

كيف يعيننا علم النفس الإسلامي في التدين - د. خالد بن حمد الجابر

خالد بن حمد الجابر

بسم الله الرحمن الرحيم والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين حياكم الله جميعا واهلا وسهلا في هذا اللقاء الذي ارجو من الله تبارك وتعالى ان يكون - [00:00:00](#)

آآ خفيفا آآ وايضا يكون مفيدا نافعا وان يكون في ميزان حسناتنا جميعا حسنات الاخوات المنسقات حسنات الحضور وحسنات العاملين وحسنات الملقي باذن الله تعالى طيب الموضوع كيف نستفيد من علم النفس الاسلامي في تحقيق التدين - [00:00:15](#)

هذي اظفتها انا على العنوان تحقيق التدين ونقصد به تقوية الايمان وتحقيق العبودية لان تدين اه في مفهومنا هو تقوية الايمان وتحقيق العبودية فنبداً بسم الله الرحمن الرحيم على بركة الله - [00:00:38](#)

اه هناك مقدمات سريعة اول مقدمة ان الموضوع في وقاية الطول آآ لكننا يعني آآ سنختار ما يسمح به الوقت باذن الله يكون مفيدا وهو اشبه بالمقدمة يعني اشبه بالمقدمة لهذا الموضوع - [00:00:53](#)

والا فاننا كما سنعرف بعد قليل النماذج التطبيقية اه كثيرة جدا يعني هناك نماذج مثلا للايمان نماذج للعبادة نماذج للقرآن نماذج للصلاة نماذج لطلب العلم فلا يمكن اخذ هذه كلها - [00:01:13](#)

آآ في لقاء واحد. ولذلك فنحن الان نقدم مقدمات المقدمة الاولى ما هو الهدف من اه من هذا اللقاء؟ الهدف هو الاستفادة من علم النفس الاسلامي في اكتشاف نفسي ومعرفتها ومعرفه قوتها وضعفها وعلاها وعيوبها ومخادعاتها وامراضها - [00:01:29](#)

اصلاح نفسي وتزكيتها وتهذيبها ورياضتها استعمال افضل الطرق في التعامل مع النفس المقدمة الثانية لماذا لا نطرح هذا الموضوع وتحت فرع اخر ما علاقة اصلا علم النفس بمثل هذا الموضوع - [00:01:50](#)

اما لماذا نطرح هذا الموضوع؟ فلانه في علم النفس الاسلامي نحن نؤمن بالاهمية القصوى لغذاء الروح لماذا غذاء الروح مهم لان السعادة في الآخرة لا تتم الا بغذاء الروح والسعادة الفاخرة - [00:02:09](#)

في الدنيا لا تمر الا من خلال الروح وماذا نقصد بكلمة السعادة الفاخرة؟ شرحتها كثيرا انا في محاضرات كثيرة انه السعادة انواع وهناك سعادة فاخرة انا اتكلم عن السعادة في الدنيا - [00:02:27](#)

ان السعادة في الدنيا انواع هناك سعادة فاخرة وهناك سعادة ليست فاخرة او احيانا تكون رديئة السعادة الفاخرة لا تكون الا من خلال الروح لان الروح هي وسيلتنا للاتصال بالملكوت الاعلى - [00:02:39](#)

والروح هي التي تحقق للانسان التوازن والروح هي البوابة التي نفهم من خلالها التصورات الكلية الكبرى بشكل صحيح طيب لماذا ندرس هذا الموضوع اصلا من ناحية نفسية؟ ما ما علاقة مثل هذه المواضيع بعلم النفس - [00:02:53](#)

طبعا علم النفس الغربي لا يناقش مثل هذه المواضيع بالطريقة التي سنناقشها نحن لكن نحن نؤمن بان علم النفس يجب ان يهتم اولا من اوائل اهتماماته بي الظواهر النفسية الایمانية. لو تلاحظون علم النفس الغربي مثلا هو لا يعتبر ان الايمان والتدين والعبادة واعمال القلوب لا يعتبرها - [00:03:10](#)

من ضمن الظواهر النفسية تحت الدرس النفسي وانما يرى انها فقط في كلية اللاهوت كما يسمونها يعني عند المشايخ لكن نحن نرى ان علم النفس الاسلامي من مهمته وبوظيفته مناقشة مثل هذه المواضيع - [00:03:34](#)

والكلام عن علاقة علم النفس عموما وعلم النفس الاسلامي تحديدا بالايمان والعبادة في كلام طويل وكثير جدا ولا اظن ان الموضوع ولا اظن ان اننا بحاجة ان نتوسع فيه وهذا هو احد ما احد القضايا التي تميز علم النفس الاسلامي عن غيره - [00:03:56](#)

ان علم النفس الاسلامي يساعدني على الاستفادة من علم النفس في فهم نفسي من اجل الايمان والعبادة وتقوية الايمان وتقوية العبادة وان علم النفس الاسلامي يهتم من اوائل ما يهتم به علاقة الانسان مع ربه والتدين - [00:04:15](#)

نعم. من المقدمات مراجع هذه المادة طبعاً ليست مراجع هي علم النفس الغربي انما هي ما كتبه العلماء المتقدمون واجتهدنا في تطويره وتحسينه قدر ما قدر ما نستطيع مقدمة اخرى مهمة جدا اه خاصة للمتخصصين في العلوم النفسية - [00:04:39](#)

وهو الفرق بين اتجاه المحتوى واتجاه الالية ماذا نقصد بهذا؟ هناك اتجاهاً لو تلاحظون انتم اذا كان احد منكم مهتم بقراءة كتب التزكية القديمة سيلاحظ ان هناك اتجاهاً للحديث عن هذا الموضوع - [00:05:00](#)

هناك اتجاهاً للحديث عن هذا الموضوع الاتجاه الاول يمكن تسميته اتجاه المحتوى وهو الذي يعدد مثلاً اه ما يجب على الانسان فعله يعدد ما يجب عليه فعله. فيقول مثلاً التقوى الصبر الايمان الزهد - [00:05:16](#)

الى اخره وغالبية الكتب اه في في التزكية غالبيتها تهتم بالمحتوى من من هذا الاتجاه هناك اتجاه اخر هناك اتجاه وهو اتجاه الالية ممكن تسميته اتجاه الالية وهو الاتجاه الذي يركز على الكيفية وعلى الطريقة وليس على المحتوى - [00:05:34](#)

وكلا الاتجاهين موجودان منذ القرون الاولى ومن اوائل من اهتم باتجاه الاليات والكيفيات والطرق. طبعاً العالم المشهور الحارث المحاسبي رحمه الله تعالى. وهو كان معاصراً للإمام احمد رحمه الله. الإمام احمد - [00:05:53](#)

كان يتبنى اتجاه المحتوى والحارث المحاسبي كان يتبنى اتجاه الالية والطريقة والكيفية وحصل بينهما نقاشات ومقترحات يعني اه ثقافية كانت مهمة جداً لان لان بعضها كان مقيداً لكن بعد ذلك خلاص استقرت يعني اراء العلماء على ان كلا كلا الاتجاهين -

[00:06:09](#)

كلا الاتجاهين مطلوب وهو مهم هذا مهم وهذا وهذا اه اه مهم فهذا فهذا يبين لماذا نحن الان في علم النفس آآ نتكلم عن مثل هذا لاننا نحن لا نهتم بالمحتوى - [00:06:29](#)

في مثل هذه المواضيع نهتم بالالية بالطريقة بالكيفية التي تعمل بها النفس الكيفية التي نستطيع ان نوجه ان نوجه بها اه بها النفس فهذه مقدمات سريعة اه ننتقل بعدها الى - [00:06:44](#)

نعم ننتقل بعدها الى النقطة الثانية وهي كيف نفهم النفس بشكل افضل فهم افضل للنفس اه لازم نعرف شئ مهم جداً وهو ان فهمك لنفسك مهم جداً لتقوية ايمانك تعرف كيف تسوس نفسك؟ كيف تتعامل معها بحكمة - [00:07:04](#)

كيف تظبط النفس؟ كيف تتعامل مع الهوى وغيرها وبحكم ان هذه السلسلة هي هي موضوعها فلك العبودية فكيف تستطيع ان تسوس نفسك بحيث تبقى في فلك العبودية ونذكر ان شاء الله هنا بعض القضايا السريعة جداً في مفهوم علم النفس الاسلامي اصلاً للنفس - [00:07:29](#)

وربما نشير يعني اشارات سريعة الى الفرق بين علم النفس الاسلامي والعلوم وعلم النفس الغربي في هذه القضية المدخل الاول دائماً الذي اقول له لطلابنا في علم النفس الاسلامي ان الوحدة الرئيسية للتعامل هي النفس - [00:07:54](#)

الوحدة الرئيسية التي نتعامل نحن فيها في علم النفس ليست هي التفكير كما تقول المعرفية التفكير الفكر السلبي وليست هي اللاوعي او الماظمي كما تقول التحليلية وليست هي السلوك بمعنى الاعمال الظاهرة القابلة للقياس - [00:08:09](#)

وتقول السلوكية لا لا نحن نتعامل مع النفس المحور الرئيس عندنا هو التعامل مع النفس. وهذا واضح لاي لاي مطلع على آآ يعني آآ التراث النفسي الاسلامي طيب ما هي الفائدة منها من هذا المدخل؟ انه خلاص من الان مصاعداً كل كلامنا سيكون يدور حول النفس -

[00:08:24](#)

والقلب والروح ونحو ذلك ولن ولن ولن نشير الى مثلاً التفكير السلبي والقناعات والسلوكيات هذه ما نستعملها لماذا لا نستعملها؟ بغض النظر هل هي صحيحة او خاطئة؟ انما لان كل نظرية لها مصطلحاتها لها مفاهيمها لها طرققتها لها آياتها - [00:08:45](#)

وهذا معروف في علم النفس عموما يعني. في نظريات علم النفس. طيب الامر الآخر ان النفس وعاء وهذا مستقر عند علماء الشريعة تقريبا بالكامل ان النفس وعاء ما معنى ان النفس وعاء؟ يعني ان النفس على ما تربيتها - [00:09:06](#)

الله سبحانه وتعالى لم يخلق النفوس شريرة ولم يخلقوا النفوس خيرة تماما كالملائكة ولم يخلقها شريرة كالشياطين لا انما خلقها قابلة لهذا وقابلة لهذا لماذا الله سبحانه وتعالى لم يخلق النفس البشرية شريرة كالشياطين - [00:09:26](#)

او خير تمام الخيرية كالملائكة لان هذا هو مقتضى التكليف والحكمة لانا لو كنا مخلوقين اشرارا كالشياطين لا مكان للتكليف معنا ولو كنا مخلوقين خييين كالملائكة لا مكان للتكليف معنا - [00:09:54](#)

انما التكليف والمسؤولية والارادة وهذه هي المسؤولية فحملها الانسان الامانة انا عرضنا الامانة فحملها الانسان الامانة هنا هي التكليف القدرة على الاختيار القدرة على الايمان والكفر القضية الثانية في فهم النفس ان النفس منظومة شبكية - [00:10:14](#)

