

# لقاء مع الشباب (قواعد في تغيير النفس للأفضل) حسين

عبدالرازق

حسين عبدالرازق

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته الحمد لله رب العالمين وشهاد ان لا اله الا الله وحده لا شريك له وشهاد ان محمدا عبده ورسوله  
اللهم صلي على محمد وعلى آل محمد كما صليت على آل ابراهيم انك حميد مجيد - 00:00:00

اللهم بارك على محمد وعلى آل محمد كما باركت على آل ابراهيم انك حميد مجيد آآ نبدأ باذن الله تبارك وتعالى واحنا في اللقاء  
الثاني آآ من الاستعدادات قبل شهر رمضان المبارك - 00:00:23

ان يكون الموضوع الاول عن آآ الوقت والحكمة في التعامل مع الوقت واخترت ان يكون الموضوع الثاني آآ بخصوص آآ اعني على  
نفسك. يعني مش عارف الصوت موجود ولا لا الاول - 00:00:39

حد يشوف الصوت كده يا شباب هل الصوت مسموع طيب آآ احنا هنتكلم ان شاء الله النهاردة اه عن موضوع مهم جدا كتير من  
الشباب وكتير من الناس عموما آآ حابب ان احنا نتكلم فيه وهو موضوع تغيير النفس - 00:00:56

انا حبيت ان انا اعمل له عنوان اعني على نفسك لان آآ هنعرف ايه سبب آآ العنوان ده احنا عندنا ان شاء الله النهاردة مجموعة امور  
مهمة جدا هنتكلم فيها - 00:01:24

هنتكلم يعني ايه شباب؟ ايه هي اهم الخصائص اللي موجودة عند الشباب آآ هنتكلم فيها عن آآ ان كل شاب له آآ نقاط ضعف وكل  
شاب له مفتاحه اه هنتكلم فيها عن تغيير النفس هل النفس محتاجة ان هي تغير وهل النفس تقدر انها تغير - 00:01:37

هنتكلم عن ايه هي الجوانب اللي انا محتاج ان آآ انها تتغير في حياتي آآ هنتكلم كمان عن آآ لما زا يجب علي دوما ان انا آآ احسن من  
نفسي او آآ اغير من نفسي للافضل - 00:01:59

آآ هنتكلم ان شاء الله عن اهم الحاجات او العقبات اللي آآ بتحول بيني وبين ان انا احقق اللي انا نفسي فيه او اعمل التغيير اللي انا  
عايزه ونتكلم عن نقطة مهمة جدا وهي ان تغيير النفس الذي نطلب كمسلمين - 00:02:15

ليس هو مجرد تحقيق النجاح او احراز الهدف وانما آآ نحن نريد ان ننجح ونرضي الله تبارك وتعالى. يعني نحن نريد ان يكون آآ  
نجاحنا لوجه الله لا شك ان المسلم حينما يقصد موضوع النجاح فهو ينظر اليه من زاوية تختلف تماما عن غير المسلم او عن العلماني  
او عن - 00:02:32

الكافر بشكل عام الذي آآ لا يبتغي الله ولا الدار الآخرة. فلا شك ان نظرة المسلم لتغيير نفسه آآ نظرة خاصة جدا تختلف عن آآ اي  
شخص اخر فلذلك احنا سنتكلم عن معنى تزكية النفس. وهو المعنى الشامل لاصلاح النفس من كل الجوانب - 00:02:57  
آآ حينما نتكلم عن الشباب آآ الشباب يعني ايه؟ الشباب يعني آآ قلة خبرة الشباب يعني طاقات الشباب يعني شهوة وهو. آآ الشباب  
يعني آآ آآ الشباب يعني اندفاع يعني آآ - 00:03:18

قدرات وموهاب آآ في مشكلات كثيرة بتقابل الشباب لكن هنحاول هنا ان شاء الله ان احنا نبين آآ ازايم ممكن الشاب يستعين بالله  
ويتغلب عليها ان شاء الله عايز اقول ان من الامور المهمة جدا ان كل شاب عنده نقاط ضعف - 00:03:40  
في واحد مثلا آآ عنده شهوات مسيطرة عليه اه في واحد عصبي جدا في شخص فاهم الدين غلط منعزل وما يواجهه العالم. في  
شخص ضعيف. في شخص كسلان اه في شخص اه حسود وعنه شح نفس بيكره الخير للناس - 00:04:00

كل شاب من دول عنده مشكلة المشكلة دي مخلية محجوز عن انه ينطلق في ميدان الخير او النجاح لأن كل واحد عنده مشكلة المشكلة دي ما دام هو انسان عايز يصلح من نفسه بيشعر ان المشكلة دي نقطه ضعف فيه - 00:04:22

هل الانسان هل كل شاب يحتاج يعني آننمط واحد من الاصلاح او من النصيحة لأكل شاب له مفتاحه في شاب يحتاج انك انت تبت الثقة فيه. تدي له ثقة انه قادر. فيه شاب يحتاج انك انت تعلي همتة. فيه شاب يحتاج انك انت تقلل من - 00:04:41  
مروره بنفسه في شاب تاني آن يحتاج انك تفهمه الدين صح لأن هو فاهم الدين غلط في آن شاب تاني آن بيحب الجدال وبيتكلم اكتر ما بيعمل. آن في شاب تاني عنده شهوات آن تعياه جدا ومارقاوه مخلية - 00:05:02

مخرج من نفسه مش قادر يعمل حاجة مش قادر يقرب من ربنا.انا نفسي قبلت عدد كبير جدا من الشباب وكان الشباب بيحبوه يعني يفتحوا قلبه معه ونتكلم وندرس. كتير منهم كانت عنده النقطة دي. حاسس انه مخرج من ربنا مكسوف من ربنا انه يعمل حاجة مش - 00:05:19

مش قادر يحفز القرآن مش قادر يطلب علم مش قادر يصلی بالناس جماعة مع انه حافظ القرآن عنده آن زنوب معينة مخلية  
مخرج فلذلك كل شاب من الشباب يحتاج طريقة معينة خاصة في الاصلاح - 00:05:37

هذا يحتاج الى موعظة وهذا يحتاج الى بث الثقة هذا يحتاج الى ادلة لأن عنده شكوك. آن هذا يحتاج الى مجموعة آن يعني ترفع من همتة وتشجعه على الخير خلاصة هذه الفكرة ان لابد ان يكون هناك اهتمام خاص بشباب المسلمين - 00:05:55  
وهذا الاهتمام ينبغي ان يكون من خطوات مهمة. ان ان نشعر ان قضية شباب المسلمين قضية اولية مركبة في حياة آن الدعاة وطلاب العلم والمصلحين. الامر الثاني لابد من الاحتواء لابد ان نسمع للشباب لابد ان نعيش واقعهم حتى نعرف كيف يفكرون ما هي العقبات التي تواجهه - 00:06:18

ما هي طموحاتهم حتى نقدم لهم خطاباً يناسبهم؟ انا مسلا كنت في بعض البلدان كنت اجد مثلاً خطيباً يكلّم ناس عايشين مثلاً في ستوكهولم مثلاً او في او في تركيا او في المغرب او في اي بلد او في السعودية - 00:06:38  
آن الداعية يكلّم الشباب باشياء لا يعيشها الشباب. والشباب في وادي وهو في وادي اخر. فده جزء كبير جداً من المشكلة التي يعيشونها. وبالتالي شاب بيطلب اه حاجته عند غير المسلمين. او المفروض ان هو يطلب الحاجة يعني عنده مشكلة خاصة بالدين. مفروض ان هو يفتح قلبه - 00:06:55

قولي اي واحد من الشباب الذين يثق فيهم من الدعاة او من طلاب العلم او حتى شخص عنده رأي بحيث ان هو يتداول معه الحوار فكنت اجد هذه مشكلة كبيرة - 00:07:15

ان الرجل يقدم خطاباً للشباب ما لو شعراً علاقتهم تماماً بالواقع اللي هم عايشينه فلازم يكون فيه سماع للشباب لازم يكون فيه آن علم بالعقبات التي يواجهونها بيفكرروا في ايه؟ ما هي التحديات التي - 00:07:25  
فلذلك انا وجدت ان منهج الاسلام في اصلاح الشباب منهجه يقوم على ثلاثة امور مهمه جداً الامر الاول هو الرحمة والامر الثاني هو الحجة والامر الثالث هو الحكمة الرحمة هي التي تجعلك تهتم بقضية اي مسلم. طفلاً كان او اباً او اماً او فتاة او شاب - 00:07:42  
الحجّة هي البينات التي تطمئن قلب الشاب. لما تقوله. والامر الثالث هو الحكمة. الحكمة ان تختار لكل شاب ما يناسبه ولذلك ان شاء الله سيكون موضوعنا في في في هذه الحلقة عن الحكمة في تغيير النفس - 00:08:07

هنتكلم فيها عن مجموعة نقاط مهمة جداً ارجو ان هي ستكون آن مهمة للشباب لكن احب ان ابدأ بحديث جميل جداً اه يجعل الشاب اذا كان الشاب يعني مكسل انه يصلح من نفسه فانا اظن ان الحديث هذا سيجعله الشاب يغير من نفسه - 00:08:27  
قال النبي صلى الله عليه وسلم سبعة يظلمهم الله في ظله يوم لا ظل الا ظله. ذكر منهم شاباً نشأ في طاعة الله لماذا في هذا اليوم العصيب يوم القيمة الله سبحانه وتعالى يخص الشباب بهذا الثواب الكبير. ليه - 00:08:47

لان الشاب عنده قدرات وعنه شهوات عنده اهواء وهو قادر على ان يفعل هذه الاهواء فاذا كان مع ذلك ينهى نفسه عن الهوى ويجر نفسه للعمل بطاعة الله يبقى هذا الشاب يستحق التقدير والجزاء. والله سبحانه وتعالى شكور. فمن هنا كانت هذه - 00:09:07

انطلاقه كيف انهى نفسي عن الهوى يعني الهواء الذي لا يرضي الله. وهذا على فكرة لا يحصر في المعاصي. لا حتى الكسل. حتى الحسد. اي شيء لا يرضي الله. واي شيء - [00:09:32](#)

يبعدني عن النجاح لابد ان يكون قويا ان انا امنع نفسي عنه وفي الاتجاه الآخر كيف احمل نفسي على ان افعل ما اطلب. او ان احقق ما اريد فاحنا لو وجدنا لو نظرنا في القرآن حينما تكلم عن كلمة التغيير - [00:09:47](#)

التغيير بمعنى التحويل او التبدل. يعني التغير من حال الى حال الله سبحانه وتعالى قال وذلك بان الله لم يكن مغيرا نعمة انعمها على قوم حتى يغيروا ما بأنفسهم والآية الاخرى ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم - [00:10:05](#)

آآ الآياتان يعني نزلتا في سياق الكفار الذين اعطاهم الله نعما فلم يشكروها ولم يستعملوها في طاعة الله. فالله سبحانه وتعالى ابتلاهم. ثم اهلکهم لكن هذه الآيات يمكن ان يخرج منها بمعنى عام - [00:10:25](#)

وهو ان الله سبحانه وتعالى يعطي العبد نعما ويسأله ماذا فعل في هذه النعم. يعني ربنا سبحانه وتعالى اعطاك قوة واعطاك عقلًا واعطاك قدرات ومواهب واعطاك عمرًا وآآ بعث اليك رسولا وآآ عندك مثلا من ينصحك ومن يدلك كل هذه النعم اما ان تعتبر بها - [00:10:45](#)

اما ان تعمل بها فتشكر نعمة الله فالله سبحانه وتعالى يزيدك واما ان تكفر هذه النعمة يعني لا تشكرها. ولا تستعملها في طاعة الله. يبقى خلينا نبدأ هنا من هذه الفكرة - [00:11:09](#)

ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم الله سبحانه وتعالى على كل شيء قادر وهو المدير. لكنه سبحانه وتعالى ربط الاشياء بأسبابها فربنا سبحانه وتعالى بين ان العبد مسئول عن فعله. يعني انت كأنسان شاب مسؤول عن فعلك لست مجبوا عن فعلك. كل حاجة انت - [00:11:23](#)

مبر علىها لا تحاسب علي. من امك؟ من ابوك؟ اين ولدت؟ كل هذه الامور اللي خارجة عن افعالك فانت لا تحاسب عليها يبقى اذا انت تحاسب فقط على ما تعلمه وما انت قادر عليه وما انت مختار فيه - [00:11:47](#)

يعني آآ حد كاتب آآ اه لا حد بيسلم على حد اه يا ريت نخلي التعليقات خاصة لو حد عنده سؤال او حاجة خاصة بالموضوع او بعدين السلامات دي بقى براحتكم انت في رسائل خاصة يعني - [00:12:03](#)

فلو احنا اتكلمنا عن موضوع التغيير الله سبحانه وتعالى قال ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم وادا اراد الله بقوم سوءا فلا مرد له الله سبحانه وتعالى وان ذكر هذه الآية في آآ سياق آآ - [00:12:20](#)

انه غير آآ ما بالناس من نعمة يعني حوله الى نعمة والى اهلاك لكن مع ذلك يمكن ان نفهم من هذه الآية معنى مهم جدا. وهو ان العبد مسئول عن فعله. الانسان قادر على التغيير والانسان - [00:12:37](#)

