

مجالس فقه النفس 210 | اقرأ 60 | آثار الحس والمدخلات

والجهل وعلاقته بالصحة النفسية

عبدالرحمن ذاكر

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على محمد وعلى اله وصحابه اجمعين رب اشرح لي صدري ويسر لي امري واحلل عقدة من لساني يفقه قولي اللهم وجهنا لما خلقتنا له واصرفنا عما نهيتنا عنه. ولا تشغلنا بما تكفلت لنا به. اللهم اجعلنا من جند الخير دلنا عليك ارشدنا اليك - [00:00:00](#)

عنك علمنا منك واعذنا من مظلمات الفتن ما احببتنا. اللهم انصرنا بالاسلام وانصر الاسلام بنا واجعلنا حجة له لا عليه واجعله حجة لنا لا علينا. السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته - [00:00:21](#)

نسأل الله سبحانه وتعالى ان يجعل الغيث غيثا وان يبارك لنا فيه وان يؤنس من لا غطاء آآ لهم ولا سقف فوقهم وان يعيننا على ان نكون عوناً لهم ان شاء الله. اللهم امين - [00:00:37](#)

اه السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته نبدأ اليوم في هذا المجلس اللي اه سنكمل فيه ما بدأناه حتى الان من رحلة اه موجز فقه النفس في الحديث عن المدخلات والحس وما يتعلق بها. اليوم ستكون تقريبا اخر وقفة مع ما يتعلق بالحس - [00:00:56](#)
اخر وقفة مع ما يتعلق بالحس ان شاء الله. وكما اه ذكرت سابقا ونشرت اه على القناة اه سيكون لدينا محوران المحور الاول هو تعليق على بعض الاعلانات او الاعلانات اللي اه يعني وضعناها سابقا كتطبيق عملي - [00:01:17](#)

كيف آآ ممكن ان نمسك وان نتوقف مع آآ بعض المدخلات التي تدخل الينا وما هي مرجعياتنا وان كنا سنتكلم لاحقا على المرجعيات وما هي مصادر تفكيرنا واحكامنا على الاشياء؟ لكن سنتوقف مع الاعلانات وهي يعني اشكال واللوان من الاعلانات والمواد الاعلامية - [00:01:38](#)

اه كيف نحكم عليها؟ وهل وهل هي مؤثرة فعلا ام اننا نبالغ في قضية اه اثر هذه الاعلانات وغيرها وسيفتح لنا هذا يعني التعليقات يعني ابواب كثيرة في موضوعات متعلقة بها - [00:02:00](#)

ثم المحور الثاني هو في الاجابة عن طيب عندما تدخل هذه المدخلات ما الذي آآ تحدثه في النفس؟ ما اثار هذه المدخلات في النفس وما خطر ان يبقى الانسان فقط عند الحس ولا يتحرك - [00:02:16](#)

الى ما بعده هذا سيكون محور يعني آآ او محورا الحديث اليوم ان شاء الله اه لمن يتابعوني سواء عبر اه تيليقرام او عبر يوتيوب انا وضعت اه الشرائح التي اه يعني اه سنخوض فيها اليوم موجودة على القناة - [00:02:32](#)

ولكن سابداً كما قلت اولا بالعودة الى الاعلانات التي كنا قد وضعناها سابقا وساعلق عليها شيئا فشيئا. قبل ان اعلق على الاعلانات آآ ارجو ان آآ يكون واضحاً اننا لن نتكلم على الاعلان الا بعد ان نكون قد يعني آآ مررنا سابقا - [00:02:54](#)

على اهمية المدخلات وان المدخلات المتكررة تؤثر وان النفس تتأثر ربما بطريقة مباشرة او غير مباشرة وان عدم وعينا بالاثار لا يعني انه ليس ثمة اثار لما يدخل الينا من اعلام من افلام من مسلسلات من من اغاني من الحان من كذا - [00:03:16](#)

وما نحن فيه اليوم يدل على ان الامة تتأثر. يعني لاحظوا مثلا هنالك لفظ الان في مواقع التواصل حول مادة اعلامية نشرت مؤخرا من من قناة معروفة للافلام وكذا. واحديث لفظا. هنالك من يدافع عن اهل هذه المادة في عرب - [00:03:36](#)

معين. وهنالك من من يهاجم. الذي يدافع هذا الى اي درجة وصل من التأثير بالاعلام ومدخلاته الى ان يدافع عن مادة غاية في السوء.

وبعض الذين يهاجمون هم ايضا يتأثرون بطريقة غير يعني مباشرة. بعض اقول بمعنى بعض من يدافعون عن ممثلة معينة ولا ممثل معين - [00:03:56](#)

يقولون لا لا عهدناكم ناس يعني نظاف وكذا عهدناكم ناس نظاف على اساس انه الادوار السابقة كانت نظيفة. اين كيف وصل الانسان الى مرحلة ان ان يرى سوءا وعربيا وكذا نظيفا؟ هذا ايضا من اثار المدخلات - [00:04:23](#)

على اي حال تعالوا نبداً شيئاً فشيئاً في التعليق على اه بعض هذه المواد وسبحان الله كنت اود ان اعلق على بعض المسائل في مجالس التربية القادمة اه في مجلس التربية القادم ولكن - [00:04:41](#)

ان كوننا اليوم سنتكلم عن عن الاعلان الاول لان الاعلان الاول هو اعلان صناع الحياة في مرحلة من مراحلها للداعية عمرو خالد الداعي المصري عمرو خالد سيفتح التعليق على الاعلان اه مجالات متعلقة بالاسلام السياسي والجماعات الاسلامية - [00:04:55](#)

الدعاة الجدد الى اخره دعوني اعلق عموماً على الاعلان اولاً ثم اتي على بعض المسائل التي قد تحدث لفظاً عند البعض والتي قد يظنون انه عبدالرحمن ذاكر هذا يعني ضد اي - [00:05:17](#)

شيء متعلق بالسياسة وضد اي شيء متعلق بالجماعات الاسلامية لا لا هذا كلام يعني غير صحيح على اي حال. دعونا نبداً اولاً في التعليق على الاعلان الاول الاعلان كان في اه قرابة الفين واربعة الفين وخمسة - [00:05:29](#)