وهذي من اهم الفروق بين علم النفس الاسلامي والعلوم النفسية الغربية التي هي هي منظومات اختزالية يعني كل كل نظرية تنظر للنفس من جهة معينة نحن لا نحن ننظر الى النفس باعتبارها شبكة متداخلة - [00:10:35](#)

ومن القضايا المهمة معرفة الجبلية والكسب يعني الجبلية على مصطلح اه عربي معروف وهو آ الامر الذي جبلت عليه يعني خلقت به ولدت به والكسب او الاكتساب يعني الامر الذي آ اكتسبته فيما بعد - [00:10:50](#)

سواء اكتسبته اه بجهد منك او اكتسبته بسبب تأثير الظروف عليك بغض النظر وهنا يأتي سؤال كثير وهل يمكن اصلا ان اغير نفسي او لا هل انا خلاص صفاتي ثابتة ما استطيع ان اغير - [00:11:09](#)

لا طبعا. يعني تستطيع ان تغير هذا هو خلاصة الجواب. تستطيع ان تغير. لكن في تفاصيل كثيرة في هذا التغيير الذي يمكنك ان تفعله اي صفة نفسية يمكنك تغييرها اي صفة اي صفة نفسية يمكنك تغييرها لكن التغيير لا يلزم ان يكون تغييرا جذريا بالكامل بالانتقال الى الضد بالكامل - [00:11:23](#)

لكن التغيير الجزئي احيانا يكفي ثم انه ايضا التغيير لا يعني التغيير السريع والمفاجئ لا انما قد يكون المتدرج التغيير المتدرج الذي ربما الذي ربما اه يستغرق زمنا طويلا هذا هو خلاصة النقاش في هذه القضية التي تتكرر يتكرر السؤال عنها - [00:11:43](#)

ايضا من من المداخل المهمة في فهم النفس المقاربة بين النفس والعقل المقاربة بين النفس والعقل فالمشهور في علم النفس الاسلامي دائما مثل هذه المقاربات انهم يقاربون بين النفس والعقل - [00:12:04](#)

وهم على عكس طبعا علم النفس الغربي تماما لان علم النفس الغربي يقول مثلا العقل يخطئ وتنتج الفكرة السلبية لا في علم النفس الاسلامي نحن نقول الذي يخطئ هو النفس - [00:12:21](#)

ان الخطأ يحصل من النفس. طبعا العقل قد يحصل منه اخطاء طبعا هذا قطعا. العقل قد يحصل منه اخطاء. لكن الغالب في باب الاعمال الصالحة والفضائل والاخلاق والايمان ان الخطأ يكون من النفس والتصحيح يكون - [00:12:33](#)

يكون من من العقل القضية الاخرى المهمة في فهم النفس موضوع القلب العناية بما يكون في القلب كما ان الغربيين وهذه عندما اكررها انا هذه الجملة كما ان الغربيين يعظمون التفكير والفكرة السلبية فاننا في المنظور الاسلامي نعظم القلب وما - [00:12:47](#)

في القلب ما يكون في القلب هو الاساس وهو المحرك والذي يكون في القلب اشياء كثيرة بحسب المنظور النفسي الاسلامي من اهمها ما سنكرر الكلام عنه بعد قليل ان شاء الله - [00:13:09](#)

الارادة الارادة والمحبة نتكلم عنها بعد قليل ان شاء الله. والثاني ما يسميه المتقدمون اعمال القلب او حركة القلب وهي المشاعر القلبية وهي المشاعر القلبية القضية الثانية الاخرى ايضا في فهم في فهم آ النفس - [00:13:26](#)

قضية الوسوسة الوسوسة. ماذا نقصد الوسوسة؟ الوسوسة كما تعرفون الناس دائما يعتقدون ان الوصف تكون من الشيطان فقط. لا لا فوسس له نفسه. فالوسوسة قد تكون من الشيطان وقد تكون من النفس من انت توسوس الى نفسك. وقد تكون من - [00:13:45](#)

من الخارج من الملاء الذين يؤزون ويوسوسون فمن المهم جدا ان تنتبه لهذه المداخل الوسوسة سواء كانت نفسك او الشيطان او اصحاب السوء سنعرف بعد قليل ان شاء الله اذا اتينا عند نموذج البصيرة - [00:14:05](#)

فان من من من البصيرة ان تنتبه انه هل انت نفسك توسوس لك كثيرا تغريك كثيرا بالكسل والعجز والقعود ولا انت اذا كانت نفسك كذلك اه تنتبه هل انت من النوع اللي الشيطان متسلط عليك - [00:14:22](#)

سهل انت انت يعني انت زبون سهل له ودائما دائما يغريك بكذا ويغريك بكذا او يثبتك عن هذا او يمنعك من من خير او يدفعك الى شر انتبه هل انت ضحية - [00:14:37](#)

لاصحاب السوء او المأ والآن مفهوم اصحاب السوء تغير وسنتكلم عنه بعد قليل ان شاء الله نتكلم عن نموذج تهيئة المحل القابل. انه اصحاب السوء لم يعد يعني جارك او صديقك في المدرسة الان اصبح - [00:14:50](#)

قتل الميديا وسائل التواصل عفوا هي هي اسوأ اصحاب اسوأ انواع اصحاب السوء. من القضايا المهمة في في فهم النفس قضية المسؤولية الفردية انه من ابرز ملامح علم النفس الاسلامي في التعامل مع النفس المسؤولية الفردية. انت مسؤول عن نفسك - [00:15:03](#)

كل نفس بما كسبت رهينة. انت مسؤول عن نفسك وعن اصلاحها وعن تزكيتها قد افلح من زكاها وقد خاب من دساها. مهما كانت الظروف حولك في النهاية انت ستحاسب مسؤول عن نفسك - [00:15:27](#)

ويدخل فيها هذا كلمة اه مشهورة اكرها كثيرا اشتغل على نفسك اشتغل على نفسك. ما معنى هذه الكلمة تشتغل على نفسك في مجالات متعددة دينيا ونفسيا وحياتيا واجتماعيا تشتغل على نفسك في البناء وتشتغل على نفسك في الوقاية وتشتغل على نفسك في العلاج والاصلاح - [00:15:43](#)

من المهم جدا ان تشتغل على نفسك وان تعرف انه في النهاية انت مسؤول او انت مسنولة القضية الاخرى في اه فهم النفس مسألة ان اصلاح النفس طريق وليس محطة - [00:16:06](#)

اصلاح النفس طريق وليس محطة ما معنى اصلاح النفس طريق وليس محطة؟ يعني يا اخي ان شاء الله يكون عندك مئة عيب ما يضرك لان بعض الناس يدخل فيه احباطات كثيرة - [00:16:25](#)

وهذا بسبب عدم الاتزان وسنتكلم عن قضية الوزنية النفسية بعد قليل ان شاء الله لا تستعجل في اصلاح نفسك ابدأ بالاهم والاسهل والذي يجمع بين معيارين معيار الاهمية او الاولوية بحسب الشريعة ومعيار السهولة - [00:16:42](#)

وابداً ولا تتوقف لا تنتظر نتائج خارقة. لا تتوقع ان تتحسن في يوم او ليلة لا هذا مشروع عمر ما زال القلب ينبض فالامل لا يزال مفتوحا ان الله سبحانه وتعالى يفتح عليك ويغير ويغير عليك - [00:16:58](#)

من القضايا المهمة ما قبل الاخيرة في فهم النفس بماذا يتفاوت الناس في مستوى التدين ليش يعني الله سبحانه وتعالى والدين واضح مثل الشمس ليش ما يكون كل الناس متدينين وانتهينا خلاص - [00:17:16](#)

يعني على كل حال هذي قضية طويلة جدا. علم النفس الغربي يهتم بما يسمونه الارتباطات يعني يدرس العلاقات يسمونه متغيرات نحن في علم اسلامي ما نهتم بهذا كثيرا ما يفيد كثيرا - [00:17:35](#)

ما الذي يفيدنا؟ يعني نحن نريد ان نعرف لماذا الدين البعض قوي والبعض دينه ضعيف لماذا البعض مثلاً يميل الى التشدد الشديد والبعض يميل الى التنوير والتخفيف وحتى يصل الى الليبرالية - [00:17:49](#)

ليش لماذا البعض يميل الى الصوفيات والروحونيات والطقوسية؟ وبعض الناس جاف ناشف وبعض الناس على السنة وسط ليش الناس ما يمشون خلاص على الصراط المستقيم وانتهينا طبعاً الجواب هو انا الجواب على هذا السؤال هو نفس الجواب على كل شيء في النفس - [00:18:04](#)

لماذا الناس ما تكون اخلاقهم حسنة؟ لماذا الناس ما آآ يتخلصون الاكتئاب والحزن؟ لماذا الناس ما يتخلصون من القلق؟ فنفس الشيء يعني النفس معقدة لكن الذي فيما يتعلق بموضوع التدين الذي نراه هو - [00:18:24](#)

الطريقة القرآنية وهي نظرية الهداية ونظرية ونظرية الهواء وهي انه يعني ان وجودك في اي مستوى معين من التدين هو محصلة مجموعة عوامل تقريبا اربعة عوامل الاول لطف الله وفضله وكرمه وهدايته وتوفيقه - [00:18:41](#)

وهذه هي التي يسميها العلماء اه هداية التوفيق الثاني الجهد الذي تبذله انت هنا تأتي المسؤولية الفردية انت محاسب في النهاية الامر الثالث طبيعتك النفسية وهذا هو الذي نركز عليه نحن في علم النفس الاسلامي في علم النفس عموما وعلم النفس الاسلامي تحديدا طبيعتك النفسية - 00:19:00

ما اثر طبيعتك النفسية على تدينك؟ هذا الذي نريد ان نعرفه في هذا اليوم. ان شاء الله. الامر الرابع الوسط الذي تعيش فيه طيب والظروف الى اخره اخر فقرة في فهم في فهم النفس - 00:19:24

ودي اتكلم انا احب ان اتكلم سريعا عن بعض الفروق الثقافية مع علم النفس الغربي لان هذي مهمة ايضا في التعامل مع الناس والى اخره علم النفس الغربي يتبنى اتجاه - 00:19:42

يمكن تسبق تسميته باتجاه رعاية النفس او تدليع او تدليل للنفس. تخدير الذات الثقة بالنفس محبة الذات. ثق بنفسك قدر نفسك الى اخره الى غير هذا من المفاهيم الانسانية المعظمة للنفس - 00:19:56

والمركزة على اتجاه رعاية النفس وتدليلها انه افضل طريقة للتعامل مع النفس انك تدلها وتثق فيها وتقدرها وتحبها الى اخره في المقابل هناك اتجاه اخر في في الثقافات الوثنية الشرقية - 00:20:17

وبعض اهل الاديان الذي يميل الى تقريع النفس واستعمال الرياضات النفسية العنيفة وتجريدها من المتعة مثل البوذية والهندوسية وبعض الطوائف المنتسبة للاديان ايوا لا المنظور الاسلامي وسطي يدور حول قضية واضحة وهي مجاهدة النفس مع الرفق -

00:20:32

انه يجب ان تتعامل مع نفسك كما تتعامل مع ابنك التربية. كما انك تربي ابنك تحاول ان تسعى الى استخدام افضل الطرق في التربية فكذاك تربي نفسك تربي نفسك ولذلك الغربيون مثلا ما عندهم مصطلحات مجاهدة النفس مراقبة النفس محاسبة النفس

