

## كارثة الوسوس "كيف تُقْهَرُ الوسوس؟!" | د. حازم شومان

حازم شومان

سلام عليكم ورحمة الله وبركاته. كل الناس عندها وسوس. كل الناس اومال ربنا نزل صورة الناس للناس كلها ايه؟ وقال من شر الوسوس الخناس. يبقى ما حدش يقول انا عندي وسوس. واحد يقول انا ما عنديش وسوس. يبقى كل الناس ولكن النسب هي اللي مختلفة. يبقى انا مش هاقدر اقضي على الوسوس في حياتي - 00:00:00

انت مش قادر اقضي على الافكار الوحشة في حياتي ولكن احنا عايزين نحطها في المعدل الطبيعي. المعلومة الثانية اللي انا عايز ابدأ بها المقطع ان كل الامراض النفسية وكل الاحزان المهولة وكل الناس اللي انتحرت كانت البداية فكرة. بداية الظلمة في حياة اي انسان فكرة واحدة. ممكن يكون استسلم لها. ممكن - 00:00:20

كل اللي نفخ في الفكرة دي جواه قعد ينفخ فيها والثاني مش واحد بالله لحد ما اتحولت له واقع وعاش معه وانفصل عن الواقع لحد ما الواقع الداخلي ده يبقى بداية الدمار فكرة والمعلومة دي ابليس فاهمها كويس جدا. عشان كده ابليس شغال على الافكار. ابليس شغال جواك على الكترون بانيل بتاعتك ولوحة - 00:00:40

ابليس مش شغال عليك من برة ابليس شغال عليك من جوة. يووسوس في صدور الناس جوة دماغك بيشتغل. جوة عقلك بيشتغل برمجة غلط من جوة. الشيطان بيشتغل على وسوس شكلها ايه؟ بيشك في العقيدة. بيشك في وجود ربنا. يشك في الرسول يعيشك في عذاب بقى. يشك في القرآن - 00:01:00

ان يشكك في اليوم الآخر. يشكك الشيطان بيجننك بالوسوس. لانه بيزرع افكار. ممكن تدمر حياتك وتبقى البداية فكرة واحدة بس. ولكن انت ما عرفتش تتعامل معها وتفرملها من الاول صح. فبدأت تحطم لك حياتك. الشيطان ممكن يقفلك بالطاعة. يقفلك من مصلحتك. يقفلك من المزاكرة. يقفلك من - 00:01:20

حبابيك يجي لك افكار تدمرك وتشكك في مراتك. في ولادك في حبابيك لحد ما يعزلك عن الدنيا. لانه مش هيقدر يضررك الا لما يعزلك. فالاول يعزلك عن الحياة ويكرهك في الحياة. يبدأ يقفل يبدأ يحبك في المعصية. يبدأ يحسسك ان المعصية دي الحل الوحيد لنجاتك ولسعادتك. والفرشتوك عدي - 00:01:40

يا ليلة طب الليلة هتتعدي ازاي؟ قدام فيلم جنسي ولا في مكالمه جنسية ولا معللة هتتعدي ازاي؟ ولا في سهرة مخدرات ولا مع شلة سوق ما هو لازم تعدي كان بيعمل ده جواك. الشيطان بيكتبك وبيحبطك حتى وانت نايم يجي لك يخليك تشف احلام شيطانية تدمر لك نفسیتك وترعبك من بكرة - 00:02:00

وتحسسك ان كل اللي جاي اسود ليحزن الذين امنوا. هو عايز يقهرك. هو عايز يحزنك. هو عايز يكتبك. هو عايز يعيشك في هم وغم هو مش بس عايز يكرفك وعايز - 00:02:20

تعنك دنيا وآخرة. طب الحل كيف اقهر الوسوس؟ ازاي اقهر الوسوس اللي جوايا؟ لان مش كل الوسوس اللي جوايا وسوس عقلنا يعني عقلي هو اللي شاكك لأ ده فيه مصادر خطيرة للوسوس. المرضي ده ربنا قالها في سورة الناس. سورة الناس بتقول لك ايه؟ الذي يووسوس في صدور الناس - 00:02:30

من الجنة والناس. يبقى ربنا عرفك مصادر الوسوس. الجن والناس. يبقى كده الوسوس له كم مصدر؟ ثلاثة. ثلاثة ليه يا عم الشيخ؟ ما هو ربنا قال اتنين اصبروا الجنة يبقى ده الشيطان والشياطين. الناس اتنين الناس ده انت واحد من الناس يبقى نفسیتك. نفسیتك زائد الناس اللي حواليك. يبقى دول - 00:02:50