وايامها كان طبعا الداعية عمرو خالد يعني آ له شهرة معروفة وصل الى يعني آ اصقاع الارض نيويورك تايمز تكلمت عنه كاحد الشخصيات المؤثرة في العالم اه العربي والاسلامي. اه - [00:05:50](#)

هذا الاعلان الذي قد يكون في نظر البعض يوه اعلان يعني بسيط ايش الجرافيكس اللي فيه وايش المؤثرات هذا ايامها كان يعتبر بومنج كما يقال هذا يعتبر يعني شيء يعني مؤثر جدا - [00:06:08](#)

واخذ شهور هذا الاعلان البسيط في الاعداد وانا شخصيا اعلم اناسا من مصر من لبنان من آ بريطانيا من جدة واظن اماكن اخرى لكن هؤلاء على الاقل يعرفوهم الذين شاركوا - [00:06:23](#)

في صناعة هذا الاعلان فكان ايامها اعلان مبهر اخيراً الاسلاميون عندهم مادة رائعة تبهر في الاعلان عن مشروع كبير يحوي شباب من الجنسين حول العالم الاعلان عن صناع الحياة فاول ما يخطر على من صناع الحياة اه اي حياة سيصنعون هؤلاء - [00:06:42](#)

فتبدأ يبدأ الاعلان بشخص الداعية المعروف الذي تصبو اليه يعني او ترنو اليه الانظار ويلاحقه والشباب من الجنسين في كل مكان ويتصوروا معاه في الاستديوهات ويسافر من بلد الى بلد ويحضر له عشرات الالاف ووصل الى ملايين المتابعين - [00:07:08](#)

يبدأ الاعلان بهذا الشخص الداعية الذي سيأخذ بايدي الشباب الى النهضة الى الحياة الى صناعة الحياة الى الكلمات الكبيرة هذه فيكون اولاً يقف على جسر وسيأخذ بايدينا الى النهضة والعمران. ما تعريف النهضة؟ ما تعريف العمران؟ ما تعريف الحياة التي سنصنعها؟ واذا - [00:07:28](#)

ابراج شاهقة ومدنية عمرانية استهلاكية طرفية كأنك في نيويورك ولا في سنغافور ولا في سويسرا ولا في السويد ولا في وهذا ما يعني وهذا ما ننقده دائماً من اختزال مفهوم عمارة الارض وخلافة الارض بهذا المفهوم - [00:07:53](#)

وها نحن نرى الان مخلفات هذه الطريقة لدى بعض الدعاة الجدد الداعية عمرو خالد اسأل الله سبحانه وتعالى يعني ان يهدينا وان يهديه وان يغفر له وان يأجره عن خير ما فعله وان يعني آ يغفر له ما - [00:08:15](#)

دون ذلك هو مثال فقط وغيره من الاسماء تدعو الى نفس الطريقة الى ما يسمى اسلام السوق الى ما يسمى الاسلام الرأسمالي الاسلام الامريكي لا اريد ان اخوض في اسماء كثيرة - [00:08:30](#)

لكنها على نفس الدرب. دائماً الامثلة متعلقة بعمران مادي. متعلقة دائماً بابراج بناطحات سحب باقتصاد بكذا وتحت مسميات صناعة النجاح. ريادة الاعمال. الى اخره الى اخره فاول شيء في الاعلان هو ان هذا هو النهضة. انتم ايها المتخلفون العرب المسلمون ما زلتم

في الصحراء ما زلتم ووراء البعير ووراء الحمار ووراء - [00:08:44](#)

وانا الذي ساخذ بايديكم عبر صناع الحياة الى الحياة طبعا لاحظوا شاب مأخوذ اصلاً بافلام هوليوود وبدورات صناعة النجاح

وشعوذات التنمية البشرية والدعاية الفلاني الذي دائما يسوق لصناعة النجاح وغيرها - [00:09:13](#)

قائد التنمية البشرية الذي يتحدث عن النجاح وغيره. يأتي ليشاهد مادة كهذه. ما الذي بقي له؟ عندما يقرأ كلمة الحياة في القرآن اي حياة ستكون اي حياة ستكون؟ ان الدار الاخرة لهي الحيوان اي حياة هنا؟ اي حياة هنا؟ - [00:09:32](#)

طيب او ك سنبدا يلا صناع الحياء. ما هو او ما هي اول رسالة نريد ان نبثها في صناعة الحياة؟ التربية والتعليم. ممتاز صحيح التربية والتعليم رقم واحد نعم انا معك ايوه - [00:09:53](#)

مدرسة اه اللباس اه اللي يرتديه الطالب هو اه اه لباس المدارس الخاصة غالية الثمن اللي لا يرتادها الا اوساط معينة والمعلمة المعلمة لباس متبرج صحيح ساتر يعني لا مو يعني لكنه متبريجة - [00:10:06](#)

وايضا باللباس التقليدي كما يسمى او اليونيفورم للمدارس الانترنتاشونال اللي فيها ما فيها من الارساليات ومن التبشير ومن العلمنة ومن اللحاد ومن الشذوذ ومن ومن لكن فيها انجليزي وفيها كذا. فنحن مخترقون اصلا - [00:10:31](#)

من دعاة يسوقون الى منظومة اسلامية وهم يحسبون انهم يحسنون صنعا وبعد ذلك الاهتمام بقوية الزراعة ودائما المزارع البسيط اللي كذا يعني بعد الانترنتاشونال سكولز اه المزارع على اساس انه احنا - [00:10:50](#)

نشمل جميع اوساط المجتمع ثم نأتي الى وطبعا العمل المهني والنجارة والكذا ثم نأتي الى النادي الصحي وهنا نأتي بالمتحجبة وهي ترتدي رداء يعني يعني نص حجاب وتلعب في في نادي صحي - [00:11:09](#)

ينزعج كثير من اخواننا يعني ممن نحسن الظن بهم ان شاء الله. دكتور ما لك يعني كثيرا على الاسلام السياسي والجماعات الاسلامية يعني انت ضد انا مو قضية ضد اي شيء يوصل الى تمكين دين الله سبحانه وتعالى كما يريد الله - [00:11:34](#)