ايش عندهم؟ رعاية النفس تقدير النفس محبة النفس توكيد الذات - 00:20:55

اذا السياق العام في علم النفس الاسلامي هو اصلاح النفس وتهذيبها اصلاح النفس واه اه تهذيبها بهذا نكون انتهينا من اه من من هذه الفقرة بهذا اللقاء ننتقل الان الى النماذج الكلام على النماذج - 00:21:21

طبعا كلام عن النماذج ما ادري هل في اسئلة او لا؟ اه طيب المحادثة ما فيها اسئلة طيب الكلام عن النماذج يعني اه مهم ماذا نقصد بالنموذج؟ كلمة نموذج مهمة الحقيقة - 00:21:46

ويعني العلماء على مدار العصور في كل الثقافات يهتمون بالنموذج وغالب العلماء يعني المشتهرين مثلا تجد عنده تجد ان طريقته طريقة النماذج مثل الغزالي مثلا معنى كلمة نموذج يعني انه انت تأتي لقضية معينة تضع لها عناصر رئيسية مبنية على الصبر

والتقسيم بطريقة صحيحة - 00:22:01

اه وليس مجرد انه والله اجتهادات شخصية لا مبنية على استقرار واضح العلم ومع خبرة وممارسة فتقسمها الى مجموعات هذا يسمى النموذج مثل غزالي من اشهر الناس على مدار التاريخ الاسلامي. يعني اهتمام بالنماذج. اه الغزالي. اه ابن تيمية ابن القيم احيانا

في بعض - 00:22:24

بعض المناسبات بعض العلماء لا تجد كلامهم مشرد سرد ما تخرج منه بنموذج مفيد وغزير لكن ما فيه ليس له نموذج محدد يعني عناصر واحد اثنين ثلاثة اربعة النماذج الإسلامية في التعامل مع النفس عموما عموما وليس فقط في الإيمان والتدين وتوجيهها

وتهذيبها واصلاحها والتزكية عموما كثيرة على مقدار التاريخ. منها نموذج - 00:22:46

فور اسمه نموذج العلم والعمل ومنها نموذج مشهور اه من ايام الحارث المحاسبي وطوره الغزالي وهو آا المراقبة والمحاسبة

والمجاهدة وآا يعني هناك نماذج تتكلم عن العزيمة والارادة والعمل الى اخره - 00:23:11

فنحن الان سنتكلم ان شاء الله عن النموذج المقترح الذي سنقدمه وسيكون ان شاء الله موزوعنا وسيكون هو وسيكون هو هو

موزوعنا في هذه الليلة لكني انا ودي يعني نسأل انفسنا سؤال قبل ان ننتقل الى النموذج ها - 00:23:32

الصحابة الصحابة بالذات الصحابة والتابعين الطبقات الكبرى من التابعين كيف كانوا يزيّدون ايمانهم بالله كيف كانوا يقوون علاقتهم

مع الله كيف كانوا يحسنون من عباداتهم الصحابة ومن ومن اتبع طريقته من الصالحين الى يومنا هذا - [00:23:51](#)

لان الصحابة والتابعون عموما هم اقوى الناس ايمانا بالنص الشرعي يعني بالنص فماذا كانوا يفعلون بالظبط هذه القضية الحقيقة آآ مهمة يعني مهم مهم ان ان نرجع دائما الى الصحابة - [00:24:18](#)

مثلا الصحابة كانوا يقولون حتى كأن رأي عين كأن رأي عين يتكلمون عن كلام النبي صلى الله عليه وسلم حينما كان يدرسهم يعلمهم مثلا الجنة والنار يقولون حتى كأن رأي العين كيف وصلوا الى هذه الى هذا المستوى - [00:24:42](#)

باختصار باختصار الصحابة والتابعون والصالحون على مدار على مدار يعني تاريخ الامة الاسلامية لديه مجموعة من الخصائص ربما تكون خمس او ست خصائص الاولى لديهم استعداد داخلي قوي جدا الذي تكلمنا عنه قبل قليل - [00:24:56](#)

سنشرحه اكثر بعد قليل ان شاء الله في البصيرة لديهم مستوى عالي من اليقظة ومراقبة النفس والبصيرة بالنفس والى اخره ثانيا لديهم حرص شديد جدا على العلم على العلم حتى ان قائلهم كان يقول يعني - [00:25:15](#)

تعلمنا الايمان ثم تعلمنا العمل العلم والبخاري بوب باب العلم قبل القول والعمل النص الاخر الذي انهم كانوا يعني يجلسون في سورة البقرة زمنا طويلا وهم يتدارسون لا هم لا يقصدون طبعا قراءتها في قيام الليل او قراءتها نظرا او حفظا لا - [00:25:33](#)

هم يختمون كل سبعة ايام لكن المقصود تدارسها الثالث الجهد كانوا يبذلون الجهد كافي والعمل لتحويل هذه القنوات الى ممارسات لتحويل هذا العلم الى ممارسة الى عمل الرابع حركة القلب قلوبهم حية - [00:26:04](#)

متحركة فيها فيها اعمال القلوب واضحة من ومشاعر ومشاعر الايمانية في القلب واضحة عندهم رضي الله عنهم وارضاهم الخامس الاستمرار المحافظة والتغذية باستمرار السادس حماية النفس والقلب عن الصوارف والعوائق التي - [00:26:27](#)

تمنع تقوية الايمان سواء كانت داخلية او خارجية. وبناء على هذا الكلام بناء على دراستنا لما كان يفعله الصحابة كونا هذا النموذج الذي سنطرحه عليكم وهو لا يزال مسودة وقابل للتعديل - [00:27:03](#)

وآآ الزيادة طيب هذا النموذج مكون من ستة من ستة عناصر سنأخذها ان شاء الله اليوم واحدا واحدا. ارجو ان شاء الله اننا يعني باستثناء السادس النماذج الخاصة ساشرح في الاخير يعني ماذا نقصد بها - [00:27:20](#)

ايوا النموذج يبدأ من البداية من معرفة النفس ومراقبتها ومراقبتها والبصيرة بها واليقظة مقابل الغفلة اليقظة مقابل الغفلة هذه هي البداية اليقظة والتوبة والرجوع الى الله الى اخره سنشرحها بعد قليل ان شاء الله - [00:27:38](#)

اثنين العلم والعناية بعمل بعمل بعمل القلب وبعلم القلب بعلم القلب بثلاثة العمل والممارسة لانه الايمان بدون عمل لا ليس ايمانا. ولذلك العلماء يؤكدون دائما انه الايمان يدخل فيه العمل بدون العمل لا يسمى الامام ايمانا - [00:28:02](#)

عاد بغض النظر اسميته ملة وملة من لازم العمل او من صلب العمل هو في النهاية جزء اساسي منه لا يمكن الخروج عنه اربعة تهيئة المحل القابل وحياة التعبد وهذي اربعة بالذات نحتاج واكثر ما نحتاجها في هذا الزمن - [00:28:26](#)

لنشرحها ان شاء الله بعد قليل خمسة الاهتمام بالصفات النفسية التأسيسية سنشرحها ان شاء الله النماذج الخاصة ماذا نقصد بها؟ لن نتكلم عنها اليوم لكن اذا جاء وقتها ان شاء الله شرحناها النماذج الخاصة هي نقصد بذلك - [00:28:41](#)

نقصد بذلك ان كل موضوع من المواضيع الهامة في التزكية مثل الايمان او طلب العلم الشرعي او الصلاة او قراءة القرآن او اه اه البعد عن المعاصي اه او الى اخره كل واحد منها يحتاج الى نموذج خاص به - [00:28:55](#)

يحتاج الى نموذج خاص به طب نبدأ الان باذن الله تعالى واحدة واحدة نبدأ هذه الامور واحدة واحدة فنبدأ على بركة الله تعالى بالاولى وهي معرفة النفس معرفة النفس و - [00:29:14](#)

مراقبتها والبصيرة بها واليقظة مقابل الغفلة مقابل الغفلة البصيرة من مصطلحات علم النفس الاسلامي يتضمن وهو داخل هي البصيرة ومراقبة المتدخلات ونعني بها الانتباه للنفس الانتباه لرغباتها وشهواتها الانتباه لمستواك في التدين. وهذا سنشرحه ان شاء الله بعد قليل. الانتباه لمستواك في التدين - [00:29:32](#)

ان تعرف مواطن القوة والضعف والعلل والعيوب والمخادعات والامراض فيك ان تعرف اين انت الان حاليا في باب الايمان باب العبادة

بعض النفوس لديها غفلة ما معنى الغفلة؟ تعامي عن عيوب النفس - 00:30:07

وقلة استبصار بمشاكلها وربما الواحد من هؤلاء يعيش حياته ويموت ويغادر هذه الحياة وهو لم ينتبه ولم يستيقظ من غفلته المراقبة

لها عدة معاني تراقب نفسك هل فعلا هل فعلا نفسك فعلت - 00:30:23

ما تريد انت والا لاهي تستهمل عليك تخادعك والمراقبة لها معنى اخر وهي مراقبة الله سبحانه وتعالى لكن هذا ليس هو المقصود

الان المقصود هنا الان مراقبة النفس وليس مراقبة الله - 00:30:46

فهذا هو يعني مراقبة النفس اقرب الى التقييم انك انت كأنك كأنك موظف جودة موظف مراقبة تراقب هل هي عملت القائمة او لم

تعمل واذا لم تعمل لماذا لم تعمل - 00:31:02

ولذلك هم يقولون من شروط المراقبة المشاركة ايش معنى المشاركة؟ يعني تسأل نفسك تعالي ليش ما فعلتي هذا؟ ايش المشكلة ما

الامر ثم تقول لها طيب يلا خلاص اللي فات فات الان يلا نبدأ الان خطوة جديدة - 00:31:19

لا نحتاج لخطوة جديدة ما الذي ما الذي كان ما الذي منعك من العمل فيما سبق تماما مثل مثل طفلك تتعامل مع النفس مثل كما

تتعامل مع ابنائك تربيتهم. انت ابنك اخطأ او قصر تعال لماذا قصرت في هذا - 00:31:34

من الذي دعاك الى التقصير؟ واحد اثنين ثلاثة اربعة طيب دعنا نحسن من هذه الامور حتى تستطيع ان حتى تستطيع ان تجاوز هذا

التقصير الذي حصل منك. اذا المراقبة هي عملية رصد لافعال النفس الداخلية والخارجية - 00:31:52

عملية رصد بالافعال النفس الداخلية والخارجية وقياس ما كم باقي لك لكي تصل الى الى المطلوب؟ طبعاً سنتكلم بعد قليل ان شاء

الله في باب العمل العمل انه المفترض انك انت اصلاً تقسم العمل الى اجزاء صغيرة قابلة انك تعملها بحيث تنجز كي تنجز سنتكلم عن

هذا ان شاء الله بعد بعد قليل - 00:32:12

اه طيب اه طبعاً لو تلاحظون بس سريعاً يعني لمن يهتم منكم المتخصصين في علم النفس لمن يهتم بعلم النفس الاسلامي انا لم

