

فوائد من جلسات #مع_نفسي ... الأم التي لم تكن تعلم سبب ضيقها حتى بعد أن أصبحت جدة

عبدالرحمن ذاكر

آآ احد الاخوة مرة كلمني قال لي آآ دكتور عندنا حالة غريبة مامتي صحيت النهاردة وللأسف مارست ممارسة مش فاهمينها فجأة كانت عايضة تخرج من البيت من غير حجاب وبطريقة بقت تتكلم حاجات بتلخبط ومش عارف ايه - [00:00:00](#)

راحوا للدكتور اه نفسي. اه. فشخصت على انها اكتئاب زهاني. هم. طيب داخله في حالة اكتئاب وفيها هلوسة والكلام ده قلت له بص مامتك عندها قد ايه؟ قال لي يعني في اوسط في اوسط الستينات. مم - [00:00:19](#)

قلت له انا انصح بكروسة قراءة النفس بس غالبا هتحتاج حد يساعدك. ممكن تساعدك؟ قال لي اه ممكن اساعدها طبعا تروح هتصبر لانه فيها حاجات ممكن ما تقبلش انها تتقال في وجودك. اه - [00:00:33](#)

قال لي مش مشكلة خلي الموضوع ده عندي وفعلنا بدأ معها شوية شوية واقتنعت انها تبدأ. مم. طيب؟ كلمني بعد كده قال لي اه طبعا في تفصيل يعني قال لي اه ما بتكتبش وممكن تسجل صوت؟ قلت له المهم يخرج منها التعبير ده. اه. يعني ما ينفعش بس تقراه اه انا عارفة لا لا لا لازم - [00:00:44](#)

الكلام ده انها كتابة او صوت. مم قال لي يا دكتور آآ في حاجة غريبة مامتي كل ما نحاول نقرب منفصل الارتباط تروح شاغلة نفسها في اي حاجة الا الكراسة. اه - [00:01:03](#)

قلت له اين مربوط الفرس؟ هم ركز عليها في الكلام ده قال لي اجبرها؟ قلت له اه اجبر قال لي بس مامتي قلت له اعتبر نفسك تمسك بمبضع الجراح وحتولمها علشان تطلع منها السم اللي جواها. هم. طيب - [00:01:18](#)

عدت معه يوم يومين ثلاثة اربعة في الاخر قال لها بصي لو ما عملتيش الكلام ده انا هسيبك ومش هتشوفيني ومش عارف وهي بتحبها طبعا فضغط عليه ابتزاز عاطفي يعني قالت له خلاص - [00:01:35](#)

بس انا عايز اعمل الكلام ده لوحدي. مم وسجلت الصوت. هو راح عامل ايه سجل من غير ما يقول لها انه الكلام اللي انت هتقوليه هيبقى متسجل عندي. اه بدأت تتكلم في حاجات عمرها ما اتقالت قدامهم - [00:01:47](#)

مم كارهة كارهة الايام الاولى للجواز وكل حاجة حصلت في بيت اهل الزوج. اه. حماتها واخو جوزها الكبير ومش عارف ايه يقول فجأة بعد الكلام ده يقول يا دكتور فجأة لقيت ماما - [00:02:04](#)

بتعمل حاجات غريبة بترفض لبابا اي طلب انا في عندي معازيم تليينهم من المطعم انا مش هطبخ حاجة قلت له امك رجعت لاياام الارتباط الاولى فبتتمرد بعد اربعين سنة جواز. هم. كانها بتنتقم مسلا بالزبط. كل حاجة بتخرج - [00:02:21](#)

دلوقتي. اه. طيب قلت له اسمح لها بالكلام ده. ولازم باباك يعرف انه لو ما عملتش الكلام ده دلوقتي الله اعلم هتوصل لحد فين. اه خرجت كل حاجة اه بقت تتمرد بشكل غريب اه فجأة بقت عايضة تطلع تروح دورات تدريبية وتحضر دروس ومش عارف ايه والحمد لله كان الاب - [00:02:39](#)

او انه الله في يوم من الايام كلمني كنت في امريكا قال لي يا دكتور انا في قدامي منزر والله نفسي تبقى معنا وتشوف. قلت له ايه قال لي احنا على البحر - [00:02:58](#)

مم ماما وبابا بيتمشوا وكانهم لسه خاطبين جدد يعني جديد. سبحان الله! قلت له بالظبط كل حاجة طلعت الكلام ده كله عشان كراسة

قراءة النفس طلعت حاجات ما كنتش شايفها اصلا. طيب - 00:03:10

يقدر الله سبحانه وتعالى بعد المكالمة دي بأسبوعين الاب يتوفى اه كلمني الاخ بيقول لي مامتي بتعيط على بابا بطريقة ما كنتش

اتخيلها لكمية الكره اللي كان موجود قبل كده - 00:03:25

قلت له تصور لو انه قراءة النفس ما كنتش ما كنتش اتعملت. هم. ولو ما خرجتش كل حاجة كانت جواها كان دلوقتي هيبقى موقفها ايه لا عارفة تعيط عليه ولا تكرهه ولا تدعي عليه في جهنم ولا مش عارف مم. انما بمجرد ان كل الكلام طلع خلاص وده برضه لما

حنيجي على التخلية حنفسر فيه اكرر - 00:03:40

لكن كراسة قراءة النفس قراءتي لنفسي هتخليني اعرف في جوايا ايه. مم. هذا الكائن المجهول بالنسبة لي. مم هو في ايه؟ اكرر ثاني

انا محتاج اعرف نقاط ضعفي نقاط قوتي ايه الحاجات اللي وقفت عندها وحسيت انها كانت عاملة لي قلق - 00:03:59

لما جبت سيرة المدرسة قلقت لما جبت سيرة الصحاب ومش عارف ايه قلقت. اه. لما جبت سيرة الارتباط والخطبة والمش عارف ايه

حسيت ان انا هنا متكركب. بتهربط ده ده اللي مطلوب. هم. الكلام ده غرضه زي ما قلت ان انا اعرف نفسي - 00:04:18