية الليمفاوية. تمام؟ الجزء بتاع الاعصاب ده بيدو ان هو مرتبط بالاياه؟ مرتبط بالحركة يعني الجهاز العصبي المركزي والطرفي مرتبط بالحركة بتاعة الانسان وانه يسمع ويفهم الجهاز الدوري ده كانه - 00:38:10 مرتبط اكثر بقى بانه يوصل الدم للمكان ده بما فيه من اكسجين ومغذيات وياخد الدم اللي في المكان ده بما فيه من فضلات ومش عارف ايه والكلام ده كله. الجهاز الدوري ده بقى مرتبط اوي بالقلب. مرتبط بالقلب. اه فلما نلاقي مسلا مسلا - 00:38:30

حد منا يحزن اوي يحزن جدا جدا هو بيحزن ليه؟ عشان قاعد يتفكر يتفكر في ايه؟ يتفكر في اشياء محزنة هجمت على قلبه وشهد حالة الحزن. فعاش وظائف قلبية اهو تفكر ونزر وشهود فيبدأ اصلا - 00:38:50

قد يصل بيه هذا الحزن ان ضربات قلبه تقف. نجد ان فرحان يبشده العواقب الجميلة وفرحان بها ومبسوط وبيتفكر فيها. ضربات قلبه بتزيد بتزيد بتزيد عشان شاف حاجة تفرحه. ضربات القلب دي لما تزيد الدم يوصل كويس اللي هي اغلى - 00:39:10

بالاجزاء بتاع جسمه تلاقيه كده ايه تورد تورد واحمر كده. سبحان الله! انا عجيب امر الانسان ده ماشي؟ طيب ازا في ارتباط واضح ما بين القلب وما بين الجهاز الدوري. المضخة اللي جوة دي لما نفرح اوي اوي - 00:39:30

لما نزل حاسس ان قلبي يقف. انا حاسس ان قلبي هيقف. فيه حاجة كده يقعد يقول هذه الاشياء تمام طيب آآ النقطة الثالثة بقى الصدر بقى الصدر ده مرتبط بايه؟ بالجهاز التنوعي - 00:39:50

نفوسي ايه الجهاز التنفسي؟ ايوة ايه الجهاز التنفسي؟ هو الجهاز التنفسي ده يا دكتور هو برضو كده عامل زي الجهاز العصبي والجهاز الدوري ايوة الجهاز التنفسي ما له؟ فيه برضو دماغ. فيه مخ برضو مخ الجهاز التنفسي. ايه مخه؟ مخ الجهاز - [00:40:10](#) تنفسي الرئتين طب وبردو عنده كده بتشعبات وكلام من ده عنده تشعبات. يعني الخلية الاصابع دي بتتنفس تنفس بتاخذ اكسجين بتيجي لما يجي لها الدم تيجي تاخذ نفس اكسجين وتيجي رامية فيه نفس ثاني اكسيد الكربون. الخلية تنفس؟ اه بتتنفس. ولو تذكروا كده يعني الناس اللي كانت اه لو فاكرة يعني - [00:40:30](#)

تدرس كانوا بيدرسوا الخلايا كان في في الخلايا كده ايه بعض اجزاء الخلايا مسؤولة عن التنفس. يقول لك كده مسؤولة عن التنفس. كل خلية كل خلية تنفس فالدم اللي ماشي ده اللي ماشي خلاص واخذ معاه الحاجات اللي هتساعد على تنفس الخلايا وكأن - [00:41:00](#)

الجهاز التنفسي شغال يعني ايه؟ كأنه مأجر الاوعية الدموية بتاعة الجهاز وشغال فيها بيعت فيها اكسجين للخلية فتشغله تنفس. وتيجي الخلية تشغله من من الشريان الشريان اللي هو يبقى محمل بالاكسجين. وتيجي عاملة ايه؟ وتيجي بخاخ فين؟ تبخه في الايه؟ في تبخ ساني اكسيد الكربون فين؟ في الوريد - [00:41:20](#)

بيجي الوليد واخده بييجي راجع به ايه؟ راجع به ثاني. يجي القلب يقوم يعمل ايه؟ يجي القلب يقوم واخذ شوية الدم دول. تمام كده؟ ويجي طالع بهم على الايه على الرئة يقول للرئة لو سمحت اديني اكسجين وخدي مني ساني اكسيد الكربون. فيجي طالع على - [00:41:50](#)

المضخة دي تيجي مطلعة فين هنا فالمضخة دي في الحقيقة شغالة في حاجتين هي مش بتوصل دم بس لأ هي الدم ده بقى محمل باوكسجين محمل بساني اكسيد الكربون. محمل باوكسجين في في الذهاب ومحمل بثاني اكسيد الكربون في العودة. اذا الجهاز التنفسي - [00:42:10](#)

هو الثاني في مخ ايوة الرئتين هما المخ بتوعه. وليه ايه ثاني غير المخ؟ ليه ثاني غير المخ هل له برضو كده جنود كده راكنة على جنب ومش عارف ايه زي الدماغ كده والحبل الشوكي والحاجات اه ليه؟ ايه بقى الحاجات دي؟ الحاجات دي زي ما قلت - [00:42:30](#)