استعمل هنا مصطلح الوعي بالنفس انا قلت البصيرة المراقبة اليقظة المعرفة لم استعمل مصطلح الوعي لان الوعي يعني ليس -

00:32:37

اه لغة يعني استعماله ليس ليس صحيحاً ومن المصطلحات المستعملة ايضاً في ثقافتنا اليقظة يعني او اول اول او ثاني آآ منزل من

منازل كتاب مدارج السالكين للهروي وشرحه لابن القيم هو اليقظة - 00:32:57

ان ان تستيقظ كأنك تستيقظ من من غفلتك. ويدخل في هذا التوبة ان تتوب. والتوبة فيها كلام كثير لان الناس يظنون ان التوبة هي

توبة الواقعيين في المعاصي العظيمة. لا. كلنا نحتاج الى التوبة - 00:33:18

لماذا شرع لنا الاستغفار الناس يظنون ان التوبة هي لمن وقعوا في المعاصي العظيمة الكبيرة وهذا خطأ كلنا نحتاج الى التوبة لماذا

شرع لنا الاستغفار بل لماذا النبي صلى الله عليه وسلم كان يعدون عليه في مجلس واحد؟ استغفر الله واتوب اليه اكثر من مئة مرة -

00:33:39

الجواب لان التوبة واجبة على الجميع وليست على اصحاب المعاصي العظيمة الفظيعة وكل انسان له توبة بحسبه فالتوبة هي كانها

توبة من بقائك في المستوى الذي انت فيه وعدم انتقالك الى مستوى افضل منه - 00:34:10

التوبة هي كأنها اعلان منك انك تريد ان تنتقل الى مرحلة اعلى ودرجة ارفع التوبة هي ان تقرر ان تتوقف عن بعض الاعمال التي لا

تليق بك والتوبة ايضاً تتضمن - 00:34:33

ان تعمل بعض الاعمال التي كان من المفترض انك تعملها سواء كان في ايمانك او عبادتك او الصلاة او قراءة القرآن او لبسك او ما

تستمع تستمع اليه او ما تفعله - 00:34:58

ومن المصطلحات المهمة جداً قضية الغفلة الغفلة من المصطلحات القرآنية والغفلة لها مظاهر كثيرة منها اصلاً الغفلة عن وجود

الخلل الانسان لا ينتبه اصلاً لوجود مشكلة وهذه وهذه داخلة فيما يسميها علماء الارجاء انه يعني - 00:35:16

انا كويس انا كويس ولذلك تمضي السنوات وهو في تقصير واضح ولا ينتبه لنفسه والبعض قد يدخل في الكبر والعناد الى اخره وهذا

سأتكلم عنه بعد قليل ان شاء الله في موضوع النصيحة - [00:35:39](#)

النوع الثاني من الغفلة هو اقرب ما يكون الى التغافل. التغافل عن الاصلاح. يعني هو اكتشاف الخلل. لكنه يسوف ويماطل. فهي داخلة في التسوييف والمماطلة وهذه من الحيل المخادع التي تفعلها النفس. التغافل التسوييف المماطلة - [00:35:55](#)

كل هذا تفعله النفس تلعب عليك يعني النفس تلعب علينا وتقول طيب ان شاء الله بكرة ان شاء الله بكرة ان شاء الله بكرة خلاص بعد ما اخلص من الاختبار ان شاء الله خلاص - [00:36:14](#)

سأبدأ ان شاء الله في حفظ القرآن خليني اخلص من الجامعة بس ان شاء الله وأبدأ قيام الليل خليني بس ان شاء الله انا اتزوج واتحجب ان شاء الله. بس خليني هذا واترك ان شاء الله سماع الاغاني - [00:36:27](#)

فهذا من من التسوييف والمماطلة والتغافل هذا من حيل النفس ستنتبه لهذا تنتبه لهذا. ولهذا الان يعني كان يجب اني اتكلم قبل هذا عن قبل ما اتكلم عن او لا بأس انه ماذا تعرف عن نفسك يعني ما المطلوب منك ان تعرف عن نفسك - [00:36:38](#)

اولا تعرف طبيعتك وهذا يلزم يلزم منه العلم تتعلم ما هي الصفات النفسية اصلا واذا كان بعضكم حضر عندنا معنا برنامج النفس الطيبة تكلمنا عن يمكن اكثر من مئة صفة نفسية - [00:36:56](#)

فان تحتاج ان ان تعرف هذه الصفات وتنظر لنفسك كل واحدة منها اين انت فيها؟ ايضا تعرف النعم التي اعطاك الله اليها التي اعطاك الله اياها لان النفس اذا لعبت عليك وقالت انت مشغول انت كذا قل لها تعالي تعالي انت في خير ونعمة وصحة وعافية الى اخرها -

[00:37:14](#)

تعرف عيوبك واخطائك مثلا انت عرفت انه انت مثلا اذا كانت نفسيتك زفت ذاك اليوم او او تعبانة خلاص سبحان الله العبادة تعبانة والايمان تعبانة فانت تصبح اعمالك الجادة تبعا لمشاعركم في وهذا كثير عند الناس كثير جدا - [00:37:34](#)

اصلا في يعني كثير من الدراسات بينت انه كثير من هؤلاء الذين يقعون في الاباحية والافلام انه يقع فيها في حالة ضعف النفس طبعا العلم النفسي الغربي يعبر عنه يقول انه يفرغ عن طاقته - [00:37:55](#)

الافلام نحن لا نقول ان النفس تضعف نحن في علم النفس الاسلامي نقول ان النفس تضعف لضعف النفس سهل عليها الوقوع في الاخطاء لاحظ مثلا يعني من يحب منكم ان يعرف المقارنات مع علم النفس الغربي. علم النفس الغربي اذا قيل له مثلا اعرف نفسك

ماذا يقصدون اكتشف قدراتك وامكانياتك يعني على مذهبهم - [00:38:07](#)

في تقديس الذات وذا لا نحن الامكانيات والقدرات هي جزء. هي جزء مجرد جزء المهم ان تعرف صفاتك الحسنة والسيئة معا سواء بسواء ومن الاشياء المهمة جدا جدا تعرفها وسأتكلم عنها اكثر من مرة اللي معرفة الاسباب والدواعي والبواعز - [00:38:34](#)

لافعالك او لتركاتك لما تفعله او لما تتركه يعني مثلا انت الان تعود ان تسأل نفسك وتنتبه لماذا انا فعلت هذا انا لماذا حضرت سلسلة محاضرات فلك العبودية او انا لماذا مثلا لا احب الذهاب مع هذه الرفقة الصالحة - [00:38:53](#)

او انا لماذا اجد صعوبة في صلاة الفجر او انا لماذا اجد صعوبة في آآ التزام بالحجاب الكامل او لماذا انا افهم انا مثلا تضايقت من هذا؟ او لماذا وجدت صعوبة في فعل هذا او في ترك هذا؟ انا لماذا - [00:39:13](#)

احب هذا واكره هذا لان مثل مثل هذه معرفة الدواعي مهمة جدا وهي ليست فقط ترى بالمناسبة ليست فقط في باب الايمان والعبادة. بل في كل ابواب النفسية ويدخل فيه النيات والايادات هذا يهتم فيه علم النفس الاسلامي كثيرا - [00:39:29](#)

انت وش نيتك ما الذي في قلبك الدوافع المحركة العميقة لك خفاياك طلباتك رغباتك ليش انت زعلان من هذا لماذا ان تجد صعوبة في قراءة القرآن ربما يكون مثلا اسباب الكسل - [00:39:51](#)

لكن الكسل صفة عامة فصل اكثر والكلام في هذا الباب كبير جدا يعني يطول انه يعني ما الذي تعرف في نفسك واه اه يعني مثلا مما يجب ان تعرفه الخلل - [00:40:10](#)

انه يعني كل واحد فينا عنده عنده نقاط عيب فيه ما في اشكال. طيب اعرف هذه النقاط العيب ثم اذا عرفت ان تتعامل معها بحكمة ايضا انه لانه لا نريدك ان تعرف نقاط العيب فيك ثم تقع في القنوط واليأس وآآ - [00:40:35](#)

سبب اه سب النفس لا نريد هذا من القضايا المهمة في في مراقبة النفس ايوا امراض النفوس وهذي سأوعدها اكثر من مرة هنا وساتكلم عنها مرة اخرى لما اتكلم عن ان شاء الله نموذج تهيئة المحل القادم - [00:40:54](#)

انه فيه مصطلح عندنا مشهور جدا جدا في علم النفس الاسلامي اسمه مصطلح امراض القلوب او امراض النفوس وهذا المصطلح مهم جدا وكل باب من ابواب علم النفس حسب المنظور النفسي الاسلامي فيه له امراض - [00:41:10](#)

يعني مثلا الكسل مشهور الكسل الكبر الاعراض اه الجدال هذي من امراض النفوس. الحقد الحسد هذي من امراض النفوس مع مع الآخرين من امراض النفوس في هذا الباب في باب البصيرة الغفلة - [00:41:34](#)

الغفلة التغافل تكلمنا عنها التسويف المماطلة ضعف الاستبصار طائف الاستفسار هو هو من معاني من معاني الغفلة المخادعات النفسية بانواعها الكثيرة والقرآن تكلم كثير عن عن ليش حنا في علم النفس الاسلامي نهتم بالمخادعات؟ لانه - [00:41:53](#)

القرآن كله يتكلم عنها القرآن كله يتكلم عنها بل القرآن اصلا حينما يتكلم عن الكفار يقول لهم يعني بالعامة لا تلعبون على نفسكم يعني لا تقول لي والله لو تلاحظ القرآن كيف يعني حينما يتكلم عن الكفار - [00:42:13](#)

يقولون مثلا اه طيب جيب لنا اية طيب ليش ليش النبي جاء رجل؟ اه ليش ما جاء ملك؟ اه انزل لنا مائدة من السماء يريدون ادلة حسية فالله سبحانه وتعالى يقول لهم يعني - [00:42:30](#)

لا تخذعون انفسكم انتم فيكم انتم معرضون اصلا عن الدين لو لو اتينا بكل اية لن تؤمنوا من قضايا المهمة في في البصيرة ايوه قضية الهوى مخالفة الهوى وهذا من - [00:42:44](#)

وهذا وهذا من اعظم الارقان الاساسية في علم النفس الاسلامي التأكيد على اهمية مخالفة الهوى. ما تعريف الهوى هو رغبة ودافع داخلي للنفس يمنعها عن اكتساب الفضائل وتجنب الرذائل - [00:43:04](#)

والهوا نوعان هوا خفي غامض قد لا تنتبه له الا الممارسة مع نفسك والانتباه لنفسك وهو ظاهر واضح وسبحان الله غالب الهوى يكون مكشوفاً للآخرين وان كان صاحبه قد لا ينتبه اليه - [00:43:53](#)

من القضايا المهمة في في مسألة البصيرة لكن حنا اذا مشينا بهذه الطريقة يعني لن نستطيع الانتهاء من المادة اه يمكن اه يمكن يعني اه يمكن نحتاج ان ان نختصر قدر المستطاع - [00:44:22](#)