آآ له قدرة وله مشيئة والله سبحانه وتعالى لا يظلم الناس شيئا. يعني ايه لا يظلم الناس شيئا؟ يعني هذا هو الذي بينه النبي صلى الله عليه وسلم. فاما من اعطى واتقى وصدق بالحسنى فسني - [00:12:54](#)

يسره لليسرى. واما من بخل واستغنى وكذب بالحسنى فسنيسره للعسرى. يبقى اذا لكل وجهة هو مولتها فاستبقوا الخيرات. يبقى الفكرة الاولى ان النفس تتغير. دي الفكرة الاولى وان الانسان قادر على تغيير نفسه ان شاء الله - [00:13:09](#)

والامر الثالث ان الانسان قد يغير نفسه للاسوأ وقد يغير نفسه للافضل. يبقى دول تلات مقدمات مهمة جدا لابد ان نبدأ منها يبقى الله سبحانه وتعالى بكل شيء علیم وعلى كل شيء قادر وما تشاوون الا ان يشاء الله - [00:13:31](#)

لكن مع ذلك الله سبحانه وتعالى لا يجرك على شيء بل بالعكس لو الانسان كان مكرها فالله سبحانه وتعالى يعفو عنه. لو الانسان كان عاجزا الله سبحانه وتعالى قال فاتقوا الله ما استطعتم. يبقى اذا الانسان - [00:13:50](#)

مسئول عن عمله. وهذا هو معنى قول الله تبارك وتعالى ونفس وما سواها فالهمها فجورها وتقوتها قد افلح من زكاها وقد خاب من دساها يبقى خلينا نرتب الافكار كده عشان ندخل في الفكرة الاساسية وهي فكرة تغيير النفس - [00:14:04](#)

المقدمة الاولى ان النفس تتغير وان الانسان قادر على تغيير نفسه وان الانسان قد يتغير من الحال الكويس للحال السيء. كان انسان

محترم المحافظ على الصلاة وكان محافظ على الفرائض كان بيترك آآ النظر للمحرمات. كان بيتفقى الله لكنه بعد كده خلاص بقى

انسان مش كويس ترك الصلاة - 00:14:26

الصلاه. بقى مثلا يشاهد اشياء محمرة. بقى يفعل اشياء حرام. بقى يكسل عن عمله. خلاص. هو كان عايش حال كويس لما كان كويس لما تغير تغير حاله العكس ممكن يكون انسان بنت مثلا فتاة كانت كاشفة شعرها وكانت بتعمل اشياء محمرة كانت بتمشي مع ولاد او بتعمل اشياء - 00:14:49

محمرة. فكانت في حال سيء. وبعد كده تركت هذه الامور وبدأت يعني تخاف من ربنا وتتقى الله وتحافظ على فرائضها وتلبس حجابها. وآآ تحاول تحقق اهداف نافعة تتعلم قرآن تعلم ابناءها اي شيء نافع - 00:15:12

يبقى الانسان ممكن يغير نفسه من الشيء الكويس للشيء الوحش ومن الشيء الوحش للشيء الكويس من القوانين المهمة جدا بقى انك تعرف ان الله سبحانه وتعالى آآ هو الذي بيده الامر - 00:15:28

يعني ما يفتح الله للناس من رحمة فلا ممسك لها. وما يمسك فلا مرسل له من بعده. يعني ايه يعني وانت بتغير نفسك ايها ان تعتمد على نفسك او تتكل على نفسك. وهذه وهذا اول نقطة يختلف فيها المسلم مع غير المسلم - 00:15:43

غير المسلم لا يعتمد على الله ربما يكون كافرا او مشركا او لا يعبد الله. وهو بغير نفسه لا يهتم بان يتوكل على الله. لأن المسلم يعلم انه ما به من نعمة فمن الله - 00:16:03

وان الله سبحانه وتعالى بيده خزائن كل شيء. اذا قال للشيء كن فيكون. ومن يشاء الله يضلله ومن يشاء يجعله على صراط مستقيم يبقى احنا اتفقنا ان الانسان قادر على التغيير. لكن من الذي بيده الامر؟ الله سبحانه وتعالى. هل هذا له دلالات؟ انك تعرف ان ان - 00:16:19

تغيرك بيكون باذن الله وبمشيئة الله. هل له دلالات؟ نعم الدلالة الاولى كثرة الدعاء. عايز تغير نفسك من اي شيء هو التغيير النفسي بيكون ايه يا شباب؟ في حاجة من الاثنين. اما عندك عيوب عايز تخلص منها. او في حاجات ناقصاك نفسك تزودها - 00:16:39

عندك عيوب بتغتصب كتير او مثلا بتطلق نظرك في المحرمات او بتتشتم او بتعتاب آآ او كسان آآ او العكس آآ قصر في الصلوات. آآ نفسك تتعلم قرآن. نفسك تمارس رياضة. نفسك تنقص وزنك. آآ نفسك تطلب علم - 00:16:58

يبقى انت اما شيء عايز تضييفه لبرنامج حياتك او شيء عايز تخلص منه. الاثنين دول انت تحتاج فيهم لربنا تبارك وتعالى. ليس فهناك شيء آآ لا تحتاج فيه الى الله - 00:17:17

يا ايها الناس انتم الفقراء الى الله والله هو الغني الحميد. طب انت فقير الى الله في ايه في كل شيء ولازم تفهم ان اي شيء تستغنى فيه عن ربنا لابد ان تتعاقب. ان الانسان ليطغى ان رأه استغنى. واحنا شاييفين ان الكفار اللي هم - 00:17:31

يعني آآ استعلوا وبغوا. وزي ما بال المسل اللي احنا بنقوله يعني اتارنوا واتکروا. الله سبحانه وتعالى يذلهم ويبيّن ضعفهم ويبيّن عجزهم ويبيّن افتقارهم رغمما عنهم. حتى لو هم ما اعترفوش لكن هذا حالهم - 00:17:49

المؤمن في حينما يريد ان يغير نفسه لا يمكن ان يغيرها من منطلق الاعتماد على النفس. لأن الاول استعن بالله ده الاول. والثاني والا تعجز يعني لا تقصير في الاخذ بالأسباب - 00:18:06

يبقى هذه فكرة مهمة جدا طيب الفكرة الثانية هي هل انا قادر على ان اغير نفسي نعم بلا شك آآ ودي فكرة الجمع بقى بين القدر ان ربنا مقدر علي اللي هعمله وبين ان انا آآ محاسب على عملي - 00:18:23

لما النبي صلى الله عليه وسلم سأله هل الحاجات اللي بنعملها يعني مكتوبة قبل ذلك؟ ولا مش مكتوبة؟ فالنبي صلى الله عليه وسلم قال لا. كل ذلك مكتوب الله سبحانه وتعالى كتب كل شيء قبل ان يخلفنا - 00:18:43

الله سبحانه وتعالى يعلم ما الذي سنفعله. وكتب كل ذلك فقال بعض الصحابة ففيما العمل يا رسول الله؟ طب احنا نعمل ليه بقى خلاص انا كده مجربين؟ قال لا. اعملوا - 00:18:57

فكـل ميسـر لـما خـلـقـ لـهـ وـقـرـأـ قـوـلـ اللـهـ فـاماـ مـنـ اـعـطـيـ وـاتـقـىـ وـصـدـقـ بـالـحـسـنـ فـسـنـيـسـرـهـ لـلـيـسـرـ.ـ يـعـنـيـ اـيـهـ؟ـ يـعـنـيـ لـاـ يـمـكـنـ اـنـ تـأـخـذـ

بأسباب الخير الا ويزيدك الله خيرا يبقى ده القانون الثاني عندنا. ان الله سبحانه وتعالى - 00:19:10  
وان كان هو المدبر للامر لكن الله سبحانه وتعالى ربط المسببات بالأسباب. الذي يفعل اسباب الخير الله سبحانه وتعالى يعطيه الخير.  
ويزيد الله الذين اهتدوا هدى. يبقى هذا يؤكد ان الانسان لما يأخذ بالأسباب الله سبحانه وتعالى 00:19:30  
وتعالى لن يضيعه لذلك النبي صلى الله عليه وسلم قالوا هذا حديث جامع المؤمن القوي خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف.  
يعني ايه مؤمن قوي؟ بصوا يا شباب كل صفات الخير بتدرج تحت صفتين اتنين. ليس هناك صفة من صفات الخير - 00:19:50  
الا وتدخل تحت الصفتين دول. القوة والامانة المؤمن القوي الامانة اللي هي فيها معنى التواضع والصدق والحياء والخشوع وآآآآ  
الخوف من الله دي معنى الورع آآآ الامانة هذا معنى. طب المعنى الثاني القوة فيها الصبر والجلد قوة الارادة والعزم - 00:20:13  
ويقول القوى الجسمانية. يبقى انت عندك بابين المؤمن القوي. فانت ت يريد ان تغير نفسك في هذين الجهازين النبي صلى الله عليه  
وسلم قال المؤمن القوي خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف. تلاقي مؤمن مثلا كسان مش مواطن على الشغل. تلاقيه -  
00:20:42

مش مهم بجسمه ولا بزوجته ولا باولاده ولا بصحته ولا باكله بينما براحته ويصبحي براحته تلاقيه مثلا في في المدرسة ما بيذاكرش  
ما بيروحش البيت الجامعة مكسل يبقى ده مؤمن فيه ايمان لكنه ضعيف - 00:21:01  
واضح لكن فيه مؤمن قوي. لذلك المرأة لما طلبت من ابيها ان آآآ يعني يشغل موسى عنده. موسى عليه السلام قالت يا ابتي استأجره  
ان خير من استأجرت. القوى الامين. عنده قوة وتميز في المجال اللي هو يدخل فيه - 00:21:17  
وهو امين لا يخون صادق متواضع لا يستعلي على الناس. يبقى دول جهتين آآآ يعني مهمين جدا. لذلك بعض بعض الشباب مثلا راح  
اشتغل في شركة فقال لي ممكن تتصحني نصيحة؟ قلت له هنصحك نصيحة واحدة بس - 00:21:37

اعلم ان الناس يحترمون القوى المتمكن في مجاله اكثر مما يشفقون على الضعيف يبقى ده امر مهم جدا ان الانسان المؤمن المؤمن  
كما يهتم بطريق الایمان والعمل الصالح والمسارعة في الخيرات تعلم القرآن الحباء الصدق الامانة بهذا الاتجاه. طب - 00:21:53  
الاتجاه الآخر التميز القوة البدنية آآآ القوة في الدراسة في اي مجال تدخله لابد ان تطلب فيه التميز والابداع فهذا يحبه الله تبارك  
وتعالى. يبقى هذا معنى يجعلك وانت تنوی ان تغير من نفسك ان تتوبي بذلك وجه الله. وده بقى اللي بيفرق حال - 00:22:15

المؤمن عن الكافر. الكافر ممکن مثلا واحد عايز يكون احسن لعيوب كورة في العالم ممکن يكون عايز يكون آآآ اغنى واحد في العالم.  
افضل تاجر في العالم. احسن واحد بيعمل فيديوهات يوتیوب على العالم - 00:22:39

هو لا يربط التميز بإرضاء الله. لأ. لابد ان تفهم ان التميز مهم جدا ان التميز يكون عملا صالحا تبتغي به وجه الله. وهذا هو معنى  
محياني لله قل ان صلاتي ونسكي ومحياني ومماتي لله محياني لله له معاني - 00:22:51  
المعنى الاول ان هدائي من الله. فانا عشان اعرف الحق من من الباطل هرجع لكتاب الله. طيب محياني لله يعني سابتغي باعمال وجه  
الله. وساعيش في هذه الدنيا لارضي الله تبارك وتعالى. يبقى ده معنى مهم جدا - 00:23:14

طيب احنا بقى لما نتكلم عن تزكية النفس اللي هو بقى المعنى الشامل لتغيير النفس بصوا يا جماعة تغيير النفس ده اللي هم بيتكلموا  
عنه كتير في التنمية البشرية او بيتكلموا عنه في من منزور المادي او العلماني او في علم النفس او غيره - 00:23:32

هم بيتكلموا عن فكرة ان انا عايز احقق انجاز لفسي. كوييس المعنى ده بقى هو معنى صغير جوة كلمة كبيرة في القرآن عظيمة اسمها  
تزكية النفس تزكية النفس بقى هي دي موضوع الحلقة - 00:23:50

يبقى احنا هننطلق من فكرة صغيرة ان انا عايز اغير من نفسي. مسلا كنت انا فاشل في الدراسة هبقي كوييس في الدراسة. مسلا كان  
وزني مية وعشرين كيلو بقى وزني - 00:24:09

تمانين كيلو. اه انا مثلا اه كنت اخلاقي وحشة. بقت اخلاقي كوييسة. دي كلها جزئيات. الجزئيات دي كلها بتجمعت تحت كلمة مهمة جدا  
في الاسلام جاء الانبياء ليحققوها في الناس. وهي تزكية النفس - 00:24:19

ربنا وابعث فيهم رسولا منهم يتلو عليهم اياتك ويزكيهم ويعلهم الكتاب والحكمة ربنا سبحانه وتعالى في سورة الشمس يعني اقسم