وليس على امزجتنا واهوائنا وكما خططهم سايكس بيكو وكما خطته عقلية التغريبة الفلسطينية اهلا وسهلا لكن لا على غير مراد الله ودائما يعنينا خطاب الشعب. ما الذي يفقه به الشعب اه هوليوود؟ اذا لازم نعمل فيلم هوليوودي حتى نصر الاسلام ونصنع الحياة -

[00:11:52](#)

على اي حال بالدعاية التي تليها اه اعلان حذاء رياضي الاعلان كله ومن اوله الى اخره افكار سلبية سلبية سلبية مدخل متكرر متكرر متكرر ثم اخر لقطه فيها عقاب - [00:12:16](#)

قبل الحرامي الذي سرق من البنك وآآ يقفز على على الحذاء الرياضي هذا ولكنه حرامي حنون آآ لم يضرب الطفل اللي كان في العربة بالعكس قفز فوق العربة وكالعادة الشرطة اه هبلة ساذجة لا تستطيع ان ان تلحق بهذا الحرامي المتمكن القادر - [00:12:32](#)

تأتي هذه الدعاية اللي هي بضعة ثواني اقل من دقيقة طبعا لكنها تخاطب في نفوس المتلقين افلام هوليوود والافلام اللي فيها دائما العصابة هي الجيدة ونصفق لها حتى تهرب من من الشرطة وقلوب - [00:12:53](#)

معلقة بان يفوز هذا النصاب ولا الحرامي ولا ولي العصابة ولا لدرجة ان الاطفال لما شاهدوه حتى احدهم يعني آآ احدهم آآ اوقع المزلاج الذي في يده وتنتهي الدعاية حتى نلتف اذا في يوم من الايام واحد قال نرفع عليهم قضية لانهم يعني آآ نشروا قيما سيئة

فيعني انه هذا الحرامي وهو يطير من - [00:13:12](#)

عندما وصل الى الشقة المروحة يعني قطعت رأسه. بس انتهت الدعاية ما الذي سيتذكره الدماغ الانساني من كل الدعاية؟ كل شيء قبل ذلك. القفز والركض الحر والرياضة اللي منتشرة هالايام الركض الحر وكذا مع هذه مع القفز عاليا بهذا اه بهذا الحذاء الرياضي -

[00:13:43](#)

وانه غلب الشرطة والتمرد وروح التمرد عند الشباب الذين يشاهدون افلام السرعة والسباق وكذا. واخر ثانية اذا رفع علينا قضية انهيناه نهاية مأساوية لهذا الحرامي الدعاية التي تليها من اجل دعاية ايس كريم - [00:14:08](#)

اغاني مهرجانات شباب يرقصون بطريقة سيئة اه قلة احترام للوالد وبين قوسين كسر قيمة الوالد وكسب قيمة بر الوالدين كل هذا من اجل الاعلان عن اه اه ايس كريم البعض سيقول يعني دكتور لحظة شوي يعني انت تظن انه انا والله اذا اشاهد هذا الاعلان

ساذهب واشتري هذا الايس تكريم بكل ساذجة - [00:14:29](#)

اه سلوا المبيعات عن ذلك سلوا الاسواق عن كمية المبيعات لمنتجات ترتبط غرائز وتمرد وجنس الجوع عطش وتملك وافضل وقصر وسيارة كيف تعمل هذا؟ كيف يعمل هذا؟ اسألوا من يعملون في التسويق - [00:14:57](#)

اسألوا مدراء التسويق احد الاخوة الذين كانوا يحضرون معنا دورة اقرأ يقول دكتور يعلموننا في التسويق المهم الليجل وليس الايفيكال المهم القانوني وليس الاخلاقي المهم لا يقبض عليك. بس قانون ما تكون عامل مشكلة. اما اخلاقيا عديها - [00:15:21](#) الدعاية التي تأتليها وهنا ساتوقف اه جاءني اكثر من ملحوظة. دكتور كيف تضع اعلانات فيها تبرج وفيها كذا؟ والله يا اخوة نحن نسدد ونقارب ولو اعلم ان هنالك وسيلة توصل نفس ما اريد ايصاله بدون ان نضع يعني آآ دعاية آآ - [00:15:43](#) ممكن يكون فيها مشهد غير مرضي او كذا والله بودي ذلك. ولا يبرر هذا. انا اقول نحن اقرب بهذا الى الخطأ منا الى الصواب. انا اقول ذلك واستغفر الله على ذلك - [00:16:05](#)

ولكن انا احتار احيانا لو قلت تصوروا في دعاية آآ فتاة متبرجة وتقترب من من شاب من اجل آآ معجون كلوسر فقط مهما قلت لن يكون الاثر كان تشاهدها بنفسك - [00:16:17](#)

واللي تعلم حقيقة اي اثر يكون بهذا الاعلان. هل هذا يبرر لا يبرر بل نحن مأخوذ علينا في مركز مكاني انا نعي على مراكز قرآنية وكذا مشاهدة مواد آآ اعلامية احيانا سيئة - [00:16:32](#)

مع مع طلاب وطالبات بحجة انه يعني يعني نحن آآ نأخذهم من المقاهي ونأخذهم نحن ضد هذا ولكن عندما نضع مادة كالتدريبية احيانا لبعض اهل الاختصاص لبعض قد نتجاوز احيانا قد نتجاوز احيانا ونبهه يعني انا نبهت - [00:16:50](#)

انه هنالك بعض الاعلانات يا جماعة للذكور تحديدا تجاوز عندما يأتي مشهد معين. انا اريد فقط ان تصل الفكرة فأقولها بكل صراحة استغفر الله عن ان نضطر احيانا لوضع شيء الاصل فيه الا يكون. لكن نحاول ان نسدد ونقارب واولا واخرا - [00:17:08](#)

ليس هذا ما ندعو اليه ولكن هو مما عمت به البلوى ونحاول تقريبه يعني قدر الامكان ونستغفر الله اولاً واخراً الدعاية التي تليه دعاية آآ عن لمعجون اسنان ايضا من اجل ماركة آآ نريد ان آآ نملين من خلفها - [00:17:29](#)