الاوعية والاياه ولزلك في ارتباط كبير بينه وبين القلب. في ارتباط كبير بينه وبين القلب. القلب بيعمل ايه زي ما بنلاحض كده؟ هو هو محوط القلب. آآ ولزلك حتى تشريحيا نبص عليه كده. احنا هنلاقي الايه؟ يعني دي ايدنا اليمين والايدنا الشمال على الشمال كده نلاقي القلب هنا كده. ومتغطي تماما وحتى بس - [00:42:50](#)

ابتدوا بزهرة منه كده برة هنا واغلبه فين؟ اغلبه ورا ورا الرئة. ورا الرئتين ورا العزمة القصر دي. خلاص؟ القلب ورا هنا مايل ناحية الشمال شوية. خلاص كده؟ فمتغطي. فالقلب ده يعمل ايه؟ او بييجي مطلع مطلع - [00:43:10](#) خلاص مطلع اا دم من عنده يوديه للرئة حوالين الرئة يقولها بقولك ايه بقولك ايه خدي ساني اكسيد الكربون وطلعي واديني اكسجين. فانا كده لما باخذ نفس كده كده خلاص فانا ايه انا كده خدت - [00:43:30](#)

اكسجين في الشوية اللي باخذ فيهم اكسجين دول بيبقى في دم جاهز الكلام ده بقى بيتم من خلال وعملية معقدة مبهرة فيجي محملين الدم اللي هو دخل الرئة ده يحمل باوكسجين. وفي نفس الوقت اللي بيتحمل فيه اكسجين نكون بنسحب منه ايه؟ ساني اكسيد الكربون علشان - [00:43:50](#)

وانا بعمل بعدها اعمل شوفوا كل ده احنا كم مرة من اتناشر لعشرين مرة بيحصل الكلام ده في الدقيقة لوحدهك سبحانك ربي ما اعظمك. من اتناشر لعشرين مرة في الدقيقة الواحدة. يعني احنا لو اعتبرنا كده في في المتوسط لو قلنا - [00:44:10](#) لو قلنا مسلا على عشرين معناه ان كل ثلاث ثواني بيحصل الكلام ده. كل ثلاث ثواني بيحصل الكلام ده. لو اعتبرنا الحد الادنى اللي هو عشرة كل كل ست ثواني كل خمس ثواني. كل من ثلاث لخمس ثواني من ثلاث لخمس ثواني - [00:44:30](#) انا بعمل ايه؟ انا بعمل كده في اللي يسمونه الشهيق اللي هو خلاص؟ وفيه اللواء الزفير اللي هو خلاص في الشهيق ده والزفير اللي

انا بعمله كده ايه اللي بيحصل؟ الدم اللي راح الرئة اللي جه بعته القلب للرئة خلاص - [00:44:50](#)

طلع فوق كده للرئة لا يلا خدي شوية الدم دول. تيجي واخدة شوية الدم دول اللي المفروض بيوصلوا في ما يسمى بالوريد الرئوي يوصل لهم شوية الدم دول خلاص ايه اللي هتعمله؟ هتيجي سحبة منه ثاني اكسيد اكسيد الكربون وتحمله باكسجين. ويجي راجع

ثاني يبجي راجع ثاني - [00:45:10](#)

الرئة يخش جوة القلب. ماشي؟ الدورة اللي فوق دي بيسموها بيسموها التنفسي وبعد كده بقى يروح طب الدم اللي بقى موجود ده

بقى؟ الدم اللي بقى موجود ده هيروح فين؟ هنيجي نضخه في الجسم. انت - [00:45:30](#)

اطلع فوق وانزل تحت وروح يمين ورح شمال انتشر. فيمشي بقى في الاوعية دي دم محمل بالاكسجين وهو معدي بقى عدى مسلا

على الحتة دي في دراعي هنا مسلا ففي خلايا هتتغذى منه طب يروح لها ازاى - [00:45:50](#)

كيرات دموية بشعيرات دموية. الشريان ده المفترض يبقى فيه له ارتريول. خلاص في ارتل الشريان الكبير في في شريان صغير

والشريان الصغير وراه شعيرة دموية شعيرة الدموية دي تخش بقى في الانسجة وتوصل للخليج الدم بتاعها وصل لها الدم الدم اللي -

[00:46:10](#)

حد على الخلية دي الخلية تيجي تشفط منه الاكسجين وتيجي بخة في ثاني اكسيد الكربون. تيجي الشعيرة الدموية دي اللي كانت

جايبة الدم من هنا اللي فيه اكسجين هي تاخذ الدم اللي محمل بساني اكسيد الكربون اللي كان جاي احمر يزرق ويبجي رايح ثاني

اكسيد الكربون ده يروح على فين؟ يروح للوريد - [00:46:30](#)

الوريد ده يتجمع الفنيول. في وريد صغير لوريد اكبر لفين خلاص؟ يتجمع ويبجي كل الكلام ده يبجي راجع ثاني على القلب. لما

يرجع القلب رجع القلب ما له دلوقتي؟ رجع القلب محمل بساني اكسيد الكربون وما فيهوش اكسجين يتشفط منه الاكسجين -

[00:46:50](#)

يجي القلب عامل ايه؟ يبجي واخده ثاني موديه للرئة. يقول لها لو سمحت خدي مني ساني اكسيد الكربون وايني اكسجين. تيجي