بأشياء كثيرة. والشمس وضاحاها الى ان قال ونفسي وما سواها - [00:24:38](#)

فالهمها فجورها وتقوها قد افلح من زكاها وقد خاب من دساها يعني ايه بقى زكاها؟ ربنا طبعاً يتكلم هنا عن ان الانسان هو الذي يذكر نفسه. وان كان الله سبحانه وتعالى يذكر لكن ليس هذا هو المراد في هذه الآية. المراد هنا ان - [00:24:54](#)

الانسان هو الذي يذكر نفسه. كما قال النبي صلى الله عليه وسلم كل الناس يغدوا. يعني الناس كلها ماشية. ان سعيكم لشتى كل الناس يغدوا فبائع نفسه فمعتقها او موبقها. الانسان هو اللي بيتسرب فيما يحدث له - [00:25:11](#)

يعني ايه بقى كلمة قد افلح من زكاها؟ وقد خاب من دساها كلمة التزكية في لسان العرب او في القرآن لها معنيان مهمان. الاول التخلص عن الصفات السيئة اللي هو التطهير - [00:25:30](#)

والامر الثاني هو النماء يبقى انا لما يكون عندي زرع عايز الزرع ده يطلع فلازم الارض تكون طيبة ولازم يكون ما فيش هناك مثلا حشرات ولازم يكون فيه ماء وفيه شمس - [00:25:47](#)

دموع هذه الامور يخرج النبات الحسن. هو ده بالضبط. كل واحد مننا عنده صفات وحشة وعنده صفات حلوة ناقصاه فهو ده معنى التزكية. تخلية النفس من الصفات الوحشة واسباب النفس الكويسة - [00:26:03](#)

طيب ايه بقى معنى قد افلح من زكاها وقد خاب من دساها اهي كلمة دسها دي كلمة خطيرة جداً لأن معناها ان الانسان اللي بيعمل حاجة غلط بيبيقى وشه في الارض - [00:26:23](#)

مكسوف عارفين قول ربنا ايمسه على هون ام يدسه في التراب؟ يعني كان زمان في الجاهلية لما واحد يكون عنده بنت بعض الجاهلين مش كلهم يعني. كان يعمل ايه؟ بيدفن بنته في التراب. يدسه يعني بيحط بنته تحت التراب. فكلمة قد افلحت - [00:26:35](#)

من زكاها وقد خاب من دساها ان الانسان المؤمن اللي بيعمل طاعة بيقى راسه مرفوعة. مش مفترخ لكنه ما عندوش حاجة غلط ما فيش حاجة مخيبيها. واحد بيتجوز واحدة يعمل فرح ويشهر قدام الناس كلها. انما واحد بيعمل حاجة في الحرام تلاقيه دايما

مستخبي. هو ده معنى قول النبي صلى - [00:26:54](#)

وسلم اللاثم ما حاك في النفس وكرهت ان يطلع عليه الناس. ببقى قد افلح من زكاها قد افلح شخص ظهر نفسه من المعا�ي والذنب والأشياء العيب او الحرام فبقت راسه مرفوعة - [00:27:14](#)

طب والثاني بقى دس نفسه انسان كرسول آآ يطلق بصره في المحرمات لا يتقي الله آآ مش مهم بصحته. مش مهم بدراساته. آآ وبالتالي الشخص ده هو اللي نقص نفسه. هو اللي اخرج نفسه - [00:27:30](#)

هو الذي دس نفسه. ببقى مهمة جداً الآية دي لأنها بتبين للانسان اما بيرفع نفسه بيرفع راسه فوق. واما هو اللي بينزل نفسه تحت فده امر مهم جداً بيقى كده معنى بيقى تزكية النفس كده المقصودة في القرآن فيها بابين. التخلص عن الصفات السيئة - [00:27:48](#)

والتحلي بالصفات الجميلة. بيجي واحد هنا يسأل سؤال مهم جداً كيف انا اتفق خلاص انا اريد ان اترك الصفات السيئة وان انا اكتسب الصفات الحسنة. طب ما انا محتاج اساساً اعرف ايه هي عيوبى - [00:28:08](#)

محتاج اعرف ايه هي الاشياء اللي ناقصاني. ودي كتير جداً من الناس مش قادر يستوعبها. ليه لأن هو مثلاً كتير منهم بيقول انا مش ناقصني حاجة انا كوييس انا بصلی الخمس فروض وكوييس بروح الشغل وبعامل زوجتي كوييس واولادي كوييس خلاص فانا هعمل ايه تاني يعني - [00:28:25](#)

ده بقى المشكلة انك تكون مش حاسس بالنقص اللي عندك وما يكونش عندك طموح تطلبه وبعض الناس كان مستغرب يقول لي ابو بكر الصديق يقول اللهم اني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً - [00:28:42](#)

طبعاً ابو بكر الصديق بيقول كده ليه؟ لأن هو عارف الصورة الكاملة للمؤمن. فهو بيقول يا رب انا يعني مقصر في العبادة فاغفر لي. فإذا كان ابو بكر الصديق يقول ذلك فما بالك بنا نحن - [00:28:56](#)

بيقى اذا مهم جداً انك تفهم ان لازم تكون بصير بعيوب نفسك وتسعى في التخلص منها قدر الامكان. ما تقولش انا كده اصل انا ما لا ما فيش حاجة الكلام ده. ما فيش حاجة اسمها كده. في انسان مؤمن يغير نفسه لما يرضي الله تبارك وتعالى. الصحابة كانوا بيشربوا

خمرة وبيرتكموا فواحش. لكن - 00:29:09

لما آآآ عرفوا ان هذا حرام لا يرضي الله تركوه. وهو ده بقى معنى اما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى. فان الجنة هي المأوى طيب احنا عندنا التزكية في القرآن جاءت ان الانسان يذكر نفسه - 00:29:29

وان ربنا يذكر الانسان بل الله يذكر من يشاء. وان النبي صلى الله عليه وسلم كذلك يذكر كما قال الله كما ارسلنا فيكم رسولا منكم يتلو اليكم اياتنا ويزكيكم بيقى الله سبحانه وتعالى يذكر والانسان يذكر والنبي صلى الله عليه وسلم يذكر والقرآن يذكر. كل هذه المعاني متكاملة - 00:29:46

يعني ان الانسان اذا اراد حقا ان يذكر نفسه فليس له طريق الا طريق الله طيب ليه بقى؟ ده سؤال. يعني ايه واحد يقول ليه احنا ليه دايما انا كمسلم يحتاج ان ارجع للقرآن في في كل تفاصيل حياتي؟ ببساطة - 00:30:09

لانك مؤمن ان ربنا سبحانه وتعالى هو الذي خلقك وهو اعلم بك واعلم بشرور نفسك وهو القادر وحده على ان يضع لك الطريق الصحيح لتعلم نفسك ولتعرف عيوب نفسك ولتعرف آآآ امراض نفسك وتعرف كيف الدواء - 00:30:29

يبقى ده سؤال مهم جدا. لماذا ينبغي ان يبدأ تغيير النفس من القرآن ليه لان ببساطة يا شباب الله سبحانه وتعالى الذي انزل القرآن هو الذي خلقنا وهو اعلم بنا وبشرورنا - 00:30:49

وهو اعلم بما يصلحنا وهو يريد بنا الخير. يريد الله ليبين لكم ويهدىكم سنن الذين من قبلكم ويتوب عليكم. والله عليم حكيم. والله يريد ان عليكم ويريد الذين يتبعون الشهوات ان تميلوا ميلا عظيما. يريد الله ان يخفف عنكم وخلق الانسان ضعيفا. يبقى ربنا بيقول انت ضعيف - 00:31:05

فقير الى الله في تغيير نفسك. يبقى هذه فكرة مهمة جدا ان الله سبحانه وتعالى آآ هو الذي يغيرك يعني الله سبحانه وتعالى وحده هو القادر ان يضع لك الطريق الصحيحة لتغيير - 00:31:25

نفسك يبقى احنا هنا يا شباب حينما نتكلم عن تغيير النفس للافضل. قلنا ان اللفظ الصحيح هو تزكية النفس. تزكية النفس ده بقى يا شباب خط تحته كل شيء وحش عندك عايز تتخلص منه - 00:31:40

وكل شيء جميل ينقصك تريد ان تكتسبه. فهو تخلية وتحلية. عندك اشياء عايز تتخلص منها واشياء عايز تكتسبها. هذا هو معنى تزكية النفس تطهير النفس ونماء الخير في النفس يبقى المسلم لا ينظر الى تغيير نفسه من منطلق العلمانية - 00:31:55

او تحقيق النجاح المادي الدنيوي لا المؤمن عنده هدف عظيم كبير لابد ان يكون هو القيمة المركزية الاساسية وهو الدار الآخرة هذا هو الاصل يعني احنا نتكلم هنا عن اهداف غايتها ان توصلنا للدار الآخرة. نحن هنا لا نريد ان نصنع مجدًا لأنفسنا في الدنيا يعني كما قال الله - 00:32:15

ومن الناس من يقول ربنا اتنا في الدنيا وما له في الآخرة من خلاق ربنا سبحانه وتعالى قال لسيدنا موسى اه وان الساعة اتية اه اكاد اخفيها لتجزى كل نفس بما تستحق فلا يصدقنك عنها من لا يؤمن بها واتبع هواه ففترضي. تجد انسان - 00:32:41

في التنمية البشرية انك تصنع مجدًا لنفسك وتبقى غني وتبقى ناجح في عملك. لا يذكرك لا بان الله على كل شيء قادر ولا بالاستعانتة انا بالله ولا بابتغاء وجه الله ولا يذكرك باي عمل صالح في الدار الآخرة. ربنا امرك - 00:32:59

ان تترك هؤلاء ولا تستمع لهم. فاعرض عنك تولى عن ذكرنا ولم يرد الا الحياة الدنيا. ذلك مبلغهم من العلم وربنا قال للنبي صلى الله عليه وسلم ولا تطبع من اغفلنا قلبه عن ذكرنا. واتبع هواه وكان امره فرطا. بيعمل اللي هو عايزه. ما عندوش حلال وحرام - 00:33:16  
هو بس بيفكر في الدنيا. لا يفكر في الآخرة ابدا. يبقى حينما نتكلم عن تغيير النفس وتزكية النفس واصلاح النفس نحن نريد ان نصلح انفسنا بما يرضي الله وبميزان الله - 00:33:35

ميزان الله سبحانه وتعالى. والا فالانسان قد يكون عظيما عند الناس وهو حقير عند الله. قال الله تعالى اولئك الذين كفروا بآيات ربهم بهم ولقاءه فحبطت اعمالهم فلا نقيم لهم يوم القيمة وزنا. اولئك كالانعام بل هم اضل سبيلا. انا شفتهم بعنينا اقسم - 00:33:49  
بالله يعني ما الملايين الكفار تلاقيه بيفكر في حاجتين في شهوته وفي بطنه بس وكتير منهم ما بيفكروش حتى في اولاده ولا في امه

ولا في اي حد ولا في جاره. بيفكر في نفسه بس. ويا ريته حتى بيفكر في نفسه في التفكير الصحيح يعني لا. هو - 00:34:09  
فيه الاستهلاك والانانية والشهوة. كما قال الله اولناك كالانعام بل هم اضل سببا. فلازم تفهم لما نتكلم عن تغيير النفس بقى هنا نتكلم عن تغيير النفس الذي يرضي الله وبميزان الله. وهذا هو المؤمن. فالمؤمن آآ تختلف نظرته في تغيير النفس عن الكافر - 00:34:27  
آآ لما نتكلم بقى هنا عن لماذا انا اخترت كلمة اعني على نفسك يعني ليه هي النفس فيها ايه يعني؟ هي النفس دي مشكلة كبيرة؟ طبعا ببساطة اقوى حاجز بينك وبين النجاح هو نفسك - 00:34:48

اذا استطعت ان تتغلب على نفسك تحملها على ما تريده من الخير. وتجرها على ترك ما بها من الاهواء فلن يقف بينك وبين النجاح اي حاجز ان شاء الله لذلك النبي صلى الله عليه وسلم لما آآ يعني آآ سأله آآ بعض الصحابة وهو ربيعة بن كعب قال له انا عايز ابقى اكون معك في الجنة - 00:35:06

قال له ايه؟ اعني على نفسك بكثرة السجود. نفسك. النفس فيها مشكلة كبيرة الانسان خلق هلوعا اذا مسه الشر جزوا وادا مسه الخير منوعا. الانسان خلق من عجل. الانسان خلق ضعيفا - 00:35:29

قال الله تبارك وتعالى آآ مثلا فطوعت له نفسه آآ قتل اخيه فقتله النفس فيها اهواء. فيها شرور. النفس ضعيفة. لما بيحصل للانسان مصيبة ما بيعرفش يفكر آآ لما الانسان بيكون معه فلوس بيخل بها. لما الانسان بيكون في خوف ما بيعرفش يفكر ما بيعرفش ياخد آآ اي قرارات. فلازم تعرف ان نفسك في - 00:35:45

فيها مجموعة من الشرور وهو ده معنى ان النبي صلى الله عليه وسلم كان بيقول نعوذ بالله من شرور انفسنا وسبئات اعمالنا بقى مهم بقى جدا انك تتعامل مع نفسك من المنطلق ده. ممكن يكون النفس فيها مشكلة مثل الشح والحسد. ممكن انسان يكون كوييس وناجح في مجاله - 00:36:09