وان نجمع الملايين سرادق وفيه كومبارس عدد كبير من الممثلين. وشاب وفتاة وجرافيكس فقاعة تطير من مكان الى مكان اه بغض النظر عن الاختلاط اللي حاصل فيما وراء الكواليس بغض النظر عن كل هذا المهم ان نوصل فكرة انك اذا اردت ان - [00:17:50](#)

اه بين قوسين نضبط بنت انك تجذب فتاة انك تجذبين فتى اليك فعليك بهذا معجون الاسنان. لذلك انا منذ زمن اقول معجون الاسنان الذي يعلن عن نفسه بهذه الطريقة انا - [00:18:13](#)

اقاطعه ولا اريده او ستقاطع اشياء كثيرة. حياتنا لن تنتهي بمقاطعة اشياء كثيرة كهذه الدعاية التي اه التي تليه اه ايضا اعلان يعني اه اعلان بيبيسي طيب واه لاحظوا لعبوا على كم مسألة في هذا الاعلام - [00:18:26](#)

لعبوا اولاً على ان الجمهور اكيد يعرف معظم هؤلاء الممثلين. كلهم لاعبين اندية رياضية ومشاهير وكلهم الله اعلم هؤلاء يعني نسأل الله ان يهديهم لكن هؤلاء الاقزام هؤلاء المراهقين كل واحد كم مليون اخذ من اجل ان ان يخرج فقط لمدة ثواني في مقطع معين في

الاعلان التجاري - [00:18:50](#)

ويعتمد الاعلان على انه اكيد الجمهور يعرف افلام الويست كما يسمى افلام الغرب الامريكي والكاو بوي والبارات وما يحصل عادة من اه اه صراع في هذه الحانات من اجل ماذا؟ الاعلان عن شركة بيبيسي بس؟ لا - [00:19:17](#)

كل ماركة ظهرت في هذا في هذا الاعلان دفعت ماركة تلفونات ماركة خطوط طيران ماركة مثلجات من اجل ماذا؟ من اجل اعلان رأس مالي حتى نزيد المبيعات. مبدع طبعا مبدع. مبدع الاعلان. نعم. ثم ماذا - [00:19:39](#)

بس المهم وهؤلاء يكسبون على حساب شباب وبنات يتابعون برشلونة ومدريد ويتابعون واحنا جالسين ونقول ايش المشكلة فيها؟ ايش المشكلة؟ انا لدي مادة واضع يعني رؤوس اقلامها قريبا يعني انه يتحدث عنها. فقه الامر بالمعروف من منظور نفسي -

[00:20:03](#)

هل انا امر بمعروف وانتهى عن منكر عندما اكثر آآ يعني مشاهدة هؤلاء ولا اضح لايك على صفحتهم ولا ولا اصفق لمباريات الى

اخره الاعلان الذي يليه اعلام قديم لما كنا صغار لمعجون اسنان. لاحظوا المباشرة فيه والبساطة تماما اه - [00:20:25](#)
لمعجون اسنان يتحدث عن السوس وكيف يخرق يعني يقتل السوس داخل الاسنان. وكنا ايامها نرى لقطة ظهور الام اللي هي ساترة
ما عدا الشعر والوجه حسب يعني من يرون بتغطية الوجه. كنا نرى انه واو طلعت هذه المرأة في - [00:20:49](#)
لاحظوا كيف تطورت الاشياء تطور سيء الى ما وصلنا اليه الان. ولكن لاحظوا مباشرة مباشرة الرسالة الاعلامية ان هذا المعجون
يحارب السوس بهذه الطريقة وجيد لصحة اسنان الاطفال. بس. الان صار معجون الاسنان مرتبط بحياة جنسية وتعرف على الجنس
الاخر - [00:21:10](#)

ارض الى اخره الاعلان الذي يليه اعلان اه اه مشروب غازي اخر لكوكولا. كمية قيم الشخصية المركزية في الاعلان الانثى رقص دي
جي شبه عري اه فتاة في مكان اجتماع اه اه يعني اه عمل - [00:21:30](#)
التسويق النمط الغربي الابراج الشركات الرقص الغربي. كل هذا من اجل وتقنية طبعا في التصوير وجرافيكس عالي جدا من مشروب
غازي من اجل مشروب غازي الاعلان الذي يليه ايضا لكوكولا مع بداية كورونا - [00:21:56](#)
كمية رسائل يعني تحمل قيم لا نؤمن بها من اجل تسويق لفكرة كوكاكولا فقط الاعلان الذي يليه وهو اعلان اه اللي مكتوب عليه اعلان
تحذيري عن القيادة تحت اثر الخمر - [00:22:15](#)
هذا الاعلان كما يقال بلسان اهل الاعلام يعتبر اعلان ناجح جدا. لماذا؟ لان الاعلان اذا كان دقيقة تقريبا فنصفه نصفه تذكرون لما علقنا
على الحذاء الرياضي انه كله يسوق للمسألة السلبية ما عدا اخر ثانية او اخر لحظة لما قطعت رأسه من من المروحة. هذا الاعلان نصفه
- [00:22:33](#)

