

سعادة الأدرينالين/د. خالد الجابر

خالد بن حمد الجابر

يمكن يعني اختصاراً كذا نقول إن في نمط هناك نمطان من الحياة نمط الحياة البسيطة الهاينة اللي فيها استقرار روحي عميق آآلائلة المتحابية المتماسكة العلاقات القريبة الدافئة ما فيها صخب ما فيها ضجيج - 00:00:00

وفي نمط آخر نمط الحياة الراهفة الصاخبة الراکضة المناصب الرفيعة الشهرة الواسعة الأضواء الغنى النفوذ الكبير والشهرة إلى أخره هل تعتقد انه نمط الحياتين هذي يؤدي إلى نفسية متساوية - 00:00:20

اكيد لا اكيد لا هذا خلاصة فكرة المنظور النفسي الإسلامي فيها جميل. ولذلك نتكلم كثيراً مثلاً عن تأثير نمط الحياة على على على صفاتنا النفسية على حياتنا النفسية على صحتنا النفسية - 00:00:38

نمط الحياة المعاصر الراهن الراکض هذا المادي المادي او لا غير كثيراً في صفاتنا النفسية جاء لصبرنا أقل رظاناً أقل توكلنا أقل لأننا نعتمد ونركض ونلهث حول حول اشياء معينة مادية نريد ان نتحققها - 00:00:54

حتى غيرت في ادابنا الاجتماعية غيرت في عاداتنا الحياتية عاداتنا اجتماعية بل ادت في بعض الاشخاص الى تغيير في الهوية والقناعات الكلية والانتماء والولاء لأجل الدنيا اها لأجل الحياة تغيرت مفاهيمه وتصوراته - 00:01:16

فنمط الحياة يغير في كثير من من نغير في يعني حتى في في حتى في طرق اكتساب المهارات الحياتية هل هل المهارات الحياتية والاجتماعية عند اهل الباذية واهل القرى واهل الارياf وعلى الرجال نفس اهل المدينة - 00:01:34

مختلفة اذا نمط الحياة يؤثر على على على صحتنا وعندي مصطلح انا اسميته سعادة الأدرينالين سعادة الأدرينالين تعرف الأدرينالين هذا احد احد المركبات الكيميائية الموجودة في الجسم الذي يفرز عادة عندما يستوفز الانسان ويتحرك ويحصل فيه ردة - 00:01:53

الفترة القوية صارت سعادتنا المطلوبة هي سعادة الجسم المتحفz بفعل هرمون الأدرينالين هذا مم الجسد التائز الذي يجد متعته وولدته في الاكشن وفي حالات الرقص وفي رحلات المغامرة وفي الملاهي العلائقية وفي افلام الاثارة والجنس والعنف - 00:02:16

والخيال الفنتازي فاصبحت السعادة عندهم مرتبطة بالاكشن والأدرينال والأدرينالين بالإضافة الى حياة مادية جفاف ضعف في الجوانب المعنوية ضعف في العلاقات الاجتماعية ايضاً التشوف دائماً التشوف الاكثر تذكر تذكر يمكن الدورات كانت تقول انت تستطيع ان تكون اغنى رجل في العالم انت تستطيع ان تفعل ما تشاء انت تستطيع ان تفعل - 00:02:41

يجب ان لا تقلق طموحاتك عن اعلى شيء في ايش ؟ في الدنيا في الوظائف في الرواتب. طيب نحن نعرف انه الاوت لايرز هذولا اللي هم الناس المختلفين ما يمثلون ولا واحد بالالف - 00:03:11

يعني أصحاب الملايين هم هم اقل من واحد بالالف ليش تكذب على المتربين تقول لهم انت تستطيع ان تكون مثل هذا وانت تعرف احصائياً انه لا يمكن ان يكون فتربى الجيل على انه لا لازم تشتل للدنيا اكثر ولا لازم لازم لازم - 00:03:26

ويجعل سعادته مربوطة بهذا فسعادته مربوطة بشيء كانوا متقدمون يسمونه التقنيات التقنيات يعني المقتنيات انه سعادة التقنية يسمونها ان انت مرتبط لا ترى ما هو مفهوم اسلامي فقط مفهوم حتى من قبل الاسلام - 00:03:43

اه انه انت مرتبط سعادتك مرتبطة بمقدار ما عندك. بمقدار ما ما تجمع. فاصبحت المعايير المادية اكثر بكثير من المعايير المعنوية واصلـا النظريات الغربية هي تدعم الجانب المادي ما ما تناظر تدعم الجانب المادي نحن نطالب بسكونة الحياة - 00:04:01

الآيات الساكنة ترخي انسان اه ونمطه ونمطه واسلوبه في كسب العيش الرزق بالسعى في هذه الحياة الدنيا طريقته في السعادة نتكلم عن السعادة كثير انواع السعادة ومصادر السعادة آآ فهي الحياة المطمئنة الساكنة القائمة على البساطة وعدم التكلم آآ آآ بلا ضجيج ولا صخب ولا 00:04:21

- توتر الحياة المستقيمة ايضا مستقيمة بانحراف ولا طيش الحياة الناجحة بلا تكلف ولا شطط السعادة المتنوعة الموزونة 00:04:46