وبس بيغير من من الناس المتميزة. مثلا هو في المدرسة ومعه واحد هو افضل منه في المدرسة فتلاقيه بيحسده. الحسد ده مشكلة مخلياه مش عارف يتفرغ للتفكير الصحيح. ممكن يكون طالب علم عنده حقد وغيبة - 00:36:28  
من شخص آآ ممكن يكون آآ عنده غضب ممكن يكون عنده شهوة مخلياه مش مركز مش عارف يذاكر مخلياه محروم من نفسه وبيعمل حاجة حرام ما بترضيش ربنا. بقى فيه مشاكل عندي لازم افهم المشاكل دي واكتبها واقول صادق مع نفسي لازم اكون صريح. انا عندي - 00:36:44

مشكلة واحد اتنين ثلاثة اربعة. واحاول ان انا آآ اكون صادق مع نفسي. مش لازم اقول كده لحد. بس على الاقل ان انا اكثرا من الدعاء وان انا اخد الاسباب اللي تبعدني - 00:37:04

عن الامور دي. طيب نبدأ هنا نتكلم عن خطوات آآ او نفسك. ما هي المشاكل اللي ممكن نفسك تقدمها لك؟ المشكلة الاولى مشكلة انك تهتم بصورة عند الناس. احنا بقى هنبدأ هنا نتكلم عن ايه - 00:37:14

لماذا نفسي حاجز بيني وبين الخير اول مشكلة في النفس الانشغال بصورةه عند الناس. يا ترى الناس حاسين ان انا بدأ اتغير من نفسي؟ يا ترى الناس عارفين ان انا حافظ القرآن؟ يا ترى الناس عارفين ان انا آآ - 00:37:29

ما بيعملش حاجة حرام يا ترى الناس آآ بيبصوا لي ازي؟ يا ترى الناس حاسين ان انا آآ انسان ناجح؟ آآ طيب آآ ليه الناس ما ما بتعمليش اعجابات على المنشورات اللي بعملها. ليه الناس مسلا المشاهدات قليلة في الفيديوهات اللي انا بعملها؟ مشغول دايما بصورةه عند الناس - 00:37:45

لو انت ما حلتش المشكلة دي هتشقى يعني في الدنيا قبل الآخرة. لأن ده بيجرك بعد ذلك للرياء. ودائما هتقيس نفسك بناء على نظرة الناس لك. هنا هقول لك حاجتين مهمين - 00:38:05

الامر الاول ان الناس لا يعلمون حقيقتك. الذي يعلم حقيقتك فقط هو الله. بقى خلاص شل بقى الناس من دماغك. الامر الثاني من الذي يملك لك الضر والنفع؟ الله وحده - 00:38:18

فسوء بقى انت كان الناس معجبين بك او مش معجبين بك لن ينفعوك بشيء. بقى الفكرة الاولى تخلص من الانشغال بصورةك عند

الناس. يبقى ده الحاجز الاول في نفسك الحاجز الثاني مهم وطبعاً دي كلمة جميلة جداً النبي صلى الله عليه وسلم قال احرص على ما ينفعك. فما ترکزش مع الناس - [00:38:33](#)

واللامام الشافعي له كلمة جميلة قال اعلم انه ليس الى السلامة من الناس سبيل فانظر ما فيه مصلحتك فالزمه الفكرة اللي بعد كده فكرة مهمة جداً في مسألة ضرر النفس - [00:38:53](#)

آآ وهي آآ انك انت آآ تستنكشف من الاستفادة من اخوانك اللي هي الكبر يعني. انك انت مم انا كنت اعرف ناس ما يرضاش يحضر الدرس واحد اصغر منه سنا. او مثلاً آآ ما بيحبس النصيـب - [00:39:07](#)

آآ بيكره ان حد ينصحه او بيصره بعيوبه. فده خطر كبير جداً في النفس اللي هي الكبر. او انك انت آآ تجحد حق الناس اه سيدنا موسى قال اخي هارون هو افصح مني لسانا. فلازم يكون عندك صفاء نفس وحب الخير لاخوانك. انا ليه باكلمك عن الامور دي قبل ما اكلمك عن - [00:39:23](#)

والارادة لاني عارف ان المقدمات دي هي الاولانية تنضيف النفس. اللي بينضف نفسه هو اللي هيتنفع بالصبر والجلد والقوـة. اما اللي نفسه مش نضيفة لا يزيدـه الاجتـهاد الا ضررا. لذلك رينا سـبحـانـه - [00:39:44](#)

وتعالى قال يعلـهم الكتاب والحكمة ويزكيـهم. الـاثـتـيـنـ مع بعضـ يـكـونـ عـنـدـكـ اـمـانـةـ ويـكـونـ عـنـدـكـ قـوـةـ هـنـاـ بـقـىـ اـتـكـلـمـ عـنـ فـكـرـةـ مشـهـورـةـ جداـ الليـ هيـ فـكـرـةـ آآـ اـرـيدـ الاـ يـسـبـقـنـيـ اـحـدـ الليـ هيـ اـذـاـ اـسـتـطـعـتـ الاـ يـسـبـقـ اـحـدـ فـاعـلـ. هـذـهـ فـكـرـةـ خـطـأـ تـمـاماـ لـمـ يـأـتـيـ فـيـ الـوـحـيـ ايـ [00:40:03](#)

بحـجـةـ عـلـىـ هـذـاـ معـنـىـ خـالـصـ فـكـرـةـ آآـ اـرـيدـ انـ اـكـوـنـ اـنـاـ الـاـولـ وـالـنـاسـ تـحـتـيـ اـرـيدـ انـ اـسـبـقـهـ لـأـ فـيـ الـقـرـآنـ فـيـ شـيـءـ وـاحـدـ بـسـ. فـاتـقـواـ اللهـ ماـ اـسـتـطـعـتـمـ اـنـقـوـاـ اللـهـ حـقـ تـقـاتـهـ. سـارـعـواـ سـابـقـواـ سـابـقـواـ مـشـ معـنـاـهـاـ انـكـ تـسـبـقـ - [00:40:21](#)

لـاـ مـعـنـاـهـاـ اـدـخـلـ فـيـ سـبـاقـ الـخـيـرـ. لـاـ انـ تـتـعـمـدـ اـنـ تـكـوـنـ اـنـتـ الـاـعـلـىـ وـهـمـ دـوـنـكـ. لـاـ بـلـ اـنـ اـحـبـ الـخـيـرـ لـاـخـوـانـيـ. اـحـبـ اـنـ يـشـارـكـوـنـيـ وـاجـتـهـدـ بـمـاـ اـسـتـطـعـيـ. لـاـ اـهـتـمـ بـاـسـبـقـ فـلـانـاـ اوـ اـحـفـظـ الـقـرـآنـ اـكـثـرـ مـنـهـ - [00:40:39](#)

اوـ اـصـلـيـ التـهـجـدـ اـكـثـرـ مـنـهـ. اوـ مـثـلاـ يـعـجـبـ بـمـنـشـورـاتـهـ اـكـثـرـ مـنـهـ. اوـ يـشـاهـدـ فـيـديـوهـاتـيـ اـكـثـرـ مـنـهـ. اوـ اـنـ اـشـهـرـ مـنـهـ. لـاـ هـذـهـ الذـكـرـىـ لـوـ دـخـلـتـ فـيـ نـفـسـكـ لـاـبـدـ اـنـ اـنـشـقـيـهـ - [00:40:58](#)

لـيـهـ؟ لـانـهـ هـتـخـلـيـكـ اـولـ شـيـءـ تـحـسـدـ النـاسـ وـتـحـكـمـ عـلـىـ نـفـسـكـ بـنـاءـ عـلـيـهـمـ. وـتـقـيـسـ نـفـسـكـ بـنـاءـ عـلـيـهـمـ. لـأـ اـنـسـىـ فـكـرـةـ اـتـعـدـ اـنـ اـسـبـقـ النـاسـ. لـأـ اـنـقـيـ اللـهـ مـاـ اـسـتـطـعـتـ. وـاحـبـ الـخـيـرـ لـاـخـوـانـيـ. وـكـلـ وـاحـدـ لـهـ موـاهـبـهـ. وـمـمـكـنـ اـنـتـ - [00:41:12](#)

يـكـونـ اـفـضـلـ مـنـ مـجـمـوعـةـ مـنـ النـاسـ مـعـ انـ هـمـ مـسـتـوـاهـمـ تـعـبـانـ فـانتـ تـغـتـرـ بـنـفـسـكـ وـانتـ وـلـاـ حـاجـةـ اـصـلـاـ يـبـقـيـ دـيـ فـكـرـةـ جـداـ. لـاـ تـضـعـ فـيـ نـفـسـكـ فـكـرـةـ اـنـ تـكـوـنـ اـنـتـ الـاـعـلـىـ وـالـنـاسـ تـحـتـكـ. وـلـكـ ضـعـفـيـ نـفـسـكـ فـكـرـةـ وـاحـدـةـ فـاتـقـواـ اللـهـ مـاـ - [00:41:29](#)

استـطـعـتـمـ. اـحـاـولـ اـنـ بـذـلـ مـاـ اـسـتـطـعـ فـيـ اـنجـازـ هـدـفـيـ. وـالـلـهـ بـقـىـ كـانـ النـاسـ اـعـلـىـ مـنـيـ كـانـواـ اـقـلـ مـنـيـ. كـانـواـ مـعـيـ وـلـاـ وـانـ كـانـ اـلـاـنسـانـ اـذاـ اـحـبـ لـاـخـوـانـهـ الـخـيـرـ فـهـذـاـ مـنـ اـعـلـىـ درـجـاتـ الـاـيمـانـ. لـاـ يـؤـمـنـ اـحـدـ كـمـ حـتـىـ يـحـبـ لـاـخـيـهـ مـاـ يـحـبـ لـنـفـسـهـ. لـيـهـ اـنـاـ قـلـتـ - [00:41:45](#)

كـدـهـ يـاـ شـبـابـ لـانـ اـعـرـفـ اـنـ فـيـهـ وـاحـدـ مـشـغـولـ جـداـ بـاـنـ مـثـلاـ هـوـ بـيـصـومـ اـتـيـنـ وـخـمـيسـ فـلـوـ عـرـفـ اـنـ صـاحـبـهـ بـيـصـومـ يـوـمـ وـيـوـمـ قـلـبـهـ يـمـتـلـئـ حـسـدـ. طـيـبـ هـوـ صـاحـبـكـ لـمـاـ صـامـ يـوـمـ وـيـوـمـ؟ مـشـ دـهـ خـيـرـ؟ اـنـتـ شـاغـلـ بـالـكـ لـيـهـ؟ اـنـتـ بـتـقـيـسـ نـفـسـكـ لـيـهـ؟ اـعـمـلـ الـحـاجـةـ - [00:42:05](#)

الـلـيـ تـنـفـعـكـ اـنـتـ كـلـ وـاحـدـ لـهـ موـاهـبـهـ وـلـهـ آآـ يـعـنـيـ قـدـرـاتـهـ. وـلـهـ هـدـفـهـ آآـ فـيـبـقـيـ الـاـكـمـلـ اـيـهـ هـوـ؟ الـاـكـمـلـ اـنـ اـسـارـعـ فـيـ الـخـيـرـاتـ وـالـاـهـتـمـ بـاـنـ اـسـبـقـ اـحـدـ وـالـاـنـشـغـلـ بـذـلـكـ وـانـ اـحـبـ الـخـيـرـ لـاـخـوـانـيـ فـاـفـرـحـ اـذـاـ اـصـابـهـمـ الـخـيـرـ. اـنـاـ اـعـرـفـ نـاسـ كـتـيـرـةـ تـرـكـواـ مـشـارـيعـ خـيـرـيةـ عـارـفـينـ لـيـهـ؟ لـانـ هـوـ عـاـيـزـ يـبـقـيـ المـدـيـرـ. مـعـ اـنـ الشـخـصـ - [00:42:22](#)

بـسـ كـفـهـ بـسـ يـقـولـ لـأـ اـنـاـ هـبـقـيـ تـحـتـهـ اـبـقـيـ اـنـاـ تـابـعـ لـأـ اـنـاـ اـمـتـبـوـعـ. يـرـيدـ اـنـ يـكـونـ الرـأـسـ. فـهـمـتـ كـدـهـ؟ هـذـهـ مـنـ شـحـ النـفـسـ. رـبـنـاـ قـالـ اـيـهـ عـنـ الصـحـابـةـ الـكـرـامـ - [00:42:47](#)

وـالـذـينـ تـبـوـأـوـاـ الدـارـ وـالـاـيـمـانـ مـنـ قـبـلـهـمـ يـجـبـونـ مـنـ هـاـجـرـ الـيـهـمـ وـلـاـ يـجـدـونـ فـيـ صـدـورـهـمـ حاجـةـ مـاـ اوـتـواـ وـيـؤـثـرـونـ عـلـىـ اـنـفـسـهـمـ وـلـوـ كـانـ

مخصصة ومن يوق شج نفسه فاولئك هم المفلحون. يعني ايه المعنى ده - [00:42:59](#)