حياة عائلية واطفال سعداء وكذا. واحد خارج من عمله وسعيد مع زملائه في العمل. ونصفه لما اه اه تحت اثر الخمر اه مم يعني
انقلبت به السيارة وقتل الطفل الذي كان يلعب وانتهت نهاية مأساوية على وجهه - [00:22:59](#)
نصف بنصف وبالتالي انت اوصلت رسالة آ واضحة تماما بنصف مقدار الاعلان. بغض النظر طبعا انهم حتى يكرهوك في الخمر جابوا
مسألة انسانية اه مقبولة حول العالم الا وهو حياة الطفل الصغير. اقول يا ترى لو كان هذا المخموم - [00:23:21](#)
دخل على قرية افغانية ولا قرية سورية فيها مجاهدين ولا قرية من قرى مسلمي الصين كان سيحدث نفس الاثر لانه انت برمجت
بطريقة على ان تقبل بعض الامور انسانية وبعض الامور قد تتجاوزها ما عندك اشكال فيها - [00:23:41](#)
الاعلان الذي يليه اعلان كان في قناة اسلامية وهي قناة الرسالة الاعلان المفروض انه يعني يريدون ان ينبهوا الفتيات انه يا فتيات
احذرن ايام يهو ماسنجر لا تتعرفي على يعني طبعا هذا الكلام الان من يشاهده - [00:24:01](#)
ويضحك يقول وين تعال على الواتساب وعلى التيك توك وعلى مش عارف الانستقرام وكذا. هذا ايامها كان اعلانا لتحذير انه لا تتركي
نفسك كي تتعرفي واحذروا من الخلوة الرقمية هذه. جميل الصورة يعني الرسالة جميلة ولكن كالعادة - [00:24:18](#)
لا نستطيع ان ننشر الرسالة هذه الا بطريقة تقنية الا بطريقة درامية الا بطريقة هوليودية. فنأتي بفتاة في استوديو اه لابسة بيجامة
متبرجة. طبعا طبيخها راح نطلعها متبرجة اكيد من باب الاحتراف. وليش نطلع لك اياها متحجبة داخل غرفة نومها؟ من باب
الاحتراف - [00:24:38](#)

نطلعها لابسة بيجامة عاقل مطلعينها لابسة بيجامة ساترة نوعا ما اذكر لما وريت هذا الاعلان لبناتي قبل سنوات هاجر ابنتي الصغرى
كانت لا اذكر كم كانت بصراحة كم سنة لا يعني يمكن كانت سبع - [00:24:58](#)
سنوات شبيه من هالقبييل قالت لي بابا هذول الاثنين الممثل والممثلة في نفس الاستوديو في نفس المكان فقلت لها والله يا هاجر
التقطت ما لا يلتقطه كبار احيانا انه هذه الفتاة مع هذا الشاب اللي لابس اه الملابس الداخلية العلاقة هذي ما يسمى الفانلة العلاقات
هذي - [00:25:14](#)

في نفس المكان طبعا ما قلت هذا الكلام لهاجر ايامها ولكن اقوله الان لكم نعم هؤلاء في نفس المكان وقد يستغرقون ايام وساعات
طويلة لصناعة المشهد الدرامي وهم يراجعون السكريبتس ويراجعون السيناريو - [00:25:41](#)

وهي تقول جملتها ويمكن يحصل ضحك واختلاط ما وراء الكواليس ناهيك عن شكل الشيطان اللي مقتبس من الروايات الكنسية واليونانية والرومانية الوجه الاحمر والقرون هذا كله في قناة اسلامية نريد ان نحذر الفتيات - [00:25:57](#)

طبعا لا عجب ان تكون الفتاة التي تمثل هذا الاعلان او الشاب قد نراهم لاحقا في نبقى انا عادية تماما علمانية ببرنامج ما له اي علاقة بالاسلام. ليش؟ ممثلين ممسليين - [00:26:18](#)

وتنتهي الدعاية فتدبروه اية قرآنية بعدين فتدبروه آآ شركة مش عارف ايه للاعلام وتسويق كلام بالالم انه بهذه الطريقة احنا سوقنا ما ادري متى سيستفيق امثال هؤلاء من ان هذا لا ينشر اسلما صحيحا - [00:26:36](#)

الاعلان الذي يليه الحقيقة الوقفة معاه مهمة جدا. اعلان صهيوني عن السلام بين الفلسطينيين والمحتل هذا الاعلان يختبر فينا مسألة مهمة جدا وهو الاولويات الاعلان لمن شاهده الطفل يرمي بالحجارة فيطلق الرصاص عليه الصهيوني لكن الكاميرا تأتي واذ به لا يطلق على الولد يطلق - [00:26:56](#)

على الحجارة ويفتتها. طبعا في اكثر من اه من رسالة الرصاص الصهيوني يفتت حجارة المقاومين رسالة واضحة لكن لكن اه نحن الاقوى اه الصهاينة نحن الاقوى ويعني اه نسمح لكم ايها الفلسطينيين تلعبوا معنا من باب - [00:27:24](#)

التعاش والسلام واعطيك سلاحي حتى تلعب معاي كما اه يعني القيت انت علي الحجر وانا فتته اه يعني بالسلاح انا ايضا سارمي عليك الحجر ولكن الفلسطيني بين قوسين المتخلف الذي لا يملك القدرة بالكاد يستطيع ان يمسك - [00:27:45](#)

الرشاش ويضرب به ضربة لانه لا يحسن استخدامه لا يحسن استخدامه فالانتصار يكون والغلبة لمن؟ السلام يكون بشروطنا وبغلبتنا نحن هذه الرسائل كلها مع انه الدعاية معمولة بطريقة رائعة. اعلاميا رائعة - [00:28:05](#)

جغرافيكس اه الموسيقى غير مقبولة. لماذا؟ لان لدينا في في مؤخرة دماغنا قضية فلسطين لن نتنازل الارض اولا جميل لكن ماذا لو كانت اعلانات معمولة جغرافيكس ورائعة جدا ضربت قيم متعلقة بالله متعلقة بالتوحيد متعلقة بالاخلاق قد - [00:28:27](#)

تجاوز عنها. لماذا؟ لان الاولويات عندنا مضروبة. المهم قضية فلسطين المهم فلسطين اولا. لاحظوا مع كل يعني روعة الاعلام عندنا نفور منه لماذا؟ لانه جاء في مقتل القضية فلسطين لكن اعلانات اخرى يكون فيها بلاوي يكون لا مو مشكلة بس يعني والله اجاد وبالعكس نصير نحتال على قبول الاعلان - [00:28:52](#)

الاعلان الذي يليه سيارة هوندا اختلاط شباب بنات اه اصوات بشرية بعض اخوانا اللي متشدين شوي راح يقول لك والله يا دكتور لولا الاختلاط يعني ما في شيه بالعكس ابداع لانه كان في اصوات بشرية ما كان في موسيقى - [00:29:18](#)