واخدة مني ساني وتديه اكسجين ويجي يرجعه ثاني للقلب ويبعته ثاني للقلب وهكذا. انا بقول بشكل سمبل يعني عشان بعض الناس

اللي ربما - [00:47:10](#)

متخصصين بس ده كلام بسيط كلنا يعني خدناه في العلوم والكلام من ده. تمام؟ بس سبحانك ربي ما اعظملك! كل الكلام ده بيحصل

في وقت واحد. بيحصل في اجزاء من - [00:47:30](#)

ثانية في فيمتو ثانية بتحصل عمليات لا حصر لها. انا قاعد بكلمكم دلوقتي انتم قاعدين بتسمعونني وكل الكلام ده بيحصل كل الكلام

بيحصل في كل وقت ده. طيب ايه اللي دخلنا في القصة دي يا دكتور توهتي؟ لا ما توهتش حضرتك ولا توهت حضرتك - [00:47:40](#)

انا كنت بطرح سؤال. السؤال ده بيقول ايه علاقة انسان الايمان ومصطلحاته اللي زي العقل والقلب والصدر ومش عارف وايه والكلام

ده. بانسان الابدان ومصطلحاته. انسان الابدان اللي قدامي ده اللي هو الدماغ اللي جواه مخ والعمود الفقري اللي جواه نخاع شوكي -

[00:48:00](#)

والعضم ده بتاع القفص الصدري اللي جواه رئة. وجواه كمان آآ وجواه اسمه ايه ده؟ آآ مضخة اسمها القلب. ايه علاقة دول ايه علاقة

دول بدول؟ فانا بقول كده باختصار العقل - [00:48:20](#)

العقل مرتبط بالجهاز العصبي المركزي. الجهاز العصبي المركزي لان ارتباطه خليه مرتبط بالطرفين. يعني ايه المركزي؟ المخ يعني.

دماغ. طيب والقلب مرتبط بالجهاز الدوري والصدر مرتبط بالجهاز التنفسي. الجهاز التنفسي. بس انتم مش ملاحزين حاجة -

[00:48:40](#)

ملاحظين ان في تعانق كبير جدا جدا ما بين الجهاز الدولي والجهاز التنفسي. يعني ما بين حالة القلب حالة الجهاز الدولي وحالة

الجهاز التنفسي. وده اللي بيخلي الصدر يزهر فيه على طول اثار القلب - [00:49:10](#)

ونلاقي ونلاقي ان يعني الصدر اكثر تأثرا بالقلب من العقل. ولذلك ده اللي بيحصل. نلاقي بعض الناس صدره ضيق ونفسيته تعبانة

مش قادر يعمل حاجة. بس بيفهم كويس لو حد كلمه. ويعرف يعمل يعني قادر - [00:49:30](#)

بالوظائف العقلية لان تأثر تأثر الصدر بحالة القلب اكبر لهذا التعانق الحاصل ما بين اه اللي بيزهر فيه الاثر ده اللي هو الجهاز الدوري والجهاز التنفسي. تمام؟ هذا الكلام الذي اقله يعني بعد الحياة - [00:49:50](#)

يعني كلام كتير ومحاولات كتيرة لفهم المسألة وادراكها. وما ينبغي ان تكون عليه. خلاصة الامر خلاصة الامر. ان السؤال الثالث بيقول ان فيه صلة حاضرة ما بين العقل وما بين الجهاز العصبي المركزي. ايه نوع الصلة دي يا دكتور؟ في التجهيز والتنفيذ - [00:50:10](#)

يعني ايه؟ يعني الجهاز العصبي المركزي ده بيجهز البيانات لمين؟ للعقل. وينفذ فيز. الحاجات البيانات اللي بيبعتها العقل. طب ايه علاقة يا دكتور القلب بالجهاز دوري في التجهيز والتنفيذ يعني هل الجهاز الدوري بيجهز للقلب مم مش قوي -

[00:50:30](#)

ولذلك هنا في التنفيذ اكرت بتزهر اثار اثار الجهاز الدوري على القلب اثار القلب عذرا على الجهاز الدوري. القلب لما يحصل فيه حاجة بيان في الجهاز الدوري. وبتظهر اثار الصدر على الجهاز التنفسي. ولذلك لما واحد بيضيق صدره بيبقى عبارة عن ايه؟ بيحس -

[00:51:00](#)

هو مش عارف اخذ نفسي. عشان كده اللي جه في اللي جه في الشريعة عكس ضيق الصدر ايه؟ ضيق الصدر الانشراح والانشراح ده افضل تعريفات وتعريف الامام الشنقيطي رحمه الله لما قال ارتياح - [00:51:30](#)

وانفساح وانشراح ارتياح وانفساح الصدر الصدر التاثر بتاعه بيظهر في الجهاز التنفسي اكرت. وده ما يمنعش بيزهر في الجهاز الدوري برضه لان زي ما قلنا مرتبطين ببعض. طب بالراحة يا دكتور وصلها لي ايه اللي حصل؟ اللي حصل كالتالي هنا بقى نركز - [00:51:50](#)

عشان هنتكلم فيما نسمة بفسولوجيا الضيق. فسيولوجيا الضيق. ركزوا عشان اللي جاي مهم فسيولوجيا الضيق علم وزائف الضيق كيف يحصل الضيق؟ الكلام اللي انا عمال بهري فيه ده كله علشان نتفهم اللي جاي ده - [00:52:20](#)