يعني ربنا بيقول المهاجرون سبقو الانصار بالایمان طب هل الانصار كان عندهم غيره وحقد؟ لأن لا يجدون في صدورهم حاجة مما اوتى اخوانهم. يبقى دي فكرة مهمة جدا. ندخل بقى على كده احنا اتكلمنا عن مسألة - [00:43:14](#)

امانة اللي فيها الصدق وفيها آآ اخلاص العمل لله وفيها قصد وجه الله وفيها تقيية القلب من من الحسد. يبقى الحاجز الاول يخص ايه يا شباب؟ يخص الامانة تمام؟ كل معنى في الامانة جميل احاول ان اتلحق به. نيجي بقى للموضوع الثاني اللي هو القوة الارادة - [00:43:29](#)

اول فكرة عندنا هنا شباب مهمة هي الهدف كل انسان له هدف ليس هناك شخص في الدنيا الا وله هدف لكن اهداف الناس بتتنوع في واحد عايش عشان يأكل وعشان يحقق متعددة وخلاص - [00:43:52](#)

عايش مثلا هو آآ بيقضى مسلا الخامس ايام في الشغل ويوم السبت والحادي بيعمل معاصي ويعمل منكرات ويشرب مخدرات ويشرب خمرة وده عايش كده. كما انا قلت كالانعام تمام اه في واحد تاني عايز يبقى اه تاجر غني او رجل اعمال اي شيء لكن ما عندوش علاقة بالله او الدار الآخرة - [00:44:06](#)

لازم تفهم ان الهدف ليكتسب قيمة من امرين من قيمة هذا الهدف في الحياة عموما والنية من هذا الهدف كل انسان مننا عنده هدف في الدراسة في الرياضة في تعلم اللغة في تحسين شكله في اصلاح بيته في آآ انه يكون غني كل - [00:44:29](#)  
كل هذا يمكن ان يكون عملا صالحًا بشرط ان تقصد به وجه الله. وده اجمل شيء في الاسلام. انك انت ممكن تكسب يعني ثوابا من اي عمل. وهو ده محبابي لله - [00:44:50](#)

طيب يبقى احنا هنا بنقول كل انسان له هدف اشرف الاهداف والهدف الذي ينفعك في الآخرة واضح والا فهناك اعمال كثيرة ربنا قال وقدمنا الى ما عملوا من عمل فجعلناه هباء منتورا ما لوش قيمة هوى هوى يؤتى بالرجل - [00:45:02](#)  
السمين العظيم اللي هو كان سمين عظيم في الدنيا. يوم القيمة لا يزن عند الله جناح بعوضة. هوى ما لوش اي لازمة طب والعكس  
رجل مؤمن يعمل لله خير من ملء الارض من الكفار - [00:45:19](#)

مؤمن اعظم شيء يثقل ميزانك هو الایمان والنية الصالحة طيب الاهداف بقى انا اه لازم اعرف ان الهدف فيه هدف عام ان اكون مؤمنا صالحًا ده هدف بيشتراك فيه الناس كلها. لكن بقى عندي اهداف - [00:45:36](#)  
في هدف في اهداف بيشتراك فيها الناس. عايز يكون مثلا جسمي قوي صحتي كويسة. آآ زوجتي واولادي كويسيين. آآ عايز اكون كويس في شغلي عايز اعيش عيشة كويسة دي اشياء عامة. لكن في بقى اهداف خاصة. اريد ان اتقن القرآن. اتعلم القرآن. او اريد ان يكون جسمى - [00:45:52](#)

قوي بشكل متميز او اريد اتعلم لغة اجنبية. او اريد انجح واعمل دكتوراة او ماجستير. او اريد ابني مثلا بيتا او اريد اي شيء عادي  
مش مشكلة الانسان يمكن ان يجتمع معه اهداف كثيرة. واضح - [00:46:12](#)

اه لازم هنا تفرق بين الهدف المركزي في حياتك وبافي الاهداف الهدف المركزي هو الهدف اللي انت بتجمع فيه كل حياتك اريد ان اتقن القرآن خلاص بقى كل حياتك نركز في هذا الهدف. عارف متصور الهدف وعارف خطواته بتحاسب نفسك عليه.  
بتجمع قلبك عليه. بتتوفر وقتك له. فكل دي امر - [00:46:28](#)

مهم جدا. يبقى انا محتاج احد هدفي المناسب لي انا ولقدرائي. انا لي صاحبي مثلا مهتم بعلوم الفلسفة ومثلا الرد على الشبهات  
وال حاجات دي. بس انا مهتم بکده لكن مش هو ده بابي الاصلبي. خلاص؟ يبقى مش لازم اكون نسخة منه. طيب لي - [00:46:53](#)  
تاني بطلا في الرياضة وواحد بطولة العالم في كمال الاجسام والقصة دي. انا بحب الرياضة بس مش للدرجة دي يعني. فهمت؟ لي واحد تاني في اللغة الانجليزي يعني وبيتكلم ما شاء الله بطلاقه. وانا آآ نفسي اتعلم بس انا بتعلم الحاجات اللي يعرف آآ اسافر بها  
واركب الطيارة وعلى قمي يعني. فكل واحد ممكن صاحبي تاني يكون له - [00:47:10](#)

برنامجه على يوتيوب ناجح وله متابعين وبيبصر الناس باشياء. مش لازم انا كل ما الباقي واحد ناجح في شيء اكون عايز ابقى زيده. لأن

طريق الخير كبير الطرق متنوعة. اختر من الاهداف ما يناسب قدراتك ومواهبك. والا فانت هتتعصب نفسك على الفاضي. واضح -

00:47:30

الفكرة بقى اللي بعد كده مهمة جدا ان لو لو اخترت هدف خلينا نحط هدف لان بعضكم طلب مني ان انا اتكلم عن هدف اللي هو تعلم القرآن او اتقان القرآن. خلينا نبدأ من -

الهدف ده اول ما انا حطيت الهدف ده في دماغي اه لازم افهم الاول احنا اتفقنا ان ما فيش حاجة اسمها تغيير النفس عام. انا عايز ابقى كوييس. عايز ابقى حاجة حلوة. لأن لازم تقول عايز ابقى ايه يعني -

لو احنا اتفقنا ان احنا عايزين نتعلم القرآن لازم الاول اتصور ما معنى تعلم القرآن؟ تعلم القرآن فيه ان انا اتعلم آآ مثلا آآ علوم القرآن اعرف افهم معنى الاية آآ او او -

00:48:12

واعرف كيف نزلت واعرف تفسير القرآن واتدبر القرآن. عندي مثلا اتقان القرآن حفظا واحكام التلاوة. فيه منظومة متكاملة فانا لازم الاول اتصور الهدف واعرف مراحل الهدف عشان اعرف ماذا عندي منه وماذا ينقصني. تصورو ان القرآن مثلا مائة واربعين سورة -

00:48:25

انا اريد ان احفظ القرآن لو احنا هنتكلم عن جزء من منظومة تعلم القرآن وهو الحفظ لو انا حافظ مسلا سورة مسلا الكهف وسورة مريم وسورة طه يبقى انا عرفت دلوقتي ان انا حافز تلت سور من مية واربعين سورة -

00:48:45

يبقى انا عارف ماذا عندي وماذا ينقصني. صح كده؟ خلاص تمام. يبقى انا كده هفضل احاول دايما اكمل النقص اللي عندي. انما فين هي المشكلة انك تكون مش متصرور الهدف ولا عارف ماذا ينقصك فانت تفتر بنفسك وتفكر انك انت وصلت للنهاية يعني. نبدأ بقى هنا ندخل في -

00:49:00

الكلام المهم بقى اللي هو اخر يعني مش عارف احنا خدنا وقت قد ايه يا ريت حد يكتب لي التوقيت انا نفسي اكمل معكم على فكرة لحد الفجر يعني وانا باحب آآ اول ما نيجي نتكلم عن تحقيق الاهداف باحب ان انا يعني افتح في الموضوع ده. آآ يعني عشان احاول نتعاون مع بعض -

00:49:20

عليه يعني ان شاء الله النهاردة ممكن نطول شوية عن الساعة بعد اذنكم. عشان نحاول نجيب الخطوات المهمة لما نتكلم عن تحقيق الهدف عايزين نتكلم عن فكرة اسمها الارادة والعزيمة -

00:49:35

آآ اولا الاهداف لا يمكن ان تناول بالنوم والكسل. لازم يكون فيه عمل والهدف بالمناسبة لو الانسان حققه من غير ما يتعب مش هيبقى له اي طعم تخيل مثلا انسان اخد شهادة وهو ما ذاكرش -

00:49:51

وهو نايم في بيته تسعه واربعين دقيقة. طيب لأن شاء الله نكمل شوية يبقى الفكرة الاولى فكرة الارادة والعزيم. ايه الفرق بين الارادة والعزيم؟ دي بقى فرق مهم جدا. الارادة هي الرغبة -

00:50:04

انك انت كده ايه شاب مثلا شاف واحد بيعرض جسمه وكله عضلاته وجسمه جميل ومتقسم فقال الله انا عايز ابقى زي كده. دي اسمها ايه؟ اراده رغبة محبة شوق انما بقى العزيمة هي ايه؟ هي الخطوات. ان انا ابداً اشتغل اعمل يبقى الارادة هي الخطوة الاولى -

00:50:18

تمام كده والعزمية هي الوقود الذي يجعلك تستمر في الالتحاق بالاسباب حتى تتحقق ما تريده. كتير بقى من الناس عنده الارادة وما عندوش العزيمة واضح وده من معنى قول الله ولم نجد له عزما. فالارادة ان انا عايز ابقى كوييس. عايز اتعلم قرآن. عايز يبقى جسمي كوييس. عايز اقلل من وزني. عايز اتعلم لغة -

00:50:41

انجليزية عايز احسن اخلاقى بس ما باخدش بالخطوات. يبقى اي واحد يزعم انه يريد شيئاً ولا يطلب الخطوات ولا يسعى فيها يبقى هادى هي اراده كاذبه. واحنا اتفقنا ان الارادة بتكون صادقة وكاذبة -

00:51:04

تمام آآ نبدأ بقى ندخل في آآ فكرة مهمة جدا. هل راحة الانسان؟ طيب كوييس انتم بتقولوا خدوا وقتكم يعني كوييس هل راحة الانسان شباب في ان يفعل ما تهواه نفسه -

00:51:19

في تحقيق الانجاز يقينا راحة الانسان في ان يحقق انجازا وكتير جدا من الناس لما بيعمل حاجة حرام هو بيهاها بيتنك بها هو الشيطان بيضحك عليه بيقول له لما هتعملها هتبسط على العكس تماما - [00:51:34](#)

لما بيعملها بيتنك وما بيفرخش. ولما بيكسيل بيكون ناوي يقيم الليل ما بيقيمش الليل وببيكسيل بيذعل. ناوي يصوم ففطر بيذعل بيقى لازم نعرف كده فكرة راحة النفس ليست في ان تستجيب لهاها. راحة النفس في ان تحملها على ما تريده. لذلك بقى - [00:51:52](#) هو ده كلمة معناها احصاه الله ونسوه. كنت بقولها بعض الشباب يكسيل عن قيام الليل في رمضان. فاقول له طب تعال آاه سوانى سامعين يا شباب كده؟ معلش كانت البث وقف - [00:52:13](#)

آآ كما قلت ان كتير من الناس مثلا كان مش عايز يصلى قيام الليل معنا. بعد كده صلى واكتشف انه قادر على الصلاة بعد ما صلى حس بفرحة كبيرة جدا. اه فانا قلت له الفكرة دي انت فرحتك مش انك تنام وتتكلل لأن - [00:52:33](#)

يبقى السعادة هي انك تحقق شيء. دي فكرة مهمة لازم تعرفها طيب الحمد لله آآ ببدأ بقى مش عارف بيقول لي لازم تحفظ ملفات سامعين كده يا شباب معلش كان بيقول لي اححف ملفات ما اعرفش ليه يمكن التليفون كان آآ - [00:52:48](#) يعني المساحة فضييت طيب آآ ندخل بقى في الفكرة اللي بعد كده يا شباب. الفكرة المهمة ان انا آآ عرفت الهدف وعرفت اسبابه. يعني انا اريد ان اطلب علوم الحديث مثلا. وعرفت الخطة لازم تفهم ان من يصف لك الطريق - [00:53:09](#)

لن يسلكه بدلًا عنك يعني الشخص اللي بيعلمك تسلك الطريق ازاي مش هو اللي هيمشي. واحد يقول لي يا شيخ اعمل لي آآ اعمل لي مثلًا آآ اعمل لي جدول عشان اتعلم القرآن او اعمل لي جدول عشان اطلب علوم الحديث او اطلب علوم العقيدة. او مثلًا ان انا برنامج امشي فيه مع اولادي. انا ممكن اكتب لك - [00:53:27](#)

لكن مين اللي هيمشي على البرنامج؟ انت بقى دي فكرة مهمة جدا. انت بطل قصة النجاح فما تعتمدش على غيرك الامر اللي بعد كده آآ مهم جدا بيئه العمل او احنا بنسميهها تطبيط الشغل. يعني لازم تهيئ الجو حواليك. اضرب لكم مثال يوضح او - [00:53:47](#) اه واحد صديقي آآ قال لك كان وزنه كبير قوي. وبياكل كتير بيحب الاكل موت فقال انا عايز بقى اخس وعايز اغير نفسي تماما هو نفسه بيعمل ايه؟ مشترك في آآ يعني جروب او في آآ يوتيوب في قنوات بتعمل اكل - [00:54:06](#)