هل يستحق ان نجمع اناس ساعات طويلة يتدربون حتى لو كانوا غير مختلطين. من اجل احداث اصوات بشرية للاعلان عن اه عن اه سيارة معينة وتسويقها للناس وانت تذهب لشراء الهاري وانت في بالك الله لما حطوا هذه الاصوات وهي اه يعني تحت المطر وفي الثلج وفي - [00:29:35](#)

وفي الكلام لو قامت دولة اسلامية هل سيكون لدينا آآ يعني آآ فتوى شرعية بحل ان نعلن اعلانات كهذه ونفق هذه الاوقات وهذه السيناريوهات وهذه وهذا الكم من البشر من اجل مادة تسويقية - [00:30:01](#)

اخر شيه نشيد اسلامي كلماته لطيفة ما عدا يعني مأخذ على على كلمة فيه قال قالها من هو ادري ان بعد العسر يسرا مع ان من هو ادري؟ قال ان مع العسر يسرا. ما قال ان بعد العسر يسرا - [00:30:23](#)

الرسالة انه اه لا لا تياس آآ فرج الله سيكون وبعد العسر سيكون هنالك يسر. وآآ مثلنا لهذا بحالة طفل كفيف اه دراما تراجيدي بائس كئيب لا يكاد يبتسم الا يمكن اخر الفيديو كليب - [00:30:44](#)

ابوه يطعمه يسقيه ما علمه ان يتعاش مع مع المرض ان يتعلم لغة لغة المكفوفين ان يستطيع ان امسك الملاعقة بيده وهو يعني ما شاء الله فحل صغير طيب لأ - [00:31:06](#)

بائس الرسالة اننا سنقرأ سورة ياسين وهي التي سنتنصرنا وسننهار اذا ما نجحت العملية ولكن الله ترسل الصواعق والبرق فيلامس عين الطفل فتحصر المعجزة ويعني آآ وتصل الرسالة ان المسلمين امة لا تنتصر الا بالمعجزات ولا تنتصر الا بالكرامات ولا تنتصر الا

هذا المقطع اريته اكثر من مرة لشباب يعملون في الاعلام الاسلامي هذا المقطع اللي هو اه اخر مقطع في الاعلانات نشيد اسلامي يتناول فكرة طفل ضرير مع ابيه دائما تكون الاعلانات والله دكتور في اشكال في الاضاءة. اه المستشفى ما كان كذا. يعني لما دخل

اقول لهم سبحان الله كل الافكار السلبية مرت - 00:31:52

الكلمات غير منضبطة الرسالة درامية راشدية يائسة قانونية فيها عدم اخذ بالاسباب فيها السبب الوحيد اقرأ قرآن وانتظر البرق الذي

يحرق الاخضر واليابس يأتي بردا وسلاما على عين ابني. من باب لكن عندما - 00:32:18

ام ان خلفية المغني او المنشد او المطرب سموه ما تشاؤون صوفية ويخاطب آآ شريحة كبيرة من جماعة دين سكر خفيف قليل التكليف طبعا سنقبل هل هذا يعني نأتي الى الفصل الان؟ طب صوته طبعا صوته جميل. واللحن جميل جدا. ولكن الفكرة سيئة جدا.

كما يقول احد الاخوة يقول - 00:32:39

لو ان هذا الفيديو صوت فقط لكان افضل بكثير من ان يمثل فيديو كليب انتهت التعليقات والامثلة كثيرة على الاعلانات والمواد الاعلامية ومسلسل اه البخاري الكرتوني الصحابة الكرتونية ومسلسل عمر ومسلسل احمد بن حنبل التعليقات كثيرة على امثال هذا -

00:33:04

ولكن هذه كانت فقط عينة لاشياء كثيرة نمر عليها اشياء كثيرة نمر عليها دون ان ندرك الى اي درجة قد تتسلل الافكار لمجرد انه احنا

مستمعين بصوت ولا مستمتعين بصورة مرئية - 00:33:31

معينة هذا والله اعلى واعلم فيما يتعلق يعني انتهى كلامي فيما يتعلق بالاعلانات والتعليق عليها. الان نأتي الى الشرائح اللي وضعتها

لكم ونبدأ الكلام عن ثم ماذا تلقينا المدخلات ودخلت المدخلات - 00:33:47

ويعني اه تأثرت في النفس اثار معينة. طيب ثم ماذا ما الذي يحصل بعد ان تدخل المدخلات؟ تكلمنا اذا تذكرون المدخلات ادوات

الحس ماذا يحصل بعد ذلك؟ اليوم سنتحدث عن - 00:34:13

هذه المدخلات عندما دخلت ما الذي سيجري لها؟ ما الاشكال في ان يتوقف الانسان عند مجرد تلقي المدخلات ثم لا تحرك الى شيء

بعد ذلك. ما المشكلة؟ اليوم مادة اليوم مهمة لمن يريدون ان يتعلموا كيف نتعلم الصحة النفسية انطلاقا من مادة اقراء. قبل مادة

ونفس - 00:34:28

ما الذي يعيننا كصحة نفسية انطلاقا من مادة اقرأ هذا مهم هذا مهم ولذلك هذه المادة مادة اليوم لقاء اليوم هو لقاء مرجعي بين

قوسين للوقاية نفسية باستخدام مادة اقرأ - 00:34:53

كيف افكر؟ كيف اعقل؟ ما علاقة صحتي النفسية بالجهل والمجهول؟ ما علاقة ضعف الشخصية وقيادة الشخصية بالجهل والمجهول

هذا ما سنتحدث عنه اليوم. اول شريحة هي الشريحة التي توجز ما سبق - 00:35:13

انا قلنا بان المدخلات تدخل من الافاق والانس من حولنا. تتلقاها ادوات الحس تذهب الى الدماغ ثم ينشأ عنها علم وعمل. المفروض

ينشأ عنها علم وعمل بعد ذلك هذه المدخلات - 00:35:30

يتعلق بها اشياء كثيرة الشريحة اللي اللي تليها اللي هي في منتصفها كلمة مدخلات وحولها دوائر هذه المدخلات اولا كثيرة لا حصر لها