قالت مصادر للوسواس لازم تفهم الاول الازمة جاية منين لازم تفهم الدمار جاي منين لازم قنابل الوساوس وكارسة الوساوس بتلقى عليك من ان من انهى جهة من تلات جهات؟ يبقى جهة الشيطان. طيب يبقى لازم الحل الاولاني تواجهه. واجه التلات جهات اللي بتضربك بالوسوسة. الجهة الاولانية الشيطان اواجه ازاي - 00:03:10

او عى تسيب الشيطان يرمي الافكار المدمرة جواك. افرح هو الشيطان اساس الافكار اللي بيحطها جواك افارق افكار تحزنك. يقعد يخليك تفكك في حاجة تقفلك افرح او عى تسمح انك تدفع سعادتك تمن لنجاحك. او عى تسمح. على فكرة انا مش بتكلم عن مرض الوساوس القهري. انا مش بتكلم - 00:03:30

الرصاص القهري والمشكلة اللي في والحمد لله يعني هو الوهله جت كويسة بازن الله ولكن ده له مجال تاني انا بتكلم على الوساوس اللي مدمرا لنا حياتنا ومدمرا لنا ومخالنا متعذبين ومقفلين والشكوك في الدين والشكوك في العقيدة. بداية ده افكار الشيطان قفلك بها. يبقى الشيطان عايزك تحزن. او عى تسيب نفسك تحزن - 00:03:50

ما تستسلمش للافكار الحزينة. افرح مشكلة مرضى الوساوس القهري اللي انا مش بتكلم عنهم. ان هو من ضمن مشاكله انه بيستسلم للفكرة في الاول لحد ما تكبر اتعذبوا وال الحاجة الثانية ان هو ان هو مريض الاستاذ القهري عنده يعني هو عايز ينجح او. فييدفع سعادات - 00:04:10

للنجاج لأ هو عايز زمن يبقى مميز يبقى حاجة عزيمة يبقى كل حاجة عملها تبهر كل اللي حواليه لأ انت لازم تفكك في سعادتك زي ما بتفكك في نجاحك يبقى افرح اكتر حاجة افرح بربنا. افرح باسمائه الحسنى. افرح بالقرآن افرح بالدعاء. ادعى ربنا كتير واستبشر. افرح فرح نفسك - 00:04:30

فك عن نفسك ما تضغطش نفسك ابدا دي اكتر حاجة تحارب بها وساوس الشيطان. طيب الحاجة الثانية وساوس الناس بقى احزر من الناس السلبية. فيه ناس بتحططك وممكن يكون واحد بيعحبك بس جاهم. فيه ناس سلبية فيه علاقات مدمرا لن اموم معكم في التيه. فيه علاقات لو دخلتها في حياتك لاقرب اربعة خمسة يدمروك. في واحد - 00:04:50

سوداوي في واحد متشائم في واحد سلبي في واحد عشمنجي في واحد مشاعري لو عملي ولا ولا عنده اي حاجة عملية ما تسمحش ان اي في حد يرمي لك افكار سلبية عن نفسك او عن المستقبل او عن البلد اللي انت عايش فيها او عن الوضع الاقتصادي او عن بكرة او عن رأيك في نفسك او عن - 00:05:10

تقييمك لنفسك او عى تسمع حد يحططك. او عى القطر على القطرة تفتت الصخرة. واحد لو الكلمة السلبية اللي انت بتسمعها قطرة وانت صمودك النفس صخرة قطرة على قطرة هتفتت صخرتك وهتخليك تضعف. وتلين وتمرض نفسيا وتبص نفسك وحش. ما تحبس نفسك بحد سلبي. حطم - 00:05:30

الشخصيات السلبية والشخصيات المشاعرية الغير عملية والشخصيات المدمراة السوداوية من حياتك. طب النقطة الثالثة المصدر الثالث للوسواس اللي من سورة الناس ربنا بينها لنا. يعني ربنا في سورة الناس عرفنا كل حاجة عن الوساوس. وكارسة الوساوس. وكيف نتعامل مع الوساوس؟ وكيف ننهر الوساوس؟ يبقى المصدر الثالث - 00:05:50

سيتك انت بقى او عى تستسلم لدماغك فرمل دماغك. فرمل دماغك غير اتجاه التروس بتاعة دماغك. دماغك ماشية في اتجاه دروس الحزن والالم الاغانى الشعبية وكتاب حياتي يا عين وغير الترس. ناحية الفرح والامل والتفاؤل غير اتجاه التروس بتاعة دماغك. فرمل - 00:06:10

الفكرة من جوع بلاش الاوفر سينكينج بلاش تخلی دماغك شغالة ليل نهار. فرمل دماغك في وقت انا مش هفك فيه. جاحد مش هتيجي في يوم وليلة ولا سنة واتنين. ولكن - 00:06:30