يعني قنوات بتتكلم عن الاكل لكله زيوج وكله يعني دهون وكله حاجات وهو مشترك. طب انت انت ازاي يعني انا عايز افهم يعني المفروض انت تشترك في جيم تسمع برامج رياضية وتتابع الدكاترة اللي بيتكلموا لأ ده العكس - [00:54:25](#) يبقى ده مبوز الدنيا. زي بالزيط واحد في البيت عنده آآ زي مثلا عامل تليفزيون وريموت كنترول كل ما يجي يقدر في الصالة هيشغل التليفزيون لأن البيئة بتتجره لكده. لكن لو انت مثلًا حاطط مصاحف - [00:54:41](#)

او كتب في اماكن او حاطط مثلا دامبل اللي هو بتاع الرياضة. البيئة اللي حواليك لا شك ستؤثر فيك وتوثر في اولادك. ابنك مثلًا لما متعدود ان كل ما يقدر في الصالة هيشغل التليفزيون - [00:54:55](#)

التليفزيون هيشغل فيلم او مسلسل هو سيتتصور ان هي التسلية بالشكل ده. لكن لو انت عودت عودت نفسك وعودته ان على القراءة وعلى وعلى التمارين على الصلاة وعلى ذكر الله. فلا شك ان هو سيتتصور الحياة بهذا الامر. يبقى الفكرة اللي بعد كده مهمة بيئه العمل. او تطبيط الشغل. يعني - [00:55:07](#)

هيا الجو حواليك بحيث ان الجو يساعدك على اللي انت عايزه. مثلا انت عايز تمشي على نزام غذائي معين رح اشتري الاكل اللي هو بتاع النزام الغذائي خلاص كده ؟ لكن ما تجييش ما تقول انا هامشي على نزام غذائي وانت التلاجة بتاعتكم مليانة نفس الاكل الشيبسي والمش عارف ايه وال حاجات دي. يبقى دي مهمة جدا ان انا اهيا البيئة - [00:55:27](#)

اللي حواليا في الاتجاه اللي انا عايزه طيب طبعا كل ده له امثلة كثيرة آآ جدا آآ من الامور المهمة جدا انك تفهم نفسك وتفهم كيف تتشجع. انا اضرب لك مثلًا انا آآ ساعات كتيرة بيكون عندي دروس كتيرة مم يعني - [00:55:47](#) فاما بتمرنش يعني بقدر مثلا يوم او اثنين ممكن مش فاضي لأن انا آآ ورايا درس وبكتب حاجات مهمة مش قادر اقوم من عليها. طب انا بقى فاهم نفسي عارف ان انا بسخن على التمارين لما - [00:56:05](#)

اشوف مثلا مقطع رياضي على طول اقوم جاي جايب المقطع الرياضي فانا فهمت نفسي طيب انا مثلا كسلت النهاردة شوية على ان  
انا آآ اقىم اللبا يعني اسمع مقطع عن قيام اللبا آآ انا مثلا آآ ما اهتميش - 00:56:17

وان كنت انا احب دايما ان الانسان لا ينتظر رعاية من احد. يعني انت ما تنتظرش ان حد ياخد باليك وحد يشجعك وحد يكافئك وحد يدقق ايه ماحذر عاتقك. اأداء فكهة مهنة حدا الفكرة ١١١ - بعد كده ٤٨: ٥٦: ٥٦: ٤٨

في موضوع الانجاز او في تقوية الارادة. المحافظة على فرائض اليوم دي كنا المفروض نقدمها لكن انا وقلت ان هي هنيجي في  
ما الكمال الفائض بالذكرا والباقي هندرستة هندرستة الفرق المهمة 00:57:05

بين المسلم وغير المسلم. المسلم يرى ان العمل الصالح جزء مما يحصل به البركة في العمر وفي الاسباب والله سبحانه وتعالى يفتح

آاه طيب اه مم نجيب بقى اه فكرة تانية عشان انا بحاول ما امسك نفسی ان احنا نتوسع العادات اليومية. العادات اليومية جزء اساسی في برکة اليوم بتتصحی امتنی؟ بتناام امتنی؟ بتاكل ايه؟ بتاكل کم مرّة؟ اه برنامج اليوم هتعمل ايه في اليوم؟ دي مهمه جدا

يذكر من بعد - 00:58:04 تنظيم الوقت في وقت للتدريب وقت للمذاكرة وقت للاولاد وقت للرياضة وقت انك تتمشى وقت تجib فيه الطلبات مهمة جدا دي العادات اليومية مهمة. انا اعرف كتير من الناس ما عندوش ممكـن النهاردة مثلا يسهر لحد الفجر وبعد كده ينام لحد العصر. وبكرة

فجر وما فيش اي حاجة بيعملها مزبوطة يعني ممكن يتمنى مثلًا آلا اسبوعين كامل وبعد كده ما مانعش تمرن خالص. لأن العادات البهيمة مهمة جدا النهم الاستيقاظ آلا ماذا تأكـا - 00:58:24

آآ مثلا آآ متى تذاكر؟ متى تتدرّب وهكذا الامر الذي بعد ذلك وهو مهم جداً تبسيط الحياة حولك يعني اه انك انت تقلل من الامور التي تستهلكك لان انت لما بتدخل في علاقات كثيرة جداً يعني واحد مثلاً مشترك في عشر برامج لطلاب العلم. طب انت هتلحق تمشي في اي برنامج فيهم؟ مش هتمشي في ولا واحد فيهم - 00:58:37

انت مثلا مشترك في اه عشرين قناة واحد مثلا بيتكلم في السياسة. واحد بيتكلم في التدريب. واحد بيتكلم في التغذية. واحد بيكلم في كذا انت عمال تسمع وما بتطبقوش في ولا حاجة. يعني انا ده اللي انا عارفه. انا اعرف ناس كتيرة كل شوية يقول لي يا بيكلم في كذا انت عمال تسمع وما بتطبقوش في ولا حاجة. يعني انا ده اللي انا عارفه. انا اعرف ناس كتيرة كل شوية يقول لي يا

ان هو بيعت لطالب علم تاني عشان يبعث له خطة عنده خطط في تربية الاولاد وفي تعلم اللغة الانجليزية وفي الرياضة وفي التغذية وفي اصلاح خلاص ما فييش ما هو مش - 00:59:22

الاكل ده - 00:59:32  
فرنسا كنت اول مرة اشوف البو فيه المفتوح ده وكت مش متخييل ان في حاجة كده يعني يعني اول مرة اشوف كده ان انا قدامي كل  
مركز في ولا حاجة ودي مشكلة بقى وسائل التواصل كثرة المعارضات عاملة زي البو فيه المفتوح كنا زمان سافرنا كده بطولة في

اه فاكل زي ما انا عايزة فانا بقى صحيت او صحابي فضلنا ناكل ناكل انا عندي بطولة عندي بطولة كات بطولة فرنسا المفتوحة في الكاراتيه يعني المفروض ان انا ما اكلش الاكل ده لاني مش هاعرف العب ما فكرتش بقى - 00:59:51

اـ يعني ما صدقـت اـكل لـحد ما جـيت اـخد من لـحـمة الـراـجل قال لي بـص اـنت كلـت كلـ حاجة ما تـبـقـاش غـير لـحـمة. دـه لـحـمة خـنزـر كـان ساعـتها الـحـارـسـون: كـان مـغـارـي، بـعـنـه .. مـن اللـه، هـم مـقـمبـون: فـ - 01:00:04

فرنسا فقال لي ده انت حتى كلت لدرجة ان انت واصحابك كنتم هتكلوا لنا لحم الخنزير كمان فدي مشكلة ان الانسان آآفاكر ان كل حاجة حامة قد اهل عازف بخا . فـ ١٤ - ٠١:٥٠:١٦

برنامجه في الرياضه عايز يدخل فيه برنامجه في التغذية برنامجه في السياسة والاقتصاد برنامجه في اللغة عمال يفتح على نفسه وما فيش ولا برنامجه واحد عليه. هي دي بقى المشكلة ان احنا دلوقتي تلاقي واحد عامل لك منشورات كتيرة عن اعمال خيرية في رمضان وهو بينام ولا بيعمل اي حاجة فيهم. فدي مشكلة كتيرة. بسط الحياة حواليك في كل - 01:00:28

كل شيء وقلل اختياراتك وقلل اهتماماتك. الانسان لما بيجمع همه على شيء بينجز فيه اه من الامور المهمة جداً. اه ان الانسان اه ينظر الى هدفه نظرة حلوة. يعني ايه - 01:00:48

لو انت بصيٍت للعبادات على انها مشقة العبادة مشقة. يعني قايم اصلٍ يوه! لسة هاصلٍ! وقيام الليل دا تعب وآ والقرآن تعب لازم هبيقى تعب اه طيب انا هنام بدرى وهصحى بدرى ده ايه القيود دي وايه الخنقة دي - 01:01:03

الرياضه داتا تعب جسدي. طيب التغذية دا حرمان لازم تعرف ان مصلحتك هي اللي حلوة يعني ليس كل ممتع نافعا وليس كل نافع ممتعاً. يبقى لازم هنا احب النافع مش احب الممتع. طب ما انا احب - 01:01:20

بقى ان انا اقعد اتفرج على فيلم اقعد اتفرج على مسلسل واقضي وقت جميل وظريف واقعد في الجنينة وخلاص. بس ده مش نافعني اللي هييفعني هو اللي احبه ما دام البرنامج الغذائي ده كتير بقولها لبعض الناس قلت له شوف انت دلوقتي بتتلع عمال تاكل وتاكل ومش حاسس بنفسك - 01:01:40

هيجي لك وقت هتتحرم حتى من الاكل الصحي. وبالفعل للاسف يعني كتير من الناس عمل عمليات اتحرم حتى من الاكل الصحي. بقى يعني عايش على شوية مية وشوية حاجات كده وشوية اعشاب. ليه؟ لأن الانسان بيكون - 01:01:58

يكون عنده وقت اه هو يعني براح. لكن بعد كده بيدخل في الايه في حالة الاضطرار. يبقى ما فيش حاجة اسمها ان العمل ده ممتع والعمل ده مش ممتع. فيه حاجة اسمها العمل ده نافع - 01:02:14

والعمل ده مش نافع. اللي نافع هو اللي انا احبه. يبقى العادات اليومية البرنامج الرياضي التغذية العادات دي اشياء اربعة رباعية مهمة جداً آ يبقى احنا كده عايزين مش عارف احنا خدنا وقت ازن ساعة خلينا عايزين نرتّب الافكار يعني وللخص الايه الموضوع في نقاط - 01:02:26

اول شيء تكلمنا عنه الشباب ايوا تمام. حد بيكتب الافكار وجذاكم الله خيراً وده يدل اني كتبت متنبهين ما شاء الله. خلينا بقى نرتب الافكار بالضبط وقدامنا خمس دقائق هنلم فيهم كل اللي فات. ان شاء الله - 01:02:52

الفكرة الاولى آ هي الشباب لابد من الاهتمام بالشباب هذا الخطاب ليس لك كشاب انت كشاب اهتم بنفسك لن يحمل همك آ مثل نفسك. يبقى انت بطل القصة لابد لا تنتظر من يشجعك ومن بيت فيك الروح ومن يكاففك ومن يراقبك ومن يحاسبك. يبقى لابد ان لا تنتظر من يأخذ - 01:03:09

بيدك كن انت ذلك كله لنفسك ولكن استعن بالله. واكثر من الدعاء. يبقى الفكرة الاولى احب لنفسك الخير استعن بالله تبارك وتعالى حدد هدفك واجعل هدفك مما يناسب قدراتك لا تقلد احداً. كتير من الناس يقول لك انا - 01:03:35

مش عايز اكون انسان عادي انا عايز ابقى مميز طيب وفي الآخر تلاقيه ما عملش حاجة. ليه بقى؟ لانه دايماً عايز يكون يبلغ الكمال فعايز يبلغ الكمال فما بيعملش حاجة. واحد عايز يعمل درس للناس. عنده شوية معلومات كويسيين - 01:03:56

يبدأ يحضر يحضر يدخل على جوجل ويوتيوب مسلا عايز يكلم ناس عن حديث فممكـن كان يسمع مثلاً حد اتكلـم عن الحديث قبله وخلاص أـلـيـقـولـلـكـاـنـهـجـيـبـكـلـلـيـاـتـكـهـعـنـالـحـدـيـثـ طـيـبـلـقـيـمـائـةـيـوـتـيـوبـ - 01:04:14

ومئـةـ مـثـلـاـ يـعـنـيـ مـوـقـعـ عـلـىـ جـوـجـلـ اـتـكـلـمـ عـنـ الـحـدـيـثـ كـبـرـ عـلـىـ نـفـسـهـ الـمـوـضـوـعـ قـوـيـ فـتـرـكـ الـمـوـضـوـعـ كـلـهـ وـاـضـحـ؟ـ عـاـيـزـ اـقـوـمـ آـ يـعـنـيـ اـقـوـمـ الـلـيـلـ كـلـهـ فـحـتـىـ مـاـ صـلـيـتـشـ الـوـتـرـ.ـ أـلـاـ مـاـ فـيـشـ الـكـلـامـ دـهـ - 01:04:28