اللي بيحصل ان انا شفت حاجة تضايق. او سمعت حاجة تضايق. شमित حاجة تضايق واحد مسلا رأى زوجته او اخته او بنته مسلا متعطرة مسلا وخارجة. المهم كده مبن اللي موجود هنا؟ ها مين؟ ايوا ايوا صح الجندي. الجوارح الجنود. خدوا هزه الاشارة. الاشارة -

[00:52:40](#)

المرئية او المسموعة او المشمومة او الملموسة ايا كان. خدوا هذه الاشارات وعملوا ايه وبريحين هيروح على مين ايوه صح صح احسنتم هيروحوا على الدماغ مخ الدماغ ده المترجم معالج البيانات بروسيوسور البروسيوسور بتاع جهاز الكمبيوتر. معالج البيانات عمل ايه؟ عالج البيان - [00:53:10](#)

ده كلام يضايق. المرء حاجة تضايق شفناها. رائحة شمينها ضايقتنا. واحد دخل بيته ولقى البيت مش نضيف وشام ريحة وحشة اي حاجة بيحط ايده ومش عارف ايه كده فلمس حاجة ضايقته. كل دي اشيء ايه؟ اشيء مم - [00:53:40](#)

اشارات وصلت خدها معالج البيانات معالج البيانات ده بيوصل له اشارات عصبية. آآ احيانا موجات صوتية وحيانا هنا شفته حاجات ضوء ورؤية وصور بيعالج حاجات كتيرة قوي. يعني هو معالج يعني سبحانك ربي ما اعظمك. او لم يتفكر - [00:54:00](#)

وفي انفسهم وفي انفسكم افلا تبصرون. سبحانك ربي ما اعظمك. كمية بيانات مهولة مهولة. مهولة في الثانية واحدة انتم متخيلين النهاردة حضرتك لما تبقى قاعدة باصة على الشاشة كده كمية الصور اللي انت تلتقطيها قد ايه؟ آآ يعني عشان الجماعة اللي هم بتوع

- [00:54:20](#)

الكرتون بتوع الكرتون. لما بيجي في دقيقة كرتون انتم انتم حد فيكم عارف بيحصل ايه؟ يعني مسلا بتاع الماوس ده انت مسلا لو سمعتي عشر دقائق ميكي ناقص. عشر دقائق آآ تومان جيري عشر دقائق كرتون - [00:54:40](#)

انتم متخيلين ده ايه اللي حصل؟ بيرسم في العشر دقائق دي ما لا يقل ما لا يقل عن الف صورة. يعني الدقيقة الواحدة ممكن يرسم فيها ميت صورة. اللي هو انت اللي بيحصل ان احنا بنشوف البتاع ده آآ - [00:55:00](#)

مسلا ايه رفع راسه كده وعمل كده وجري كده. فرفع راسه كده دي رفع راسه كده هيرسم صورة راسه كده. الصورة اللي بعدها راسه

عندوش مشاكل وصل - 01:01:20

لو الدماغ ده اساسا معطوب سقيم مش سليم. ايه اللي هيحصل؟ ما لما لما يوصل لك ايه اللي هيحصل؟ هو اصلا مش هيدايق. فلذلك عقله زي زي يعني يعني تم تم المدح زي تم القدح ما هياش فارقة معه كثير. وصلت؟ طب بص - 01:01:40

تصاوب من عكوس القلب بقى. القلب ده القلب ده اول ما بيوصل له بيحصل اللي احنا بنحج فيه ده. يفهم الامر. فيبدأ دقيقة خفيفة لما يقعد بقى ايه اللي بيخلينا نتضايق يعني لو حاجة كده جت ضايقتني وانا فهمتها وعملت لها نجليكشن نيجليكشن اهمال او عندي -

01:02:10

ولذلك دايمنا كنا بنقول حاجتين في منتهى الخطورة في في الوسواس في الضيق في اي حاجة الاهمال والانشغال. فجات لي الواحد جت له حاجة ضايقتة وهو مسلا عنده حاجة مهمة جدا جدا ومش عارف ايه وعايز يلحق فهو عمل لها اهمال مش مش وقته -

01:02:30

وانشغل عنها باللي هو فيه. ما تضايقوش. امتى تبدأ تضايقه؟ لما يبدأ يتفكر فيها. مم وليه بقى؟ واشمعنى؟ وكزا ودي اخرتها وكده احنا هنقاطع بعض وكده شكلنا مش هنكمل مع بعض. وكده مش عارف ايه وكده - 01:02:50

لما يبدأ يتفكر بقى وينزر بقى ويشهد بقى ويتدبر بقى ويدكر لما بيبدأ يشتغل بيبدأ القلب بها يتأثر يبدأ يزهر الاثر في القلب. الاثر ده بقى بييجي يظهر في الصدر اول ما يظهر. اول ما يظهر يظهر في الصدر. يظهر في الصدر ازاى؟ في هذا الضيق الحاصل في الصدر -

01:03:10

قلنا الانشراح ارتياح وانفساح. ما عادش مرتاح. وما عادش في هذا الانفساح. ضاق الصدر لدرجة حرفيا حرفيا. هو نيجي نفحص الرئة بتاعته ما فيهاش حاجة نص عليه في اي حاجة عضوية ما فيش. بس انسان الايمان اثر في انسان الابدان. فاللي ايه تأثر. طيب التأثر