مجاحد اتعلم السيطرة على دماغك. زي ما بتتعلم السيطرة على جيبك وفلوسك. زي ما بتتعلم السيطرة على وقتك عشان ما تضيعش عمرك. سيطر على دماغي. التعميم مش لان واحد زلمك يبقى الدنيا كلها وحشة وكتاب حياتي عين ما شفت زيه كتاب الكل عزاب مين اللي قال ان كل عزاب يا انا عشت لحظات حلوة بص للماضي بتاعك - 00:06:40

حلوة وللمستقبل بتاعك نزرة حلوة وللحاضر بتاعك نزرة حلوة يبقى الحاجة فرمل دماغك بالاش التعميم بالاش التصعيد يعني الفكرة الوسواسية اصلا بتيجي في الاول بسيطة انت بتستسلم لها وتسيبها وتنام يعني ممكن شاب دخل الجامعة شاف بنت معدية راح -

00:07:00

قبل ما ينام قعد تلات ساعات يفكر فيها انت عارف اللي انت بتتفكر فيه ده انت كان اعجبتك بها بزرة جوة نفسیتك. انت كل احلام اليقزة دي بتروي البزرة دي. لحد ما تبقى - 00:07:20

تحطم لك حياتك وتحس ان ديت انت هتموت لو ما اتجوزتهاش. او اللي ما مشتش معها انت اللي بتروي الافكار الوحشة. انت اللي بتروي الافكار الغلط بالتفكير فيها والاستسلام لها - 00:07:30

وتركتها تتصاعد جواك لحد ما تبقى نار مولعة جواك. زي ما الرسول قال اعوذ بالله من الشيطان الرجيم. من همزة الاول بتبقى خبطة كده شف البت دي وبعد كده يبدأ بقى يايه وبعد كده يبدأ بقى يعتمد بالكلام شف جمالها. شف عينيها. شف شعرها. يبدأ بقى نفسه ونفخ - 00:07:40

بقى في نار جواك يبدأ ينفخ فيها عشان تاكل عقلك. يبقى انت جواك حريقة خلاص انت اندمرت. ما تسيبش الفكرة تتصاعد جواك. يبقى دي النقطة الاولى اعرف مصادر الوساوس الثالثة من سورة الناس واقفلها واقف لها وخليك دايما فرحان. العقل بيتضحك عليه يا جماعة. يا جماعة العقل بيتضحك عليه. غمضى - 00:08:00

كده وتخيلوا صرصار جاي بهجم عليك. على فكرة هتخافي. هو ايه العالم يتضحك عليه. طب غمضى عينك واتخيلي حاجة حلوة هتلاقى نفسك بتتسمى. هو ربنا خلوك عنك امكانية انك تضحك على عقلك. فكر في الخير العقل العقل يمشي وراك على طول في التفكير ده. بازن الله بالتدريب. الحاجة الثانية في علاج كارسة الوساوس. وازاي تقهير - 00:08:20

سورة الناس. دايما اقرأها بقى. دايما اقرى سورة الناس ودايما عش معها. ودايما تدبر في معانيها. لأن جواها مفتاح. تشخيص مشكلتك والحل قل له اقرأ في سورة الناس لما بتقرأها ربنا بيدفع عنك الوساوس. يبقى دايما عش مع سورة الناس السورة اللي هي اسمها حتى الناس. الناس دي من النوس. النوس ده - 00:08:40

اه اللي هو الزيزية والاضطراب والاسترخاء. ربنا بيقول لك دي طبعتك. انت انسان اصلا مزبزب وضعيف وغلبان. ومداخل الشيطان لك كتير فبتقول يا رب الناس يا ملك الناس يا الله الناس! يا رب انت انت تعلم ضعيف! انا ضعيف! انا مزبزب! انا يا رب ما اقدرش استحمل الشيطان! طب ايه حل ايه! يا رب! من شر - 00:09:00

وسواس الخامس المجرم اللي قعد يضربني في المقاتل ده يووسوس وفي صدور الناس من الجنة والناس يا رب فيه ناس وحشة فيه ناس شياطين وفيه فين ما نتاش شايفها وحشة توصف لك يبقى دايما قل يا رب قدام زاهرة الوساوس كيف تقهير الوساوس؟ رحلة طويلة ولكن لازم تقاومها لأن الوساوس دي عند كل الناس - 00:09:20

ما فيش حد ما بيجيلوش وساوس. ما فيش حد ما بيجيلوش افكار وحشة. فيش حد وال فكرة لو استسلمت لها هتحطم حباتك. نعوذ برب الناس. ملك الناس. الله الناس من شر الوساوس الخناس. اللهم انا نعوذ بك من الشيطان الرجيم من همزة ونفسه ونفخه. اللهم انا نعوذ بك من الشيطان الرجيم من همزة - 00:09:40

في ونفسه ونفخه. اللهم انا نعوذ بك من الشيطان الرجيم من همزة ونفخه ونفخه. سبحانه الله وبحمدك. اشهد ان لا لا الله الا انت استغفرك واتوب اليك. جزاكم الله خيرا - 00:10:00