النفس يصلحها القليل الدائم اكثر من الكثير الزائل الناس لا ينقسمون الى ناجح وفاشل. ينقسمون الى مواطنـ والـ سـرـيعـ المـللـ. الانسان اللي بيواظـبـ هوـ دـهـ النـجـاحـ هوـ السـعـيـ انـ اـنـ مـسـتـمـرـ مـكـمـلـ طـبـ اـنـ بـقـىـ لـيـ عـشـرـ سـنـينـ لـسـةـ ماـ خـتـمـتـشـ القرآنـ مشـ مشـكلـةـ بـسـ اـنـ شـغـالـ كلـ يـوـمـ بـحـفـظـ اـيـتـيـنـ - 01:04:45

طب انا بقىم الليل بس بركتين والوتر زي الفل جميل انا شغال ده انا بصوم يوم واحد في الشهر كوييس احب الاعمال الى الله ادومه وان قل. ببقى كل دي افكار مهمة جدا - 01:05:12

من ضمن الافكار المهمة جدا تهيئة الجو حولك. لازم تحدث زوجتك وابنائك واسرتك بهدفك ليه؟ عشان يكون عشان يعرفوا انت ليه احيانا بتغيب عنهم وليه احيانا بتنشغل عنهم لانك عندك هدف. انما لو انت ما عندكش هدف ايه اللي هيحصل - 01:05:24  
لو انت ما عندكش هدف احنا ازا كما قلتها لكم في في درس الوقت ان الفوضى تسود حينما تترك الوقت للمصادفة. انا صاحي من النوم فتحت الفيسبوك ما عنديش اي هدف لا عندي سورة بحفظها ولا عندي تمرين بتمرنه ولا عندي درس هسمعه ولا عندي لغة هتعلملها ولا عندي مثلا شيء هظبطه في البيت ما عنديش حاجة - 01:05:43

فتحت الفيسبوك قعدت اعمل كده عدت ساعة اتنين ثلاثة شفت فيديو ضحك شوية واحد بعت لي آآ قال لي عايز اكلمك قلت له كلامني انا ما ورائيش حاجة. اخذت ساعة مع ده نص ساعة مع ده. تلات ساعات مع ده عدى اليوم الاسبوع الشهر السنة وهكذا - 01:06:04

بيقى لازم تفهم ان مش ممكن تحافظ على وقتك اذا لم يكن عندك هدف تدخل له الوقت هي دي كل دي نقاط مهمة جدا انه انت تحافظ على العبادات لان هي دي اعظم هدف في الحياة. مهم جدا انه انت لا تقلد احدا ويكون عندك شخصيتك المستقلة. انه - 01:06:24

انت تكون عايز تكون انسان ناجح مع نفسك. فيه امور مهمة اللي هي العادات اليومية بتتصحي امتى بتناكم امتى؟ بتاكل ايه؟ التغذية الممارسة الرياضة آآ صحبة الخير انا ما اتكلمتش عنها. آآ صحبة الخير مش صحبة الخير مش لازم يكونوا عايشين معك. لكن يكون في تواصل آآ - 01:06:44

اه اي شخص اي شخص بيضيع وقتك او بيعرك عن الخير اقطع علاقتك به مباشرة اذا لم تستطع انه انت غيروا يعني لازم تفهم ان الصحابة يعني احنا كان معنا كثير من أصحابنا. اول ما بدأت اصلی يتربى على. انت بتتربي على! ده ازا كنت انت المفروض تستحي من نفسك - 01:07:04

آآ لذلك الحمد لله كنت جريئا في الخير آآ ان انا بصللي اصلی وفي في الجامعة كنت اقول للدكتور انا رايح اصلی آآ ازا كان ازا كان الولد اللي اللي قاعد مع بت في الجنينة مش مكسوف انا هتكسف - 01:07:26

اروح اصلی ودي مشكلة ان الانسان المؤمن يكون مكسوف ومحرج. والانسان الفاجر عنده جلد وعنه قوة وعنه جرأة. لاأ لازم يكون عندك جرأة في الحق فلذلك صحبة الخير. صحبة الخير في اتجاهين - 01:07:39  
من يشجعك على الخير وترى فيه انه بيت فيك روح العمل والنشاط وطبعا الايمان بالله قبل كل شيء ببقى ده تحافز عليه. طب الثاني شخص بيتربي عليك تقول له انا باتمرن يقول لك يا عم نام. تقول له انا بدأت اعمل برنامج غزائي. يقول لك يا عم كبر دماغي. انت - 01:07:54

خد براحتك خد راحتك. طب انا عايز احفظ قرآن. يا عم ما تعال اقعد معنا وقت حلو لأ. ما فيش الكلام ده. لو انت لا تكن لطيفا على حساب نفسك - 01:08:09

واحد بيتصل بي سلام عليكم عامليه كوييس الحمد لله هيحكى بقى؟ لا خلاص انا والله ورايا حاجة انما مش ورايا حاجة بيقى عمرك هيضيع والله العظيم انا يتحسر قلبي على كل شاب عنده قدرة وعنه طاقة وعنه مواهب والاقيه عايش ليل نهار على فيسبوك - 01:08:19

وعمال يعني يتتابع ده ويتابع ده من غير ما يعمل هو نفسه حاجة. قاعد في مقاعد المترجين وانزل الى السباق المتعة كلها في السباق انا اختم بمثال واحد فقط - 01:08:37

المثال ده هتعرف ازاي حياتك بتتغير كان في شاب اعرفه كان يعني حافظ القرآن نص ونص وكان مكسل يراجعه قال لي ممكن تدينني صفة واحدة اقدر ارجع بها القرآن؟ قلت له والله يا ابني انا هاقول لك على حاجة واحدة - 01:08:53

الزم نفسك بشيء يجبرك على مراجعة القرآن. قال لي ذي ايه؟ قلت له اتصل دلوقتي بالناس اللي هم في المسجد قل لهم انا اللي  
هاصلي بكم التراویح رمضان ده من دلوقتي كان باقي ست شهور - 01:09:10

والله العظيم رمضان ست شهور. حط في نفسه ان انا هايف اصلی بالناس بعد ست شهور بالقرآن كله والله العظيم حياته كلها كلها  
اتغيرت انا مش عارف اقول لك ازاي يعني - 01:09:25

اول حاجة كل لحظة في وقته بقت للقرآن بيصلني حد بيقول طول معلش انا والله مش بحب ازود عن الساعة. هو الدروس يعني  
الناس اللي هم معنا في مجموعات طلب العلم ممكن ازود معهم لحد اربع او خمس ساعات واكتثر طبعا. لكن يعني آآ - 01:09:43  
آآ الاستاذ محمد اللي هو آآ اقترح علي فكرة الدرس يعني قال لي ان هي تكون ساعة لكن خلينا نرجع للمثال ده وان شاء الله اختتم به  
الشاب والله يعني تخيل شاب كان بيصحى الصبح يفكر كيف يقتل وقته ويضيعه - 01:10:01

ممكن واحد يقول له تعال معی انا رايح آآ عيش او رايح السوبر ماركت يروح واحد تاني يتصل به يرغی معه ساعة آآ شاف  
فيلم مثلا يتفرج ماشي ما عندوش حاجة ما عندوش حاجة اصلا - 01:10:18

دلوقتي بقى عنده هدف اتقان القرآن وضبط القرآن عشان بعد ست شهور هقف اقول الله اكبر والناس هتسمعني. تمام عمل ايه بقى ؟  
عايز اقول لك كل ثانية بقت للقرآن. بيصلني السنن بالقرآن - 01:10:30

آآ حد بيقول اتكلم عن تجربة تفسير الطبری آآ ربما تكون مش مناسبة للشباب هنا لان هنا انا بتكلم يعني مش كل طلاب علم انا بتكلم  
عن النجاح بشكل عام - 01:10:45

ممكن ان شاء الله دي نعملها خاصة بالمجموعات اللي اللي معنا في طلب العلم نرجع بقى للمثال الشخص ده آآ خلى زوجته تراجع له  
واولاده يراجعوا له. ولو قاعد في الشغل مع اصحابه وفي وقت راحة يقول لهم ممكن تسمعوا له سورة طه. سورة ابراهيم. ممكن  
تسمعوا لي سورة كذا سورة كذا - 01:10:55

يعني تصور كده مجرد والله ده اللي انا بقوله لك. مجرد انه حط هدف كده كل حياته تغيرت تماما بقى بيحافظ على العبادات بقى  
بيأخذ بالله من نفسه بقى عارف امتى ينام امتى ويصحى امتى ولازم يصحى دلوقتي عشان وراه صورة كذا وهيسمعها لفلان -  
01:11:16

هي دي بالضبط. اي واحد يريد ان يحافظ على وقته وعلى عمره لا يمكن الا لما يضع لنفسه جدول اعمال جدول بتحسين  
الخلق تعلم القرآن قيام الليل آآ طاعة مثلا الوالدين رعاية الزوجة والابناء تربية الابناء تعلم لغة آآ ضبط القرآن آآ تعلم التفسير آآ -  
01:11:37

تعلم الاحاديث النبوية. قراءة صحيح البخاري. آآ قراءة مثلا رياض الصالحين. قراءة آآ التفسير المختصر. آآ مثلا مساعدة الناس ان انا  
كان معنا ناس كتيرة في حتننا في المنطقة عندي - 01:12:02

ما لهمش يعني في موضوع طلب العلم وال حاجات دي. لكن يقومون على اعمال شريفة وعظيمة. بيعمل ايه؟ بيمر على بيوت الناس  
كلهم بيجمع مين الارملة اللي تحتاجة؟ مين اللي اولاده عايز - 01:12:15  
عايزين كتب مين اللي كزا؟ اي مشروع خيري تتقرب به الى الله لابد ان تبدأ فيه من الان. انسان من غير اهداف يبقى انسان ما فيش  
هو هو الانسان تميز بايه - 01:12:25

هو الانسان ما الذي يميزه عن الذي يأكل يعيش لطعامه وشهوته ده يا اما هو كافر يا اما هو بهيمة. انما الانسان المؤمن لا الانسان  
المؤمن لا ابرح حتى ابلغ. عندي هدف. انا عارف - 01:12:39

ان انا عندي هدف فانا بقى مش ههدا غير لما اوصل ان شاء الله او اموت في السكة يبقى حاجة من الاثنين. انا حطيت الهدف اهو.  
عايز آآ اتعلم القرآن. عايز آآ ازبط جسمی. عايز آآ اعلم اولادی. عايز آآ آآ - 01:12:55

اطلب علم اي حاجة جميلة عاوزها لازم تضع لها حد بيقول حاجة احيانا نضع الجدول الخطط ثم تأخذنا الظروف في طريق اخر. ما  
هو الاستاذة هاجر تقريبا بتسأل السؤال ده. ما ده سؤال مهم جدا. ليه ده ضعف الهدف في نفسك - 01:13:11

فذبذب نفسك عن الهدف هو ده اللي مخليك تضحي به. يعني اقول لك على حاجة. انا مثلاً دلوقتي قاعد مرتبط ان انا ورايا بالليل  
محاضرة وورايا الصبح محاضرة وورايا درس يوم الجمعة وباعلم اولادي ومثلاً هاعلم كذا آهلعب رياضة فانا لو لو - 01:13:28  
هنا الهدف دي لها قيمة عندي يبقى لما واحد يجي يكلمني في التليفون اقول له والله معلش عشان انا ورايا شيع انما انا اهدافي  
مش مهمة بالنسبة لي خلاص. عادي. ممكن افتح والله العظيم انا بشوف واحد يعني ممكن اكون مسافر مع واحد في قطار او طائرة او  
- 01:13:46

اتوبيس والله ممكن يقعد تمن ساعات كنت مرة مسافر من بلد يعني كان آكان بلد في المانيا اسمها هامبورج ورايح آفيينا  
بالاتوبيس والاتوبيس عطل عشر ساعات. يعني قعدنا تقريباً خمسة وعشرين ساعة في الاتوبيس. وكان جنب ناس عينيهم ما -  
01:14:03

ما طلعتش من من التليفون فازا كان الانسان ممكن يصبر على شيء بيضر آعينيه واعصابه. مش قادر  
والله والله العظيم في شباب دلوقتي ما بيقدر يفتح المصحف خمس دقائق - 01:14:21  
ويقدر يفتح الفيسبوك عشر ساعات. والله ما هيتفعل بشيء. اقسم بالله العمل على الارض الفيسبوك ده تاخد منه  
معلومات تاخد منه فكرة تاخد منه آ طريقة تاخد منه كده ممكن تدخل تبعث لصاحب حاجة لكن مش هو ده مش مكانك الاصلي -  
01:14:38

مكانك الاصلي ارض الواقع. بيتك او النادي او المكتب او الشغل. فما تحولش بقى ده للايه؟ حد بيقول الافضل اني اعمل جدول  
بالليل للصبح انا فيرأيي بحب الصبح - 01:14:58