01:03:30

لما يستحكم هذا التأسر التأثير يعمل ايه؟ يعمل ايه؟ بييجي راجع الاثر ده على القلب المفعم القلب بييجي يصدر امر من خلال المستشار او هو مباشرة للجوارح. يقول للرجل لا لا اقعدى اقعدى اقعدى - 01:03:50

الجهاز الدوري ما بقاش بيضخ دم بقى فحس بهبوط ها اقعد اقعد اقعد مش قادر اتكلم. شوفوا انتم الستات لما بيبقوا آآ

متضايقين جامد ولا مش عارف واحدة حصلت لها مصيبة ولا كلام من ده فعلا لان المرأة - 01:04:10

عشان عندها العاطفة عالية القلب بيشتغل اوي في العاطفة. فلذلك تأثرها بيبقى زاهر جدا. مسلا جا لها خبر ضايقتها ولا مش عارف ايه.

تلاقي هي بدأت تبدأ الضيق ده كده يا شوية من على صدرها واعمل صدرها يبدأ ايه؟ يظهر على ايه؟ على وشها - 01:04:30

وشها اتغير قعدوني قعدوني مش مش قادر اتكلم مش قادر والله ماشي قعدوا وخلاص استولي عليها في ايه؟ في ايه؟ ايه اللي

حصل؟ مش عارفة مش غير الكلام. حسبوني دلوقتي. ويضيق صدري ولا ينطلق لساني - 01:04:50

من صدمته مش قادر يتكلم. الجوارح نفسها وصل لها اوردر لا لا ده كله كله يهبط كله يقف ده فسيولوجيا الضيق فسيولوجيا الضيق.

اه طب كده خلاص عرفنا ده الانسان الطبيعي ده الانسان الطبيعي الانسان - 01:05:10

اللي مش طبيعي اللي ما بيحصلوش كده. لو حد ما بيحصلوش كده يبقى مريض. لو حد ما يحصلوش كده يبقى ايه؟ مريض. ما

فيش واحد طبيعي هتتمر عليه حياته ما يحصلوش الكلام ده ولو مرة. لازم يحصل له حاجة من النوع ده. بصور متفاوتة. ما فيش حد

ما بيمررش بكده. بيبدأ بقى التأسر يزهر اكثر. الجسم - 01:05:30

ده هيموت فيبدأ ينفس عن هذا الذي في الصدر. فيبيكي فهينام فيبدأ يذكر ربنا الراجل بقى الصالح يستغفر يقوم يصلي ركعتين يقوم

ماشي طيب المهم ان ده الطبيعي دي الفسيولوجية - 01:05:50

الطبيعية اللي بيحصل ايه بقى اللي بيعمله الراجل الصالح او بتعمله المرأة الصالحة ايه بقى الحكاية يعني هو كده اذا ده الطبيعي

ولقد نعلم انك يضيق صدرك بما يقولون. اهو يقولون اشارة مسموعة - 01:06:10

راحت للدماغ وراحت دماغه وتفهمها ما هو تفهم هم ايه اللي بيقلوه بيقلوه عليه مجنون بيقلوه عليه ساحر بيقلوه عليه مش

عارف ايه متفهمه وصل للقلب القلب في الكلام ده فبدأ يتأثر يتأثر قلبه يحزن قلبه ويضيق صدره يضيق صدره ضاق الصدر وده يؤثر عليه - [01:06:30](#)

وناشدت ولقد اعلم انك تضيق صدرك بما يقولون. طب وبعدين؟ ايه الحل فساد بقى لحد ربك وكن من الساجدين واعبد ربك حتى يأتيك اليقين. هنا بقى الحلول منها وقائية ومنها - [01:06:50](#)

علاجي. والعلاجية دي في قبل واثناء وبعد ايه بقى اللي انت بتقوله ده؟ اه في حلول وقائية وحلول علاجية. العلاجية دي منها قبل واثناء وبعد. ازاي بقى وقائية ان هو انا ما اسمعشي اللي بيازيني. ما اسمعوش. اللي احنا كنا اكدنا عليه قبل كده. اللي هو اعتزل ما يؤذيك. حد هتسمع منه - [01:07:10](#)

وكلمة وحشة بلاش هتشوف حاجة تضايقك بلاش. ويعني ما ما يعني من الاول وقائية ما اقفلها على نفسك نفسك وقائية ان انا ان انا مهياً نفسي ان دي مليانة محزنات ومكدرات ومؤثرات ومنغصات ملبان - [01:07:40](#)

الساعة دي لما تيجي لي الحاجة دي انا عامل حساب. فكأن عندي شوية ايه مساحة كده من الحاجات اللي حاضرة عندي اللي مخلياني متفهم طبيعة الدنيا فما تصدمش جامد. يعني انا دلوقتي مسلا انا عارف ان انا كبني ادم ليه ما بنتوتروش او - [01:08:10](#) او نحزن لما نعطش او لما نجوع. ليه؟ لان احنا متفهمين ان احنا كبشر لازم نعطش ونجوع لأ ومتفهمين كمان ان يعني ممكن في يوم مسلا نعطش عشرين مرة واحد واكل حاجة عشرين مرة ليه مبيتوتروش ويدايق ويحزن ويتصدم - [01:08:30](#)