كما قلنا سابقا لمن يسألون لمن يسألون - 00:35:50

الشريحة موجودة على اخر يعني دعوني اه المنشور قبل الاخير. المنشور قبل الاخير الشريحة الشرائح موجودة فيها. المنشور قبل

الاخير على القناة ونحن الان في الشريحة الثانية المدخلات هذه اولا كثيرة لا حصر لها. ما الذي يبني على ذلك فوضى النفس؟ تدخل

تدخل تدخل مدخلات كثيرة كثيرة كثيرة لا نستطيع ان نصددها لا نستطيع ان - 00:36:11

اغلق الابواب لا نستطيع ان نموت بين قوسين حتى يعني نغلق المدخلات فما الذي يحصل يحصل ان مستودع النفس يصبح فوضويا

فيه كم كبير من الاشياء طيب ثم ماذا طبعا ساتي بعد قليل بعد ان اذكر مشكلات - 00:36:43

ما الحل لكل مشكلة هذه المدخلات مصادرها كثيرة. هي لا تأتي من مصدر واحد فقط تأتي من اعلان ومن شارع ومن اجسام مادية

ومن جمادات ومن نبات ومن حيوان ومن انفس ومن بشر ومن ومن ومن - [00:37:04](#)

هذه المدخلات لها اصل ولها صورة لها اصل في الخارج حقيقة ولها صورة في ذهني هذه المدخلات لا تدخل وحدها تدخل متقاطعة مزدحمة تتقاطع مع بعضها وتزدحم ثم هذه المدخلات تشغل الدماغ تشغل النفس الانسانية تأخذ حيزا وتؤثر في النفس دون ان تدرك النفس احيانا. تمارس النفس ممارسات - [00:37:24](#)

لا تدرك هي لم مارست هذا الشيء للمدخلات المتكررة في مقابل كل واحدة من التي ذكرتها فهناك وقفة قلنا ان المدخلات كثيرة لا حصر لها. ايوه بناء على ذلك فوضى النفس - [00:37:51](#)

اذا ما العمل؟ ساتي على فوضى النفس لان فوضى النفس لها وقفة خاصة بعد قليل. لكن بناء على ذلك نأتي الى تطبيق من اهم التطبيقات التي نتحدث عنه ان شاء الله في مجلس قادم وهو الامسك والتوقف والصبر - [00:38:08](#)

الامسك والطوق سنفصل فيه في مجلس قادم. الامسك ان امسك عن هذه المدخلات واتوقف واصبر على التوقف عندما يلزمني منها اللي هي بمعنى اخر كلمة مشهورة جدا عندنا في الادبيات الاسلامية وهي الزهد - [00:38:22](#)

ايش قصدك بالزود قصدي ان اخذ ما يعينني ان اتقلل مما لا يعينني ان اترك ما لا يعينني ان اعرف حاجتي وما دون ذلك لا اكرتت به بناء على ذلك ساحاول ان اخفف قدر الامكان لن امنع المدخلات ولكن ساخفف قدر الامكان منها - [00:38:44](#)

وسآتي عليها ان شاء الله في مجلس قادم لما نتحدث عن الامسك والتوقف والصبر. ما هي تطبيقاته في الحياة اليومية طيب هذه المدخلات مصادرها كثيرة اذا علي ان اتبين واتثبت ليس كل مدخل اخذ به واصدقه - [00:39:05](#)

لا هنالك مدخلات جاءت من مصادر لا تعينني اصلا لا اعترف بها واحد يبدأ يكلمني عن معلومة اخذها من رواية لا تعينني الروايات قد يكون فيها معلومات حق وباطل اه قناة فضائية اعرف ان الاصل فيها - [00:39:26](#)

الكذب والتزوير لا يعينني فلان معروف انه كذاب لا يعينني صاحب هوا الى اخره هذه المدخلات كما قلنا لها اصل ولها صورة بمعنى المدخل في في في الخارج يعني يعني مثلا - [00:39:47](#)

هذا هذا اسمه اسم جسم معدني فيه حذر ويسمى قلم جميل هذا القلم وهو في الخارج الاصل انه قلم بس او حتى بامكاننا ان نفصل اكثر من ذلك ونقول معدن. لكن سنسميه قلم - [00:40:07](#)

هذا القلم له صورة في ذهني. ايش صورته نجاح ثقافة ادب رواية حب رومانسي ايا كان هنا مسألة مهمة جدا ان المدخل عندما اراه ينبغي ان اتوقف واسأل لانه يعينني ان اعرف - [00:40:29](#)

هل اصله هو ما في ذهني هل انا اسميه باسمه الاصيلي لان اشياء كثيرة نسميها بغير مسمياتها لانها ارتبطت عندنا بصور معينة وهنا ينبغي علينا ان نعرف طيب بناء على ماذا ساسمي الشيء هذا؟ يعني من الذي يعطيه هذا الاسم؟ من الذي يعطيه هذه الصفة -

[00:40:51](#)

من الذي يعطيه هذا المصطلح؟ ما مردي ضرورة ان اعرف ما المردي في تسمية الاشياء. لان عندنا امثلة كثيرة في حياتنا سمينها بغير اسمائها. العري سميناه موضة قلة الادب عقوق الوالدين سميناه تحرر - [00:41:16](#)

الفاحشة سمينها مثلية الى اخره الى اخره. من يعطي الاشياء اصل تسمياتها من مجموعة وانتهى الموضوع طب بناء على ماذا اتفقوا؟ من الذي اعطاهم الحق ليسمووا الامور بهذه التسميات اذا هذه المدخلات لها اصل ولها صورة في نفسي - [00:41:37](#)

ينبغي ان اعرف الاصل قبل ان يدخل الى الصورة لانني لا اعرف الصورة التي في ذهني كيف تكونت؟ تأثرا بماذا طيب هذه المدخلات لا تدخل وحدها تدخل متقاطعة. يدخل صوت مع صورة مع رائحة مع ذكرى مع الم مع فرح مع فتدخل مدخلات متقاطعة -

[00:42:05](#)