بحب من اول النهار من اول يعني الجدول يبدأ من قبل الفجر واحد يصحى قبل الفجر يصلى ركعتين لله سبحانه وتعالى  
ويدعى ويبدأ. طبعاً احنا بقى خلينا نختم بقى بحثة على رمضان عشان احنا اصلاً القصة كلها بادئتها عشان رمضان يعني -  
01:15:11

آ رمضان شهر عظيم جداً وهو شهر الخير بلا شك اه انا قلت قبل كده ان رمضان يعني وبحب أؤكد على الفكرة دي. رمضان هو  
شهر العمل مش شهر التنظير. احنا دلوقتي حطينا الدرس بدري عشان نبدأ بقى في رمضان نشتغل - 01:15:28

بعد رمضان آ يعني ان انا آ عندي صيام وعندي قيام وعندي اعمال صالحة وبابا حافظ على على وقتى آ قدر الامكان. يبقى آ  
انا ضد فكرة ان الانسان آ يعني يقضى النهار في - 01:15:43

نوم آ وبالليل آ يسهر حتى يعني طبعاً اكيد يعني احنا معروف ان انت مش هتسهر على التليفزيون ان شاء الله. لكن كان تصور الناس  
زمان كده ان هو بيقول لك انا بسلي صيامي بالنوم - 01:16:02

او بيتفرج على المسلسلات اللي فاتته بالليل ويجي بالليل يكملا لانهم بيعملوا لك حوالي اربعين مسلسل تقريباً بيحاولوا بقى  
يحافظوا على صيامك يضيعوه الصيام بالنهار. وبالليل يضيعوا لك القيام يعني. فدي اول حاجة يعني اكيد ان شاء الله انت مش  
محتاجين الوصية دي - 01:16:16

انسى فكرة التليفزيون ابداً في رمضان. لو انت فعلاً عايز ربنا يعني اه يغيرك في رمضان. انس فكرة التليفزيون ده تماماً. ازا كنت انا  
بقول لك البرامج هي ما بتتفرجش عليها عشان تحافظ على وقتك في القرآن وفي تدبر القرآن والدعاء والاستغفار وهكذا. وان كان  
الانسان ممكن طبعاً يقرأ - 01:16:32

السنة يقرأ في التفسير طبعاً بلا شك واضح كده؟ لكن انا فيرأيي ان آ رمضان لازم تعمل له برنامج وفيرأيي انك تحاول الاسبوع  
اللي باقي في شعبان تبدأ برنامج رمضان من النهاردة - 01:16:52

يعني ما تنامش الا اما تصلي لله سبحانه وتعالى ولو حتى ركعتين كده. واحب انك تصلي بالسور اللي انت حافظها. ده ده انا بحب  
كده. طب ما انت ما حفظتش سورة تبارك سورة عمد - 01:17:06

اي صورة صل بها السنن. آ طبعاً عندك اوقات الدعاء مهمة جداً. آقل من التواصل مع الناس. يعني انت دلوقتي عندك جروب على

واتساب وتليجرام أ يعني حاول تخلி رمضان جدوله محدد. اهتم فيه باتقان الصيام واهتم فيه واللي شغله - 01:17:16  
بالليل طبعا اللي شغله بالليل خلاص ما احنا يا جماعة مش بنقول قرآن يعني. الانسان بيفصل نفسه عادي يعني والله الخير يعني الله سبحانه وتعالى جعل الليل والنهر خلفة لمن اراد ان - 01:17:36

ذكر او اراد شكورا. يعني ما فيش حاجة اسمها لازم الانسان يزاكر بالليل او اقصد يعني يبدأ بيومه بالليل او بالنهر. كل واحد تبع ما آالمهم انك تبدأ لكن والله يا شباب انا - 01:17:46

يعني احب ان انا اختم معكم بفكرة ان الانسان يحاول يصلح نفسه في كل حاجة يصلح نفسه في الدين يقرب من ربنا العبادات يتعلم دينه. هو دلوقتي معنى انك انت طبيب ولا مهندس ولا عامل ولا ربة منزل ما تتعلميش ليه؟ اتعلم دينك. كل يوم - 01:18:00  
لو قرأت حديث واحد وشرحه ولو اية وشرح هتعلم والله انا اعرف دكاترة جامعة اقسم بالله ما فاهم حاجة في دينه والله العظيم اقسم بالله دكتور جامعة وببروح بيديبح للاوياء والصالحين ويشرك بالله - 01:18:16

وهو المفروض مسلم ومش فاهم اي حاجة في دينه. والله العزيم كان معنا دكتور في الجامعة ما كان بيعرف يتوضأ استاذ دكتور في الجامعة والله ما كان بيعرف يتوضأ لأن يعني العلم لازم اخد من العلم قدر الامكان. يبقى الجانب الاول جانب الدين في العبادات وفي العلم. في الجانب الثاني جانب الخلق وتحسين الخلق - 01:18:30

عندى مشكلة خلقية احاول اصلاحها. في عندى جانب القوة والصحة والرياضة. في عندى جانب العادات اليومية. في عندى جانب المحافظة على الوقت. في عندى جانب الاهتمام بيتي وزوجتي واولادي في عندى جانب تعليم الناس. ونصيحة الناس. والاصلاح بين الناس. المهم ان انا لا اترك بابا من الخير الا - 01:18:49

واحاول ان اغير نفسي فيه. والله سبحانه وتعالى لن يضيع تعب الانسان. انا طولت عليكم كتير جدا لكن يعني انا طبعا والله قلت لكم كلام مش مترتب لان انا لما باتكلم في موضوع تغيير النفس وتزركي النفس بيبقى الموضوع جميل جدا نفسي اقول فيه كل حاجة لكن الوقت بيكون ضيق - 01:19:09

لكن ارجو اقول آآ اكون يعني فتحت لكم الابواب لكن اهم شيء نفسي يعني يعني لو احنا عايزين نختصر ده كله في شيء واحد هي كلمة اعني على نفسك يعني نفسك هي المشكلة - 01:19:26

انت عارف طريقك فين بس انت بتضيع وقت وبتماطل وبتلف وتدور حوالين انت عارف عيوبك وعارف ازاي بتصلحها وعارف الحاجات اللي بتوقعك في الغلط. وعارف الحاجات اللي بتشجعك على الخير. عارف ايه اللي ناقصك. عارف ايه اللي انت محتاجه. انت كل ده عارفه - 01:19:40

بس ايه المشكلة في ايه؟ انك انت عمال تأخر انك تبدأ والمشكلة انك عمال تأخر وقوتك بتقل. عمال تأخر. عارف الطريق انا اعرف واحد بقى له خمسة وعشرين سنة بيقول لي انا عايزة اتقن القرآن - 01:19:58

والى الان كل ما قابلني قل لي نفسي يا اخي احفظ القرآن. وهو لسه حتى ما بدأش. ابداً. استعين بالله. ركز مع نفسك. ما حدش هينفعك. ما حدش فاضي لك يشجعك - 01:20:14

النهاردة انا فضلت اقول لك كلمتين او هبعت لك رسالة او النهاردة فلان شجعك. لكن مش مش فاضي لك فربنا يحفظكم يا شباب. والله الدنيا دي يعني الدنيا دي هي المزرعة للآخرة - 01:20:24

هي الدنيا دي اللي بلغ بها الصحابة الكرام انهم خير امة للناس. هو نفس الوقت اللي بيمر علينا مر عليهم لكن في انسان عارف قيمة العمر وعايز يدخل اعمال صالحة يقابل بها ربنا. والباقيات الصالحات خير عند ربك ثوابا وخير املا. خير - 01:20:40

ما تؤمله. وفيه انسان مش حاسس السكينة سارقا زي ما احنا بنقول بيعدي اليوم والتدين والثلاثة هو مش في دماغه لكن امته بقى هيفوق بعد ما يكون خلاص ما عدش عنده قوة - 01:20:57

ومش قادر يعوض اللي فات. ساعتها بقى يقول ياه! يا حسرة على ما فرطت في جنب الله. يعني ده انا ضيغت كتير كنت ممكن في الوقت اللي انا حرقتوها ده وضيغته والله يعني - 01:21:09

انا قبل ما اتعلم القرآن كان كتبت مش مهتمة طبعا بالقرآن ولا كنت بقرأ. والله اول ما قرأت القرآن وحبيته قلت ازاي العمر ده كله ضاع من غير ما اتعلم القرآن. لكن - [01:21:21](#)

ما هي اصدق عالمة لتحسر الانسان هو تعويض ما فات يعني لو انت قلت والله انا بقى لي عشرين سنة ما قمتش الليل. اصدق شيء يؤكّد انك صادق انك تقوم الليل النهاردة - [01:21:34](#)

وتقول يا رب وتدعى يعني انت تدعى يعني ادعى ربنا اللهم انت ربى لا الله الا انت خلقتني وانا عبدك وانا على عهده ووعده ما استطعت اعوذ بك من شر ما صنعت ابوء لك - [01:21:47](#)

نعمتك على وابوء بذنبي فاغفر لي فانه لا يغفر الذنب الا انت. اللهم اعني. ادعى ادعى ربنا واشتكي لربنا وقل له يا رب انا عندي مشكلة. يا رب انا عندي اهواه عندي شهوة - [01:21:59](#)

تعباني آآ اخلاقي وحشة انا بغضب كتير انا مكسلا انا عندي هو نفس. انا اخلاقي مش كويسة انا ضعيف عن العبادات اشتكي الشكوى لربنا من من من العبادات انك تظهر فكرك لله سبحانه وتعالى. ادع لله سبحانه وتعالى بكل شيء آآ تحبه - [01:22:09](#)

يعني لازم تعرف ان ربنا سبحانه وتعالى لا يمكن يضيع انسان طلب طريق ربنا. بالعكس يزيد الله الذين اهتدوا هدى. ان شاء الله هيكون لنا يعني آآ يعني وقفات كثيرة جدا يعني والله عندنا برامج كثيرة يعني انا ناوي ان شاء الله ان انا اعمل لكم حلقة - [01:22:29](#)

ه تكون فيها حوالي خمسين حلقة كل حلقة عشر دقائق فقط. هتكلم فيها عن عن بصورة بقى موسعة جدا نتكلم فيها عن اهدين الاسلام نتكلم فيه عن العقيدة عن الایمان باسلوب مبسط. نتكلم فيه عن كل معنى في الایمان. في سلسلة تانية نتكلم فيها - [01:22:48](#)

آآ عن حد قال آآ بارك الله فيكم. حد استاذ خليل بيقول ان احنا عايزين يعني مسوطين من الكلام عن تزكية النفس. طبعا تزكية النفس اي انسان محترم عايز يغير من نفسه - [01:23:05](#)

فان شاء الله يكون عندنا سلسلة كمان جميلة بعنوان القوي الامين نتكلم فيها عن كل فكرة من دول في عشر دقائق ان شاء الله هيكون عندنا سلسلة سلاسل كثيرة جدا عن الرياضة هنتكلم فيها عن التغذية. طبعا انا مش متخصص في التغذية لكن في الرياضة طبعا الحمد لله انا لعبت رياضة اكتر من اتنين وعشرين سنة في حياتي وكتت - [01:23:17](#)

سافرت بطولات عالم وكده. وانا بحب الرياضة جدا وباحب الاهتمام بال營غذية وال حاجات. آآ لكن مش مش متخصص طبعا في الطب. آآ لكن هنتكلم من باب التوصية ان احنا فدائما نشجع بعض - [01:23:35](#)

نشجع بعض على الاخلاق على الدين على العلم على القرآن على قيام الليل على الاهتمام بالأسرة على الاهتمام بالصحة الاهتمام بال營غذية على آآ على قيام الليل كل حاجة جميلة ممكن آآ تدخل في معنى المؤمن القوي ان شاء الله نتكلم فيها - [01:23:47](#)

ربنا يبارك فيكم وانا اسف طولت عليكم والكلام يعني مش متربط لكن آآ يعني الكلام والله طالع من قلبي فان شاء الله آآ ربنا ينفعنا به ويجعلنا من الصادقين ربنا سبحانه وتعالى - [01:24:05](#)

يفرج عنا ما نحن فيه. وآآ ينجي المستضعفين من المؤمنين من كل مكان. وآآ لعل دي فرصة ان الانسان يعرف ضعفه ويعرف حاجته الى الله ولا يمكن ابدا يكون المؤمن امره الا خير. بشرط ان هو يشكر عند السراء. جزاكم الله خيرا وبارك الله فيكم - [01:24:19](#)

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته. عايز انبه ان في آآ قناة على يوتوب وضفت فيها شوية افكار كويسة عن القرآن وعن تغيير النفس وعن الارادة آآ وان شاء الله تجدوا فيها اشياء مهمة حتى لو فيه واحد فيكم مش مهم بالعلم اللي هو التأصيلي قوي. هيجد سلسلة اسمها محكمات الاسلام - [01:24:39](#)

من سورة يونس. ارجو ان هي تكون مفيدة له. واسكر استاذ محمد اللي هو اتاح لي الفرصة واقتصر فكرة ان احنا نكلم الشباب وهو شاب زي الورد واضح ان هو يعني حابب ان احنا آآ نهتم بالشباب وآآ وده اقل - [01:24:59](#)

شيء ان احنا نقدمه آآ وبارك الله فيكم واحسن الله اليكم. والسلام عليكم -  
01:25:14