لما ايه ده انا بعطش! معقولة انا عطشت! انا مش عارف في ايه! ازاي انا عطشت! ليه ما بيتأثرش كده! ليه ما بيتصدمش! ليه ما مصيبة انا عطشت. ليه؟ لانه موطن نفسه انطلق بني ادم ما يعطش. طيب وايه؟ وعارف ازاي - [01:08:50](#)

العطش يا سلام لو فهمنا القصة كده. لو فهمنا القصة كده تبقى زي الفل. وازاي زي الفل؟ انا اوطن نفسي وقائيا النفسي ان انا هعمل ايه؟ لقد خلقنا الانسان في كبد. تقول تألم - [01:09:10](#)

بص على دي. اه ان انا كده كده هعطش. هعطش يعني ايه؟ هتضايق. كده كده ساتضايق. ساتضايق. كده كده ساحزن كده كده فيه فيه محزنات فيه مكدرات فيه مقلقات فيه منغصات لا دي طبيعة الحياة - [01:09:30](#)

فخلاص انا عارف ان انا فلما فلما حصل المنغص انا متوقعه. اه حلوان انا متوقعه مش متفاجئ به طب وايه بقى الحتة اللطيفة؟ ان انا عندي ما ادفع به هزه المنغصات. فهيجي لي احساس العطش - [01:09:50](#)

ويحصل العطش ده يبقى دافع ان انا اروح ارتوي. دافع اني اروح ارتوي. وضحت يا جماعة الخير. وضحت ان انا النهاردة ببساطة لما يجي لي هذا الذي رأيته او سمعته فاحزني. آآ احنا زمان ليه ليه اول - [01:10:10](#)

المشكلة بتحصل ما بين راجل ومراته بيحبوا بعض بتبقى صعبة جدا على نفسهم. اللي مش متوقعة ان مودي اللي بيحبني ومش عارف ايه. ممكن في يوم وممكن فيهم يطنشني وما يردش علي. ولا هو ولا هو متصور ان ايه؟ ان مش عارف فين التيفة اللي هي مش عارف ما لها؟ اللي بتحبني اللي - [01:10:30](#)

مض في ما تعبرنيش وما تسألش في. فبيتأثر جامد جدا. انما لو هو موتر نفسه ان احنا عادي ايه المشكلة؟ هيبقى زوج بيحب زوجته والزوجة بتحب زوجها بس عادي هيزعلوا - [01:10:50](#)

زعلوا بعض عادي هي ايه الحاجب؟ فما يتصدمش الصدمة الجامدة. تهيئة النفس دي ان فهم طبيعة الحياة ان الانسان ما يكونش انسان حاله. يكون انسان عالم. ما يكونش انسان واهم زاعم - [01:11:00](#)

يكون انسان عالم فاهم. عارف طبيعة الحياة. فموطن نفسه على كده. فلما تيجي الحاجة دي ما بيبقاش عنده ردة فعل بزيادة والا بقى انا كل ما يجي لي بتاع هيجي لي رد فعل بزيادة ده انا هتدمر. طب لما تحصل الحاجة دي بيعمل ايه - [01:11:20](#)

بيعمل ايه؟ بيعرف يدفعها. بيدفع العطش ده. والله زعلته خلاص يروح يعاتبها. آآ يقول لها مش عارف ايه وخلاص وتنتهي القصة يروح يصلي ركعتين يعمل مش عارف ايه يشغل باله اشياء اخرى وتمر الدنيا. وده يكون اشرفنا للحاجات دي في الحلق. يبقى اذا ازا لو فهمنا الفسيولوجي - [01:11:40](#)

اللي احنا بنحكي فيها هنفهم العلاج. ان في وقاية توطين النفس. آآ وقاية من الاول خالص ما انا على قد ما اقدر اتجنب. طب حصل توطين النفس خلاص على ان ده هيجصل. طب توطيني نفس ان ده هيجصل؟ ماشي. فلما جه المستشار ما كانش متفاجئ. والقلب لما وصله الخبر ما اتفاجئش. بس - [01:12:00](#)

القلب بقى لما وصلوا الخبر عمل ايه؟ ما اتأخرش. بسرعة دي كلها اجراءات وقائية. بسرعة بسرعة ما له عمل ايه؟ عمل ايه؟ عمل ايه بسرعة ان هو اتعامل مع العطش ده. اتعامل مع الجوع ده بسرعة. طب سؤال بقى لو انا عطست وما فيش مية - [01:12:20](#) او ما عنديش مائة كفاية. ايه اللي بيحصل؟ ما فيش مائة هفضل حاسس بالعطش ومتضايق. ما فيش فيه اظفي بها نار العطش دي او عندي شوية مائة قليلين خالص طفيت بهم نار العطش ولسه النار لا تزال تشتعل. وازا ولزلك من الاجراءات الوقائية ايه؟ يبقى من الوقاية ان انا امنع اصلا - [01:12:40](#)

من الوقاية ان انا اخلي اهيب العقل والقلب لاستقبال الحاجات اللي جاية دي. من الوقاية ان انا يكون عندي مية كتيرة. اه القلب رصيد القلب رصيد القلب. من كلام الرب. رصيد القلب من كلام - [01:13:00](#) كلام الرب اللي هو الماية اللي بيظفي بها. زي وان الساعة لاتية فاصفح الجميل. حاجة زي كده. زي مم من عمل صالحا من ذكر وانثى وهو انثى محيا وحياة طيبة. زي انك ميت وانهم ميتون. النصوص كده بتنزل على القلب بردا وسلاما. كلام الرب اللي بينزل على القلب - [01:13:20](#)