اه حتى لا يعني لا نطيل عليكم ونسهركم لكن لعلي ان شاء الله ما استطرده على الاقل اذكر المسألة وتعريفها يعني القضايا الاساسية من القضايا المهمة في معرفة النفس معرفة نفسك فيما يتعلق بايثار الحق وقبول النصيحة - [00:44:50](#)

يعني هل انت من النوع الذي فعلا تؤثر الحق على نفسك وتقبل النصيحة الاخت تسأل متى سننتهي ان شاء الله الساعة العاشرة سنقبل باذن الله تعالى باذن الله الاخت طيبة جزاها الله خير ذكرت هذا. عاشرا ان شاء الله سنقبل - [00:45:15](#)

هل انت ممن يقبل النصيحة والا انت فيك نفور من النصيحة فيك كبر ولما دخلنا مع يعني في العشر سنوات الماضية وان كان الموضوع الحمد لله خف الان لما دخلنا في مجادلة هؤلاء المتشككين في الدين وكذا سبحان الله واحدة من الصفات المشتركة بينهم الكبر - [00:45:36](#)

الكبر والنفور من الحق. كيف الكبر يناقشك بعقله. مين انت يا عمي حتى تناقش؟ حتى بهذا العقل الذي الذي فوق بين كتفيك على اي اساس انت اعتبرت ان عقلك افضل من عقول كل الناس؟ هذا هو الكبر. اعتقاد ان ما وصلت اليه آآ قريحته هو الصحيح وانه يجب ان يقنعونا - [00:45:58](#)

يجب ان ان يقنعوني ويجب ان اقتنع لا مو بلازم تقتنع الحق واضح الذي لا يريد الاقتناع على كبره عدم قبول النصيحة له صور كثيرة منها اما انه لا يرضى اصلا بسماع النصيحة ابتداء - [00:46:22](#)

او يشعر بالانتقاص والاهانة من سماع النصيحة او تتغير مودته للناصح بعد النصيحة. والله يا اخوات يعني انا اكثر ما يمنعني من نصيحة كثير من الناس هو تغير المودة مهما قال لك بلسانه - [00:46:47](#)

انه ابدًا مستعد لقبول النصيحة لكن سبحان الله كثير من الناس اذا نصحته او تتغير مودته لك ومن ومن مظاهر عدم قبول النصيحة

انه يستمع لكن ما يغير ما يغير - 00:47:06

يقول خلاص انا استمعت ويكفي لا كيف يكفي وش الفائدة قبول النقد الحقيقي ليس معياره مجرد السماع ان معياره التغيير يا اخي غير حتى من باب تربية نفسك حتى ولو لم تكن مقتنعا بكلام الاخر. غير يا اخي حتى تعود نفسك على التغيير - 00:47:22

وايضا من معايير قبول النصيحة ان تزداد في نفسك محبة الناصح والناقد لن تتغير مودته بالعكس تزداد المحبة لانه احسن اليك بالنصيحة بعض النفوس تجد صعوبة كبيرة جدا في معرفة هل الحق معها او مع غيرها - 00:47:41

وهذا كثير والسبب اذا اذا انت لاحظت انك متردد في هذا او تجد في نفسك مشكلة في النصيحة اه انتبه لنفسك الله يرضى عليك هذا معناه في مشكلة من القضايا المهمة هنا ايضا في معرفة النفس والبصيرة بها - 00:48:08

ملاحظة العادات اليومية وتحسينها شوف الايمان والعبادة هو مجموع عادات يومية لك هو نتيجة مجموع عادات يومية لك. لا تعدل العادات كلها دفعة واحدة بالتدريج ساتكلم ان شاء الله عن عن مفهوم الترقى. الترقى - 00:48:25

السبب الترقى السنوي الرمضاني ايضا من من القضايا تكلمنا عنها الدوافع طيب يعني علنا نكتفي بهذا علنا نكتفي بهذا او او نختتم نعم نختتم بموضوع المحاسبة المستمرة انه كل بين كل وقت واخر اظن تكلمنا عنها - 00:48:47

انه بين كل وقت واخ تسأل نفسك هل انا يعني آآ صلاتي وعبادتي على الوجه المطلوب؟ هل انا اه اه محافظة على العبادات هل انا وصلت الى مرحلة الخشوع؟ هذه الاسئلة ما لم تكن وسوسة فهي مفيدة جدا - 00:49:11

لكن الاسئلة هذي مسائلة النفس فيها حكمة ايضا كما قلنا كما تسائل ابنك لا تغفل عن مسائلته ولا تكثر من مساءلته من مساءلته الغفلة عن المسألة غلط والاكثار من المسألة ايضا غلط - 00:49:28

توازن وسنتكلم كثيرا عن الموازنة هذي انها تكتسب مع الوقت لا يجي احد يقول كيف هي هي امر تكتشفه انت مع نفسك تتعلم مع نفسك كيف تزن المسألة هل هي كثيرة او قليلة - 00:49:56

طيب ننتقل الان الى انهينا نحن الان اه النقطة الاولى اللي هي معرفة النفس ومراقبتها البسيطة. ننتقل الى النقطة الثانية العلم والعناية بعمل او بعلم القلب طيب هذه القضية ايضا مهمة - 00:50:25

وفيه كلام كثير والعلماء دائما يهتمون بذلك دائما العلم اولا لابد من العلم كثير من الناس يقولون هذا امر نظري اعطني اشياء عملية. وتكلمت عن هذا كثيرا انا مع الطلاب وفي الدورات. هذا خطأ - 00:50:44

لابد من العلم اولا العلم قبل القول والعمل العلم هو الخطوة الاولى الضرورية وهذا ليس فقط في النموذج الاسلامي بالمناسبة يعني حتى في مثلا النموذج المعرفي هم يتكلمون عن مثل هذا - 00:50:58

لكن يسمونه تصحيح التفكير و لذلك هناك جدلية كبيرة انه بين العلم والتطبيق دائما الناس يقولون نريد نريد دورات تطبيقية لا نريد دورات علمية انا لا اعرف كيف يمكن ان تكون هناك دورات بدون علم - 00:51:13

نعم هناك حشو احيانا لا فائدة منه وهذا قد يخطئ المحاضر فيه يعني انا مثلا حرصت ان يعني في تقديم هذه المادة الا يكون فيها حشو قدر المستطاع ولذلك المادة التي ذكرتها الى الان انا ارى انها علم من العلم المهم - 00:51:33

قد اكون مخطئا في اجتهادي هذه وقد يكون بعضها غير مفيد لكن لابد من النهاية من العلم لابد من النهاية من العلم. طيب ماذا نقصد بالعلم ماذا نقصد بالعلم انا ارى ان هناك ثلاثية مهمة - 00:51:52

وهي العلم بالنفس والعلم بالحياة والعلم بالدين العلم بالنفس شرحناه قبل قليل طيب العلم بالحياة اه هذا مهم جدا والعلم بالدين هذا ما يمكن ان اتكلم عنه عنهما ان شاء الله. العلم بالحياة - 00:52:11

اولا وضوح وضوح الغايات الكبرى من الحياة بحسب ما تحدد لنفسك من غايات كبرى واهداف استراتيجية تصبح حياتك ومن اهم ما يعينك على ذلك القدرة على الوزنية بين الدين والدنيا والاخرة - 00:52:30

وبين ما يتعلق بنفسك وما يتعلق بالآخرين الى غير ذلك من الوزنيات بما يتعلق بالاهداف والغايات الكبرى المهم ان تكون مستوعبا انت لماذا موجود في هذه الحياة وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون. اذا الهدف الغاية الاساسية هي العبادة - 00:52:51

استحضر الدوما ان الهدف الاساسي هو العبادة وكل ما سوى ذلك هو معين لهذا الهدف الاساسي. يعني الزواج والدراسة والوظيفة وو الى اخره. ليس الهدف منها ان تستمتع بالحياة لاجل الاستمتاع بالحياة - [00:53:13](#)

انما الهدف هو ان تستمتع بالحياة حتى تفرق بهذه النفس لان النفس مخلوقة سبحانه الله مخلوقة ليست كالملائكة لا تستطيع ان تعمل اربعة وعشرين ساعة لابد ان يحقق لها بعض الاهداف الدنيوية والمادية والجسدية - [00:53:29](#)

ووضوح الغايات الكبرى من وجودك في هذه الحياة مهم جدا والكلام عن الحياة فيه كلام كثير جدا وغالبا كلما كان فهمك للحياة صحيحا كانت قدرتك على الايمان والعبادة افضل اذا فهمت - [00:53:46](#)

ان الحياة هي مقر اما مر وليسست مقر وان الحياة هي محطة مجرد محطة تمشي فيها وانت في طريقك الى الله. انت كنت موجودا قبل الحياة هذه الدنيا ثم ستعيش حياة اخرى بعد هذه الحياة. قبل ان تصل الى الى الى الحياة النهائية الحيوان الحقيقي - [00:54:07](#)

في الآخرة دوما استحضر دائما استحضر قيمة هذه الحياة كل ما صار عندك شي او تضاربت عندك الاهداف والغايات او ترددت في قضية اسأل نفسك هذا السؤال ما قيمة هذا الامر الذي انا اريد ان اعمله او اتركه؟ ما قيمته مقارنة بالهدف الاساسي الذي وجدت له في هذه الدنيا؟ وهي وهو عبادة الله سبحانه وتعالى - [00:54:33](#)

الامر الآخر يجب ان تفهم طبيعة الحياة اصلا الى اي درجة انت تستمتع من هذه الحياة الى اي درجة تأخذ من هذه الدنيا هذا اذا اتاحت لك فرصة ان تأخذ ما تشاء اذا كان الله وسع عليك في الرزق - [00:54:58](#)

اذا كان مضيق عليك في الرزق ان تعرف ايضا الى اي درجة يجب ان تشقى وان تحزن على هذه الدنيا التي ضاعت عليك او اوضاع عليك بعضها بسبب بسبب الضيق في الرزق او بسبب مرض او بسبب مشاكل او بسبب امراض او الى اخره - [00:55:16](#)

ولذلك وضوح مفهوم الحياة لذلك نحن مثلا في النفس الطيبة جعلنا ركنا كاملا محورا كاملا في الحياة يعني هذا هو المفهوم الصحيح في علم النفس الاسلامي. انه يجب ان تفهم علاقة الدنيا بالآخرة وعلاقة الحياة بنفسك الى اخره - [00:55:35](#)

ويدخل في باب الحياة موضوع السعادة وفي كلام كثير موضوع السعادة انه انت اصلا سعادتك كيف ما معنى السعادة ما معنى السعادة ما مصادرها؟ كيف تحصلها الى اخره. هذا ما يتعلق - [00:55:54](#)

هذا ما يتعلق الحياة باختصار شديد ما يتعلق الدين فهم الفهم الصحيح للدين. باختصار يجب ان تعرف ان تتعلم ما هو التدين الصحيح الذي يجب ان تسعى اليه ما هو الايمان المطلوب منك ان تسعى اليه - [00:56:18](#)

ما ما هو المستوى من العبادة؟ المطلوب منك ان تصل اليه وهذا يجرننا الى الكلام على حقيقة التدين وعمق التدين ومعنى التدين وحقيقة التدين وفيه كلام كثير لكنني ساعرض عليكم جدولا - [00:56:42](#)

نعم معليش العنوان بالانجليزي لانه كان كنت قدمته بمحاضرة بالانجليزي هذا الجدول عبارة عن خمسة في اربعة خمسة في اربعة المحور العمودي خمسة محاور عمودية اللي هي الايمان عفاوا خمس محاور آ افقية - [00:57:04](#)

بين الايمان والتعبد والحلال والحرام والاخلاق والنفع العام والدعوة والاصلاح. هذا هو التدين التدين له خمسة محاور الايمان التعبد الحلاوة الحرام الاخلاق الدعوة ثم هناك اربعة متغيرات عمودية لكل واحد من هذه المحاور الخمسة - [00:57:35](#)

الكمية الكثافة والكيفية العمق و عمل القلب القلبية الروحانية والعمل اللي هو الممارسة في المواقف فالايامن مثلا كيف نقيس الايمان؟ نقيس اوامر مقدار العلم. الكمية هل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون - [00:58:00](#)

الذي يعرف عن الله اكثر ليس مثل الذي لا يعرف عنه الذي يقرأ القرآن اكثر ويتعرف على على الايمان من خلال القرآن ليس مثل الذي لا يقرأ القرآن الا بين فترة وفترة. او ليس مثل الذي يقرأ القرآن لكن لا يركز فيه ولا يفهم ولا يستوعب - [00:58:25](#)

والايامن فيه درجة عميقة اللي هي الكيفي فيه الكيفي يمكن لو طيب فنحن الان هنا في الكيفي لا كبير هذا مرة فنحن الان هنا في الكيفي معليش اسف القلم موجود بس انه بعيد عني الان - [00:58:42](#)

فنحن الان هنا في الكيفي ننتقل الى الذي بعدها في القلب. الايمان بدون اعمال قلب بدون حلاوة ايمان بدون اعمال قلوب. ضعيف

الرابع الممارسة الايمان بدون ممارسة ضعيف وهناك برنامج خاص في الايمان كيف نتعلم الايمان وكيف نصل الى العمق وكيف نصل الى الجوانب القلبية وكيف نمارس في المواقف - [00:59:28](#)

هذا هو احد البرامج الخاصة اللي تكلمنا عنه الثاني ننتقل الى التعبد تعبد ايضا فيه الكمية الكثافة التعبدية يعني انت كم مرة تقوم الليل؟ كم مرة تصلي النوافل كم مرة تقرأ القرآن؟ كم مرة تذكر الله؟ الكم - [00:59:58](#)

والكم مذكور في القرآن وفي السنة الاكثر والاحسن. كلاهما مطلوب الاكثر والاحسن التعبد يأتي فيها العمق التعبد في الطمأنينة والاداء الصحيح للعبادة في التعبد القلب يأتي الخشوع وحضور القلب التعبد في الممارسة الانتفاع بالعبادة في المواقف. ممارسة - [01:00:17](#)

الانتفاع بالعبادة في المواقف انا التعبد لها برنامج كامل من البرامج الخاصة. وانا من اراد منكم ان يعرف اه يعني يتعلم اكثر في هذا بقناتي في اليوتيوب في سلسلة حلقات اسمها العبادة والنفس - [01:00:39](#)

اسمها العبادة والنفس اه لعلي اه لعلي اه آآ ارسلها لكم اه قبل نهاية اللقاء او اذا احد منكم يدخل الان العبادة والنفس سلسلة من ثمان حلقات كلامنا فيه عن التعبد وان شاء الله نقدم برامج اخرى ايضا في الايمان - [01:00:56](#)

ومثل هذا يقال في الحلال والحرام والاخلاق والنفع العام كل واحدة منها لو لو لو تصورون الشاشة حتى تكون واضحة تكون واضحة لكم ان شاء الله تعالى طيب اه اننا نرجع الى ما كنا فيه في - [01:01:19](#)

ما يتعلق نعم. ما كنا نتكلم فيه عن العلم فهذا هو التدين ويدخل في الكلام عن التدين اشياء كثيرة مثلا يعني ما المطلوب مني ان اصل في العبادة او في الايمان - [01:01:36](#)

هل المطلوب مني اصل في الايمان الى ما يتكلم عنه البعض مثلا من الاشراقات والوصول الى كشوفات لا الان ليس مطلوب مني انا مطلوب ان اعبد الله سبحانه وتعالى على سنة النبي صلى الله عليه وسلم وعمل الصحابة - [01:02:09](#)

بدون بدون يعني بدون خرافات ولا ولا ولا ولا يعني مخالافات واضحة. طيب؟ ما يتعلق العلم والعناية بالقلب يأتي الكلام هنا عما وعدتكم الكلام عنه وهو الارادة الارادة والمحبة - [01:02:25](#)

ما الذي يكون في قلبك من الارادات والمحاب او بالتعبير المعاصر ما الذي يشغل بالك ما هي اولوياتك ما هي اهدافك الاستراتيجية في الحياة ما الذي تفكر فيه كثيرا؟ ما الذي تهتم له كثيرا؟ ما الذي تتمنى تحقيقه؟ وتتمنى زواله؟ هذه الارادة - [01:02:47](#)

ما هي ارادة القلب؟ ماذا يريد القلب؟ ماذا يحب؟ النفس ماذا تريد؟ ماذا تحب والعلماء يقولون الارادة هي مبدأ الحركة يقصدون الارادة هي مبدأ العمل انه بدون ارادة لا يحصل عمل - [01:03:05](#)

ومن المعاني هنا ومن المعاني تعظيم الله والايمان والعبادة في قلبك. هل اصلا الايمان والتدين عظيم في قلبك مهم؟ هل هو مهم اولوية انت هل تنظر الى العبادة والايمان والطاعة بانها جنة من جنات الدنيا؟ او بتنظر لها انها مشقة وتاكلي ويلا خلنا نخلص الى اخره - [01:03:19](#)

وايضا من معاني الارادة والمحبة انه النفس احيانا تريد وتحب وتكره ليس احيانا بل دائما الناس تريد وتحب وتكره وتبغض وتزين وتوسوس وتحسن وتقبح. فالنفس ليست متلقيا سلبيا بل لها ارادة ولها محب - [01:03:46](#)

وبالتالي فانت يجب ان تعرف ان تكون صادقا مع نفسك تعرف هذه الارادة ما يدخل في المحبة والارادة النشاط والاشتياق الى اي درجة الدافعية الداخلية لديك في العبادة والايمان والشوق اليها ومحبة العبادة. يعني نحن نعرف مثلا كثير من الناس ما يستطيع ان يمر عليه ثلاثة ايام اربعة ايام وهو ما قرأ قرآن - [01:04:02](#)

ما يستطيع يعني اذا اذا مضى عليه يوم ما قرأ القرآن يشعر انه فيه حاجة غلط ما يستطيع اذا كان رجلا مثلا ما يستطيع انه ما يصلي في المسجد واذا كانت امرأة ما تستطيع انها يعني يؤذن المؤذن وهي جالسة ويمضي الوقت الساعة والساعتين ما تصلي الا في اخر الوقت او ما تستطيع ما ما تستطيع - [01:04:30](#)

ليس خوفا لا بل محبة واشتياقا. ونشاطا وهناك يعني ممكن ترجعون الى آآ ما كتبه متقدمون فيما يسمى بعلامات المحبة علامات

محبة القرآن علامات من علامات محبة الله ترجعون اليها - 01:04:50

ان شاء الله القاعدة الاخيرة هنا في باب العلم قاعدة الميزان الذاتي او الوزنية النفسية لقد ارسلنا الرسل بالبينات وانزلنا معهم الكتاب والميزان ليقوم الناس بالقسط سورة الحديد. فالميزان والقسط هو الضابط في كثير من الصفات النفسية - 01:05:07

المقصود بالمبورزمية النفسية هي اللي هو الميزان الذي يضبط الانسان من الذهاب الى احد الطرفين وهذا في غالب الصفات النفسية سواء كانت مرتبطة بالايمان او بغير الايمان يعني مثلا القوة والضعف الصبر والجزع. التواضع والدونية - 01:05:30

الكمالية والتهاون الى اخره وفي باب الايمان تحديدا ايضا التشدد اه التساهل وبينهما الرفق. الوسوسة والغفلة يعني هناك وزنات كثيرة في باب في باب الايمان والعبادة من السرعة والاستعجال مع التدرج - 01:05:48

هذه الوزنيات مهمة وستمر علينا ان شاء الله يعني بعد قليل كثيرا هذا يعني باختصار ما اردنا الكلام عنه فيما يتعلق بالعلم وفي باب العلم ايضا قضية مهمة جدا وهذا سنذكره يعني عادة نذكره نحن في في البرامج المتخصصة - 01:06:10

وهو قضية انك تعلم المحتوى موب حنا قلنا انه نحن طريقتنا طريقتنا آآ تركز على الالية اكثر من المحتوى. والمحتوى والمحتوى تذهب تجده عند المشايخ. نعم. فانت الان خلاص عرفت ان العلم ضروري - 01:06:27

ايوة طيب اذا انت لازم ترفع الجهل عن نفسك يجب ان تتعلم الايمان تتعلم العبادة تتعلم كيف تؤدي العبادة تتعلم اركان الايمان واسهل وافضل طريقة لتعلم الايمان هي حديث جبريل عليه السلام. اركان الايمان - 01:06:44

السته وهنا كتب كثيرة مختصرة صغيرة شرحت هذا وهي تكفي تغني عن كثير من الكتب العقيدة المطولة انا اتكلم عن غير متخصصين يعني الايمان بالله وبالرسل وبالملائكة وببقية اركان الايمان - 01:07:03

السته طيب ننتقل الان الى في النموذج نحن الان ننتقل الى الرقم ثلاثة والعمل وفيها كلام كثير العمل هذا ماذا نقصد بالعمل؟ يعني متى تبدأ متى تبدأ البدء بالعمل وهذه الخطوة - 01:07:17

هي من اصعب الخطوات لكنها اهمها لان كثير من الناس يبدأ بالعمل ثم لا يكمل ولذلك مهم جدا تنتبه لنفسك ساشير ان شاء الله هنا الى اشارات سريعة يعني فيما تبقى من الزمن - 01:07:44

الاول مفهوم الترقى السنوي الرمطاني. الترقى السنوي الرمطاني يعني في كل رمضان بعد ان تنتهي حدد امرا او امرين بالكثير وامر واحد او امرين بالكثير كل سنة من الامور الكبيرة - 01:08:05

بتبدأ فيها اما فعلا او تركيا ليش رمضان؟ لانه بداية السنة يعني الشرعية انصح التعبير وهو يكون بعد رمضان والانسان يكون يعني اقرب الى الى الى الايمان والطاعات ومتحفز فاء - 01:08:20

الترقي السنوي لرمضان هذا مفيد مثلا تقول في نفسك تقول في نفسك مثلا انه ان شاء الله انا آآ آآ ازيد خلاص هذه السنة سازيد من قراءة القرآن سازيد من الذكر. سازيد من الصلاة - 01:08:37