بردا وسلام. في مواقف مختلفة بقى. مسلا مراته ضايقته. ولا تنسوا الفضل بينكم. زعلانين والصلح خير يعني حاجات تنزل على القلب كده ايه ميه بتظفي. ازا لم يكن في هذا القلب نصيب كافي من كلام الرب يبقى الماية قليلة - [01:13:50](#) ما فيش مائة هتنزل ما فيش. فهيجصل ايه؟ النار لا تزال تشتعل وتشتعل وهو يشعلها وتشتعل ويشعلها. رصيد بقلب من كلام الرب علميا ومن الايمان عمليا. الايمان بيعمل ايه بقى؟ الايمان - [01:14:10](#)

كان بيستجلب الامان. والاطمئنان. والسكينة زي فاكرين لما اتكلمنا عن حطة الطمأنينة والسكينة وهو ايه فيبدأ يطمئن يطمئن ويسكن زي اللبن اللي بيفور كده يبدأ بهبط كده اطمئنان وكانت الحركة اللي بتمر دي يسكن. خلاص - [01:14:30](#) تسكن الحركة دي يبدأ يطمئن ايا كان. مجموعة من الايه؟ رصيد القلب من القوة العلمية اللي هي من من كلام الرب ورصيده من القوة العملية وخصوصا الايمان الايمان الايمان. يعمل ايه في القلب ده؟ يستجلب - [01:15:00](#)

القلب الامان والاطمئنان. الامان فما يقاش قلقان. ما هو اللي من الحاجات دي دايم القلق ما يقاش قلقان اللي حصل ده والاطمئنان خلاص فهيبدا يطمئن ويسكن. خلاص ده رصيد القلب. كل دي اجراءات احترازية. اجراءات - [01:15:20](#) احترازية طب فيه حاجات تخص الجوارح انما مدايق اوطن نفسي ما هتكلمش ما هتصرفش ما هأخدش قرار ابداء وانا متضايق مش هعزم على امر وانا وانا مش في حالي الطبيعية. كل دي لو فهمت الفسيولوجي اقدر اعمل ايه - [01:15:40](#)

ايه اقدر اعمل ايه؟ اقدر اعمل ايه؟ اقدر امنع من الاول. اقدر امنع لما يحصل الايه؟ اقدر امنع لما يحصل ان ما يدخلش الاشارة طب وصلت الاشارة للعقل؟ العقل ده لو انا فيه رصيد كافي من القوة العلمية. القوة العلمية اللي هو كلام الرب. يحصل ايه للعقل ده؟ العقل يبقى - [01:16:00](#)

عنده تمييز الضبط والامساك. يا عم كبر دماغك. يبقى عنده مهارات الايه؟ الاهمال والانشغال. اهمال الحاجات اللي بتضايق دي ما يدخلش على القلب اصلا. قام كبر دماغك. اخرتها ايه يعني؟ كل ما العقل ده بقى لب وكل ما بقى ايه؟ عقلي سليم مش سقيم -

[01:16:20](#)

فبقى هو من الاول خلاص وده قوته العلمية قوته العلمية اللي بتعمل فيه كده. تمييز الفهم والادراك وتمييز الضبط والامساك. طب عدى بقى ودخل على القلب القلب ده رصيده بقى من الايمان ورصيده من الايه؟ من العلم وكلام الرب. يقدر ما يخليهش يتفكر بقى ويقعد - [01:16:40](#)

يشهد ويقعد بقى مش عارف يدور الكلام في دماغه في قلبه تاني ويقعد يضايقه لغاية ما يطلع الصدر. طب خلاص طلع الصدر بقى

طلع الصدر بقى هنعمل ايه؟ طلع الصدر نعمل ايه؟ وصل بقى كلام الكلام ده نعمل ايه؟ نشوف بقى التدابير. نشوف الياه التدابير.

يعني خلاص طلع الصدر لا انا والله احاول بقى بكل ما اوتيت - [01:17:00](#)

قوة اني اعمل ايه؟ امنع القلب انه يوصل اشارات تاني للياه؟ مسلا للسان يقول له اشتمه زعق له لا لا امنع كل ده ضبط وامسك امنعه.

طب انا عايز بقى اهدى واهبط خالص ارواح بقى للحاجات العلاجية. حلو - [01:17:20](#)

العلاجية اللي ربنا وصى بها فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين واعبد ربك حتى يأتيك اليقين. هيجي معنا بقى العلاجات هنشوفها

ازاي؟ تمام بس ايه بس هنا زي ما قلت في اجراءات وقائية حكيت عليها. وفي اجراءات علاجية علاجية؟ اه في علاج قبل قبل ما

يروحها القلب اصلا. ما هو القلب اللي - [01:17:40](#)

ولما بيتضايق بيزهر في الصدر قبل ما يروح خالص على القلب ممكن يعمل شوية حاجات ان احنا نزود القوة العلمية بتاعة العقل فين

خليتها باخرتها ايه طب لو دقنا مش عارف ايه يا عمركز في مصلحتك اما توجعش دماغك ما كده كده هتقعد تضايق نفسك وما