سالتحق ببرنامج لارفع الجهل عني في باب العلم سارجع الى سابحت عن برنامج جيد في العقيدة يشرح لي الايمان بطريقة جيدة وسهلة ومختصرة. سأتعلم احكام الصلاة ساتعلم اهم الاحكام الشرعية بالنسبة للرجال او بالنسبة للنساء وهكذا - 01:09:00

ولا لا تكثر على نفسك كل سنة شي واحد او شينين بالكثير من الاشياء الكبيرة رقم اثنين استثمار الفتوحات. والاشراقات الربانية. تعرفون هناك احاديث كثيرة انه لله سبحانه وتعالى اه - 01:09:19

يعني نفحات ربانية في السنة تستعيد من تعرض لهذه النفحات. تعرض يعني هو عرض نفسه لها. ولا هي موجودة فانت اذا وجدت من نفسك وهنا يأتي مرة اخرى الربط بالبصيرة انت اذا لاحظت من نفسك نشاط في العبادة ايوة استثمار هذي النشاط - 01:09:36

استثمر هذا النشاط. حصلت مثلا قضية مات احد توفي احد صار زلزال صارت ازمة. استثمار هذا في وعظ نفسك و استثمار هذه الفرصة في آآ اما ترك بعض الامور التي لا تليق بك - 01:09:57

وسبحان الله يمكن ما يمدينا الوقت نتكلم عن موضوع المعاصي لكن يعني كثير من الناس مثلا عنده اعمال كثيرة ثم ثم فتح وكان يحاول ويجتهد ثم فتح الله عليك رحمه الله وتركها - 01:10:12

ومثله مثلا بعض الناس كان يريد ان يحفظ القرآن ويسوف ويسوف ثم اذن الله تعالى سبحانه الله وانفتح قلبه لهذا. استثمار هذه يستثمر هذه لكن بعض الناس يعيش عمره كله ينتظر هذه الفتوحات لا - [01:10:27](#)

ولن يأتي شيء من السماء كده يعني لمبة كده نجمة تسقط عليك من السماء تمضي عليك السنوات وانت لم تصنع شيئا طيب امر اخر مهم جدا لا تنزع للبدء بالعمل شروطا تعجيزية - [01:10:46](#)

فيها تشدد وتنزع وكمالية ابدأ بالصغير مع التدرج. ابدأ بدايات صغيرة مع التدرج ايضا تجنب استعجال النتائج ايضا كما تكلمنا ابحت دائما فتش في نفسك ابحت عن الدواعي والمحفزات التي تشجعك على البداية في العمل - [01:11:00](#)

اعرف نفسك انت ما الذي يحفزك كيف تخاطب نفسك ماذا تقول لها ما الامر الذي يشجع نفسك اكثر ايضا على الانسان ان يجرب بنفسه ويجاهد ويبذل في اكتساب الصفات تتضمن التدريب والرياضة النفس - [01:11:23](#)

وهناك قضايا كثيرة يعني في في في كيفية العمل في اه في كيفية العمل نذكر منها مثلا دائما الاستعانة بالله لا تثق بنفسك الغربيين يقول ثق بنفسك نحن نقول لا تثق بنفسك ثق بالله سبحانه وتعالى - [01:11:46](#)

ايضا من القواعد المهمة تعامل مع النفس كما تتعامل مع طفلك هذا امر ذكرناه كثيرا استعمل الحيل مع نفسك كم تستعملها مع طفلك يشجعه تصبره تقول لنفسك طيب اصبري شوي وان شاء الله - [01:12:05](#)

نعطيك هذا اه هذا سنؤجله نجعله غدا ايضا قسم العمل الى وحدات صغيرة وانجزها واحدة اخرى ايضا بعد كل عمل حفز نفسك واشعر واشعر بنعمة الله تعالى عليك بالانجاز احمد الله - [01:12:22](#)

هم يقولون في علم النفس الغربي اشكر نفسك كافي نفسك لا يا اخي لا احمد الله تعالى واشكر الله سبحانه وتعالى واروح عن نفسك ساعة وساعة هذي هي طريقتنا وحنا نحن نقول نحن نقول ايش يعني احمد الله واشكره وروح عن نفسك ساعة وساعة - [01:12:39](#)

ايضا استعمل الجداول اذا كنت ممن يحبون الجداول استعملها اذا كانت تعينك على التنفيذ لكن لا تعقد الجداول كثيرا ايضا احسن ادارة الزمن احسن ادارة الزمن. ايضا اجعل الهدف النهائي نصب عينيك منذ اليوم الاول - [01:12:58](#)

مثلا حفظ القرآن قيام الليل الى اخره الحجاب ترك المحرمات. لكن لا تستعجل في الوصول اليه ايضا تعامل مع الاخفاقات بحكمة اذا اخفقت وفشلت لا تفرغ نفسك كثيرا لانه من المهم مراعاة الطبيعة البشرية الضعف - [01:13:17](#)

وهنا يأتي الكلام عن الرفق بالنفس والقسوة عليها يعني بين الرفق وبين القسوة لا لا يعني المطلوب هو الرفق وليس عفوا عفوا بين التشدد والقسوة. المطلوب هو الرفق وليس دود - [01:13:41](#)

ما كان الرفق في شيء الا زانه. ايضا تنتبه للفتور والملل اذا جاءك فتور الملل كيف تتعامل معه ايضا اذا انقطعت عن العمل وهذا كثير كثير ما يحصل. يبدأ الانسان ثم ينقطع مع الغفلة فلا ينتبه انه انقطع الا بعد فترة طويلة يقول اه والله فعلا انا - [01:13:54](#)

من زمان ما ما حافظت على السنن الرواتب او انا من زمان ما انا لي سنتين وقفت عن عن مراجعة حفظ القرآن او انا لي فترة يمكن سنتين ثلاث سنوات ما دخلت برنامج علمي - [01:14:13](#)

هذه فهذه مهمة. وايضا من القضايا القواعد المشهورة جدا وهي اصلها في الحديث النبوي لا تكن كالمنبت لا ارضا قطع ولا ظهر ابقى ايضا من القضايا الموازنة بين اصحاب الحقوق اعطي كل ذي حق حقه - [01:14:31](#)

اي حتى الايمان والعبادات والطاعات يجب ان لا تؤثر على الحقوق الاخرى ايضا لا تستعجل المكاسب النفسية من الايمان والعبادة هذي قضية مهمة لكن يمكن الوقت ما ما يسعى للحديث عنها. لا تستعجل المكاسب النفسية. بعض الناس يعني يدخل في الايمان والعبادة وهو يبحث في الحقيقة عن - [01:14:47](#)

الراحة النفسية والسرور النفسي والطمأنينة والسكينة والراحة وهذي موجودة وهي من الوعود الربانية لكن لا تستعجل هذه الامور لسرور النفس والطمأنينة والسكينة تأتي شوي شوي حبة حبة تأتيك مع الزمن - [01:15:09](#)

وكلما نقي القلب اكثر وصفاء النفس وجلت الروح اكثر ومع الدوام العبادة والطاعة تأتي. فهي نتيجة لجهد وعمل مستمر وليست نتيجة وليست هي نتيجة فورية مباشرة تصلي ترتاح نفسك مباشرة - [01:15:30](#)

طيب ومن القضايا المهمة من المفاهيم المهمة مفهوم المجاهدة وجاهدت النفس انه انت يجب ان تجاهد نفسك مجاهدة النفس تعريفها تعريفها هو الجد والاجتهاد وبذل الوسع فيما في فعل ما ينفع النفس وترك ما يضرها حالا ومآلا في الدين والدنيا - [01:15:47](#) يا الجد والاجتهاد وبذل الوسع في فعل ما ينفع النفس وترك ما يضرها حال ومآلا في الدين والدنيا و المجاهدة مبنية على انه كثيرا من افعاله ليست ناشئة فقط - [01:16:06](#)

عن قناعات خاطئة كما يقول المعرفيون لا انما من عقبات نفسية تمنعنا من تطبيق ما نعرف انه صحيح الهوى والكسل والعناد والكبر والاعراض وغيرها. ولذلك لا بد من المجاهدة - [01:16:24](#) ونهى النفس عن الهوى طيب النموذج الرابع نموذج تهيئة المحل القادم وهذا النموذج انا سأعطيك العناصر فقط وسأحيلكم على اظن الحلقة الثالثة او الرابعة من حلقة العبادة والنفس كلها اه تقريبا ربع ساعة تكلمنا عن تهيئة المحل القابل - [01:16:37](#) سلسلة العبادة والناس في البيوتوب اظنها الحلقة الثالثة او الرابعة بتهيئة المحل القابل لو تنزل الاخوات في البرنامج بحيث انهم تكون يعني مادة مكملة لهذه لهذا اللقاء. لكن باختصار ماذا نقصد بتهيئة المحل القابل حتى نحفزكم؟ حتى نحفزكم على الرجوع لهذه الحلقة - [01:17:07](#)

حتى نحفزكم للرجوع لهذه الحلقة هي يعني هيئة المحل القابل فكرتها انه يعني هذا الكلام الذي قلناه او يقوله المشايخ او العلماء او الى اخره يصل الى الناس لكن الناس سبحانه الله يتفاوتون كثيرا في - [01:17:32](#) ما يترتب على ذلك من العمل والعلم والى اخره ليس كل الناس ليس كل الناس اذا استقبل العلم الصحيح والنصيحة انتصح بها هذا يدل على ان المعلومة نفسها ليست مع انها كان متطابقة لدى الجميع - [01:17:49](#) لكن المستقبل مختلف. المستقبل هو المحل القابل والقرآن له تصنيفات كثيرة منها التصنيف المشهور هذا الرباعية المشهورة الموتى والصم والعمي والمؤمنون مرتين بنفس النص في سورة الانبياء وفي سورة اه - [01:18:07](#)

الروم اظن وهناك قسمة اخرى مشهورة في سورة قاف ان في ذلك لذكرى لمن كان له قلب او القى السمع وهو شهيد. فاذا هناك شروط هذا معنى تحية لمحل القادة ان ان تجعل قلبك محلا قابلا - [01:18:34](#) بمثل هذه المواعظ والنصائح والتزكية ان يكون له قلب والقى السمع. طيب فله قلب يعني قلبه صافي مستعد للعبادة والايمان. القى السمع يعني بذل الجهد وهو شهيد؟ هل هذه في درجة الشهود - [01:18:56](#)

وهي واحدة من درجات العلم ونتكلم عنها عادة حينما نتكلم عن البرنامج الخاص فيما يتعلق بالايمان وورد حديث عن النبي صلى الله عليه وسلم ايضا فيه قسمة. يقول ان مثل ما بعثني الله به - [01:19:18](#) من الهدى والعلم كمثل غيث يعني مطر اصاب ارضا. ثم ماذا يقسم الناس؟ فقال الطائفة الاولى طائفة طيبة قبلت الماء فانبتت الكلب الكلاً والعشب الكثير الطائفة الثانية اجادب يعني ارض قاحلة امسكت الماء لكن ما املكت شيء - [01:19:33](#)

الطائفة الثالثة اعوز بالله واصاب منها طائفة اخرى انما هي قيعان لا تمسكوا ماء ولا تنبت كلنا ومن المصطلحات المهمة التي تتكرر كثيرا عند علمائنا مصطلح الخارج يقولون صلاح الخارج - [01:19:53](#)

يعني ما ما يقصدون بالخارج الداخل هو داخل نفس الخارج هو مخارج النفس. الخارج يعني حياتك العامة المقصود بذلك ان طريقتك في الصلاة وقراءة القرآن والعبادة والايمان هي عموما تعكس اصلا مستواك في الحياة العامة - [01:20:10](#) تعكس مستوى تدينك العام يعني ما تحصله انت من الايمان والعبادة هو انعكاس بحياتك العامة ولمستوى تدينك في الجملة طيب كيف يجعل قلوبنا طيب محلا قابلا؟ كيف نصلح الخارج ايوا ساذكر الان العناصر تعدادهم فقط وترجعون اليها ان شاء الله انتم في هذه الحلقة - [01:20:26](#)

اولا الانتباه للعوائق والحجب تجعل القلب محلا غير قابل وهي المدخلات كما يعبر المعاصرون الثاني الانتباه لميلينات القلب. ما يلين القلب فتكثر منها البيئة والصحة اثر نمط حياتك الديني عموما التقوى والمعاصي والذنوب - [01:20:47](#) حركة القلب التشوق الاشتياق والرغبة الجادة والعزيمة الداخلية اللاحاح بالدعاء التخلص من امراض القلوب الحاجبة. قال الله تعالى

ام على قلوبنا اقفالها بل قلوبهم في غمرة القرآن تكلم كثير عن هذا طبع على قلوبهم قلوبهم في اكنة - [01:21:16](#)
ختم على قلوبهم وامراض النفوس وامراض القلوب الحاجة كثيرة وانا صنفتها الى خمسة اصناف هناك امراض قلوب مرتبطة بالله
مثل الكبر والعراض اعوذ بالله. وهناك امراض مرتبطة بالدنيا. تتعلق بالدنيا تقديمه على الآخرة. هناك امراض مرتبطة بالناس مثل
الخصومات - [01:21:42](#)

والحسد والحقد هناك امراض مرتبطة بالشبهات كثرة الشبهات والايادات والعقلانيات والجدل امراض مرتبطة بالشهوات الانغماس
في المحرمات الجنسية والمحرمات السماعية والمحرمات النظرية ومحرمات الملبس والمأكول والمشرب الاخير فيما يتعلق تهيئة
المحل القابل مجاهدة النفس - [01:22:03](#)

ويدخل في هذا التخفف من المشغلات الزائدة كل ما تخففت احسن بشرط مع المحافظة على الوزنية. لا توسوس لا تكن متشدد والرب
مع الرفق بالنفس شوي بنفسك شوي بنفسك - [01:22:31](#)
ايضا ان جسدك عليك حقا. هذا هذا جزء من حديث عن النبي صلى الله عليه وسلم ان لجسدك عليك حقا وهنا الثلاثية طيبة مشهورة
اللي هي الاول النوم الصحي وعدم السهر - [01:22:45](#)
يا اخي يا اخي يجب ان تعين جسدك حتى يستطيع ان يصلي اذا كان الجسد مرهق ما يستطيع ان يصلي ولا يقرأ قرآن ولا يذكر الاول
النوم الصحي وعدم السهم - [01:22:57](#)

الثاني الاكل الصحي ترك الاغذية الضارة. الثالث النشاط واللياقة البدنية بارك الله فيكم. الاخير الان الصفات النفسية الصفات النفسية
ماذا نقصد نقصد ان انت كما قلنا نحن في البصيرة في النفس انه في النهاية نفسك هي اللي هي التي ستنفذ - [01:23:08](#)
طيب هذه النفس يجب ان تكون فيها صفات هل تستطيع ان تنفذ ما هي الصفات المهمة اهم صفة الصبر الصبر ولذلك لازم تدخل
نفسك في برنامج وتعود نفسك على الصبر - [01:23:29](#)

اثنين علو الهمة علو الهمة صاحب الحمى الدينية ذا ما ما يترقى ايضا عدم اليأس التفاؤل انتظار الفرج عدم الاستعجال القوة القوي
الامين العزيمة التخلص من الكسل والتسويق وهناك كلام كثير في موضوع العزيمة والتسويق - [01:23:50](#)
يعني باختصار باختصار اذا اردت البدء بعمل مهم ابدأ من الايادات الارادة اولا فتش في قلبك عظم في قلبك هذه الفضيلة وهذا هو
الذي يفسر ليش العلماء دائما يتكلمون عن الترغيب والترهيب والترهيب ليس عبثا انه لانه هذا متطابق مع النموذج الذي
عندهم - [01:24:29](#)

النموذج اللي عندهم يقول اهم شيء القلب ابدأ بالقلب عظم هذا الامر في القلب اثنين الصدق مع النفس والصرامة معها يا اخي اعرف
بالضبط ليش انت تسوف بعد ان تؤخر الامور لماذا ان تؤخر؟ اجلس مع نفسك. ولن يستطيع احد غيرك ان يفعل هذا - [01:24:50](#)
اعرف ما الذي يمنحك حقيقة؟ ثم عالج هذا الامر منك ثلاثة الترغيب والترهيب والاستعانة بالله والدعاء اربعة التنويع مع النفس مر
التشجيع ومرة اه اه التحفيز ومرة اه يعني لوم - [01:25:08](#)

خمسة الاستدراك ولو طال الزمن نحن نعرف اناس لم يبدأ في حفظ القرآن الا بعد الاربعين او بعد الخمسين او بعد الستين ستة دائما
حدد نقطة الصفر يسمونها في بالحروب العسكرية وغيرها ليلة الاسناد - [01:25:30](#)
يعني هي الليلة التي يكون بعدها اليوم الاول من المشروع هذه الساعة هي من اهم الساعات احرص عليها ايضا من الصفات النفسية
المهمة ضبط النفس ضبط النفس في الثلاثية ثلاثية الشهوات والانفعالات والتصرفات - [01:25:51](#)

كلما كنت قادر على ضبط نفسك في هذه الثلاثية الشهوات والانفعال والانفعالات والتصرفات صارت نفسك البين لك اما اذا كنت انت لا
تضبط نفسك في الشهوات ولا تضمن ولا تضبط نفسك في الانفعالات - [01:26:12](#)
ولا تضبط نفسك في التصرفات تصبح النفس عنيدة صعبة القيادة ما تنقاد لك لا في خير ولا في شر طيب بهذا نكون الحمد لله انهيها
يعني ما اردنا الحديث عنه - [01:26:29](#)

والموظوع طال حقيقة ولا ادري ان شاء الله انه ارجو انه كان مفيدا لكم آآ وجزاكم الله خيرا اذا كان هناك يعني اسئلة او او نقفل كما

كما ترون المحادثة قصدك طيب - 01:26:48

آآ طيب اه الاخت سألنا النرجسية يعني ما معنا علاقة فيه نسأل عن النفس الطيبة ان شاء الله سينزل باذن الله تعالى ان شاء الله اه الاخت تقول ما هو الهوى الذي لا يمكن لصاحبه ان ينتبه عليه؟ كثير - 01:27:09

اكثر الهواء خفي ليش انت ما قبلتي النصيحة؟ ليش ليش انت مثلا متأخرة في في صلاة الفجر؟ جدي متأخرة في الحجاب مش انت متأخرة في مشاهدة المحرمات او سماع المحرمات - 01:27:29

ليش انت متأخرة في الخروج من الرفقة السيئة ليش في شي في شي في شي في شيه الاخت هنا تقول طريقة النصح والله يا اختي انا نصيحتي لك لا تهتمين بطريقة النصح - 01:27:52

النصيحة ركزي على النصيحة اذا اخطأ هو في طريقة النصح انت لا تخطئين في في رفضها اذا كانت حقا اذا هو اخطأ ولم ينصح بطريقة صحيحة. كما قال الله تعالى عن نبيه - 01:28:11

لو كنت فضا غليظ القلب لانفضوا من حولك. صحيح. لكن انت لا تنفضين. لا تنفضين عن الحق لان آآ الحق جاءك من آآ عن طريق شخص لم يحسن بما هو لك - 01:28:25

اقبله لان المصلحة لك الاخت هنا تقول لمن ابتليت بادمان المسلسلات والافلام اما هربا من نفسه التي دخل بها جادته او هرب من الآخرين اي نعم اي نعم. يعني كثير من يقع في هذه الاشياء المحرمة - 01:28:36

هو يقع فيها بل انه لا يعرف كيف يتصرف مع نفسه يعني الاخت هنا تقول ان بعض الناس يفعل ذلك لانه لا يريد ان يجلس فارغا. اي نعم صحيح طب واحيانا يفعل ذلك لانه يهرب من الآخرين. صحيح - 01:28:56

او يفعل ذلك لانه متضايق زعلان طفشان فيعني يهون على نفسه الوقوع فيما حرم الله يعني كأنه يقول يلا انا مسموح لي لا كيف مسموح لك فانت اذا انتبهت لنفسك عرفت لماذا انت فعلت ذلك - 01:29:13

هذا يساعدك على ان تقول لنفسك لحظة لحظة طيب انت الان لا تريد ان تخلين بنفسك. تعالي دعينا نعالج هذا الامر اصلا. ليش انت لا تحبين الخلاء بالنفس اه والله انا اذا خلوت بنفسي اه افكر كثيرا واجدد نفسي كثيرا وطيب عالجي هذا - 01:29:29

او اشغلي نفسك بشيء مباح او شي فاضل طيب الاخت هنا تقول الجدول اه الجدول قبل قليل طيب اعرضه الان لا بأس اه طيب الجدول طيب آآ دكتور في سؤال عالخاص انه كيف ممكن الواحد يتواصل مع حضرتك بشكل خاص - 01:29:47

اه كيف ممكن نبعت لهم يعني يعني اذا كان عيادات عن طريق العيادة اذا كان استشارات عامة فيعني عن طريق الإيميل آآ طيب الاخت هنا تقول الكلام مفيد طيب الحمد لله طيب آآ - 01:30:29

طيب الاخت تقول انه اذا كان الشخص يواجه صعوبة في ضبط انفعالي مع الناس لسوء تصرفهم فيقوم باعتزاله هل هذه مخادعة؟ هذه ام المخادعات الهروب حتى الغرييون يسمونه التجنب والهروب - 01:30:48

هو يعني لانه عجز عن ضبط انفعالاته مع الناس خلاص يقول بلاش ما اروح لا يا اخي اذهب الى الناس وعالج نفسك الاختنا تقول هل الوسواس بتشنجات في الرجلين او رجة او كذا - 01:31:02

بس ما له علاقة السؤال لكن يجيب عنه نعم اذا الوسواس يصاحبه توتر احيانا. فالتوتر ليس الوسواس الذي يسببه. التوتر المصاحب للوسواس احيانا يسبب خوف وخفقان والى اخره طيب اه - 01:31:22

الاخت لا تقول اي عيادة؟ نعم انا عيادتي حاليا منصة منصة رقمية عن بعد منصة لبيه وقريبا ان شاء الله سنفتح منصة خاصة بنا اسمها منصة سكينه خلال شهر ان شاء الله. بارك الله فيكم حتى نلتزم بالوقت الذي وعدناكم به - 01:31:36

اه نقول جزاكم الله خيرا والسلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته - 01:31:52