لوش لازمة قبل ما يخش - [01:18:00](#)

قلب لا دخل القلب او هو شغال في القلب لا القلب ده نامل برضو اهمال وانشغال اهمال ازاي لا يا عم بقى كبر انت تقعد تفكر الكلام

الفاضي ده هتقعد تفكر فوقها ايه اللي هيحصل وراء الكلام ده؟ ايه اللي يحصل؟ قام يسيبها لله. كبر دماغك بقى. انشغل. فكر يا عم

في اخرتك. فكر في دينك. فكر في علاقتك بربنا - [01:18:20](#)

الكلام ده. ده اثناء طب بعد لقيت دقيقة بقى وصلت وصلت الصدر. لا لا بأس ثواني هنا بقى سواني استغفر الله استغفر الله قال الله

سبحان الله سبحان الله. قومي صلي له ركعتين. يبقى العلاجات في قبل قبل ايه؟ القلب. قبل ما يصل القلب. وصل القلب. آآ -

[01:18:40](#)

احنا بعد القلب خلاص؟ ولذلك نيجي بعد كده التاني للتحصين. للتحصين. التحصين بقى هيبقى ان احنا نعزز الاجراءات الواقعية دي

تاني عشان نعمل حاجات تحصيني. ده في حصن ان انا ما اسمعش. حصن ان هو لما يوصل للعقل العقلي زي ما قلنا كده يشتغل عليه

- [01:19:00](#)

وهذه الحصون. ايه الكلام ده قلناه اجمالا لكن ان شاء الله افصل فيه بس كان لازم اقله عشان النهارده انا كنت بتكلم عن عنوان كنت

بكره كثير في اللي فاتت هو فسيولوجيا الضيق فسيولوجيا الضيق. كيف يحصل الضيق؟ كيف يحصل الضيق؟ الضيق بيحصل ازاي

؟ عشان لما نفهم بيحصل ازاي - [01:19:20](#)

الى حد كبير نقدر نعمل ايه؟ نقدر نحاول آآ طب هو دكتور الحاجات اللي انت بتتكلم فيها العلاجات دي نافعة ولا مش نافعة؟ ارجعوا

بقى بتاع افلاس الوسواس عشان لازم يكون عندنا يقين في ان اللي اوصى به ربي سبحانه وبحمده يحصل. وزي ما قلت ان احنا

بنفهم ايه اللي بيحصل علشان - [01:19:40](#)

هنتعامل معه ازاي؟ ان زي ما قلت دلوقتي انا ما لازم بعطش بس ليه العطش مش مش كل ما بعطش بيضايقني رغم العطش قلم

رغم ان الجوع الم بس ليه مش كل ما بعطش او اجوع بتضايق يعني بييجي لي بيئة لدرجة ان انا ببكر على نفسي وبخرب الدنيا

ومش - [01:20:00](#)

ليه؟ انا وطنت نفسي ان لازم يحصل. وبقيت عارف ازاي اعمل ايه. ازاي اطفي نار العطش دي. ازاي اتعامل ازاي اتقيه؟ وازاي لما

يحصل انا اتعامل معه؟ ودي الحاجات اللي قلنا عليها الاجراءات الوقائية والاجراءات الياه؟ اه العلاجية - [01:20:20](#)

دي برضو من الرسائل المهمة اللي بترسلها لنا هذه الالية والحاجات المهمة اللي بتعرفها لنا. بتعرفنا الضيق بيحصل ازاي ولقد نعلم انك

يضيق صدرك ها فيقولون اهو بيقولون دي الاشارة جت يضيق من صدرك فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين واعبد ربك حتى

يأتيك اليقين - [01:20:40](#)

تركيز على الانشغال والاهمال الاول والانشغال. اهمل فاصدع بما تؤمر واعرض عن المشركين ما كفييناك المستهزئين الاهمال.

والانشغال. انشغال بجليل الاعمال. سبح بحمد ربك. كن من الساجدين واعبد ربك حتى يأتيك اليقين. كمل في مسارك وما تقفش وما

تعطلش نفسك كتير وتعرقل نفسك كتير وتقعده فضلا بقى عن انك تروح تعمل حاجة غلط ولا تقول كلمة غلط ولا تتصرف تصرف غلط

- [01:21:00](#)

واللي تحبب ولا تقعد ولسه في وصايا تانية وفي حاجات تانية تخص المسألة دي نتكلم عنها ان شاء الله في يعني قدر الله اللقاء

والبقاء في الحلقات القادمة. اقول قولي هذا واستغفر - [01:21:30](#)

الله لي ولكم ولكن سبحانك اللهم ربنا وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك قد انزلها قيدها فورا بالشكر. فتلقى علما

علما واقبلها دوما بالبشر واقبل وافهمها حقا وتدبر - [01:21:40](#)

يا ربي للذكر متبعا صدقا مهتديا واصحابها تنعم بالاجر. واصحابها تنعم بالاية اجري اه اه واحفظها واعيا واحملها هي زادك في طول

السفري وتلوها في كل زمان وقيامه ان ليلى في سحري. كنزا كانت رسالات نورا - [01:22:20](#)

من يشرك وقت الفجر ما اعظم تلك الايات اسعد قلبي ترفع قدري. تساعد قلبي ترفع قدري - [01:23:30](#)