هنا ينبغي ان نتقن مسألة مهمة جدا وهي الفصل وفك النسبة. الفصل وفك النسبة. ان افك الاشياء عن بعضها هذا يعينني على الانصاف يعينني على ان لا اظلم يعينني على ان اقول كما قلنا سابقا. والله فلان صوته جميل - [00:42:25](#)

لكنه مسيء في كذا الشاعر الفلاني شعره من اجمل ما يكون ولكن يعني اه هو قومي عروبي علماني تعبان لكن شعره قوي فلان صوته

جميل لكنه سيء بعضنا لا يستطيع يكره الشخص تماما او يقبله تماما - [00:42:44](#)
الداعية الفلاني اه عنده هذا الرأي اذا نقطة كل ما له من خير خطأ الانصاف والعدل هو ثمرة من ثمرات قدرتنا على الفصل
وفك نسبة الاشياء الى بعضها - [00:43:09](#)

وهنا نقول دائما علينا ان نعتني بتفاصيل الاشياء لان الشيطان يكمن في تفاصيل الاشياء الشيطان يكمن في تفاصيل الاشياء. لما يقال
مسلسل مثل الاعلانات اللي رأيناها قبل قليل. اعلان هو اعلان الله جميل - [00:43:24](#)
مسلسل ما وراءه تفاصيله الاختلاط الممثل والمثلة ما يجري وراء الكواليس السيناريو اللي كتب اه كيف ينتقى الممثلين؟ لماذا
اصلا يكتب السيناريو كم ينفق على هذا الاوقات التي ضاعت في هذا الكلام كله مهم جدا في الحكم على شئ معين كلما امكنا
الفصل وفك - [00:43:44](#)

النسب سنتمكن من النقد وسنتمكن من الدقة سنتمكن من الانصاف هذه المدخلات شاغلة تزحم النفس ما العمل ان ازاحمها مسألة
مهمة جدا مزاحمة المدخلات. طب يا دكتور في اشياء كثيرة سيئة حولنا؟ نعم نزاحمها بالجد - [00:44:07](#)
اطفالنا يرون اشياء كثيرة ربما في الشارع في الطريق في نزاحم بما لدينا. ما التربية الا عبارة عن مزاحمة مدخلات وهنا نذكر
بجملتين او بعبارتين يعني مهمتين كثرة المساس تفقد الاحساس - [00:44:30](#)
كثرة التعرض لمدخلات معينة تفقد الانسان الاستثارة بها. وبألفها الى درجة انه ربما لا يعود يكثر بها مع انه اثرها حاصل. يعني
البعض سيقول طب دكتور اذا اعتاد على العري حتى لا اتأثر. لا العري سيؤثر بك وسينتفي - [00:44:49](#)
في آآ قدرتك على الامر بالمعروف والنهي عن المنكر. وسيبقى الاثر. واذ بك آآ الاثر يوصلك الى درجة انك تألف الامر الى درجة انك
تريد ان تجرب اخر فيبدأ الامر بعدم غض البصر والف العري والف الجنس الاخر والعلاقة المحرمة الى ان تصل الى الشذوذ الجنسي -
[00:45:09](#)

فالفته فما عاد يحرك فيك ما ينبغي ان يتحرك مع ان الاثر حاصل والعبارة الاخرى ما تكرر تقرر وان المدخلات المتكررة تتحول الى
عاديات حتى لو كنت تقول لكن انا اعرف السوء اللي فيه - [00:45:30](#)
كما قلت منذ ايام في دورة تدريبية تأتي احدهن فتقول دكتور يعني ايش المشكلة اني اشاهد مسلسلات رومانسية ولا كذا لكنني
اعرف انه هبل انت تدعين ذلك لكنك عندما تتزوجين ستغضبين لو ان زوجك لم يأتك بوردة حمراء ولا لم يفتح - [00:45:49](#)
السيارة بطريقة معينة ولا لن تسهرها في اه مطعم اه في شمعة ومش عارف حمراء تذهب الى منتج معين لان الاثر حصل وانت تظنين
انه لا لا هو سيء انا اعرف انه سيء انا اعرف انه طب تعرفين انه سيء ثم ماذا - [00:46:09](#)
اعرف انه سيئ والاثر حاصل هذا كله كان في الشريحة التي نتحدث عن المدخلات في المنتصف الشريحة الثانية وهي فوضى النفس
لما تدخل المدخلات كثيرا لما تدخل المدخلات كثيرا يحصل فوضى وكانك ادخلت صناديق واغراض والبسة وامتعة وتقنيات الى
مستودع - [00:46:26](#)

طيب ما الذي سيحصل؟ بمجرد دخول المدخلات بهذا الكم الى المستودع تصبح فوضى عندي. طيب اشعر بالغرق اشعر بانني غمرت
الغمر يسمونه الغمر المعرفي احيانا وكأنني غارق في هذه الاغراض ولا ولا اعرف حقيقة اين انا - [00:46:55](#)
ولا اعرف يعني طب كيف اتعامل معها؟ اشعر بالاختناق الحسي. يعني هذي اول مرة تطلع معي العبارة كانني اخترقت حسيا ما الذي
يؤدي هذا؟ يؤدي الى طبعا لاحظوا مدخلات متكررة مثل ايش - [00:47:17](#)
مواقع يوتيوب ميت اه نافذة تصفحية براوزر اه اه تليفونات مكالمات واتسابات جروبات كذا ثم لا يريد اصحابها هذا الفعل ان
ينتشتوا وان ينسوا وان يصبح عندهم خرف مبكر وغفلة - [00:47:39](#)

وتشويش طيب ثم ماذا؟ لا ينتهي الامر هنا هذي الاشياء اللي من حولي كلها فيها كم كبير منه لا اعرفه ما هذا الغرض؟ ما هذا
الغرض؟ طيب ما هذا؟ طب ما الذي اتى بهذا؟ طب ماذا افعل بهذا؟ فكمية اغراض من حولي تشعرني بكم كبير من الجهل والمجهول
- [00:47:59](#)

بقدر من اللاوعي انني لا اعني ما الذي يحصل حولي والجهل والمجهول سنقف معه وحده. لان الجهل والمجهول سيؤدي الى ضعف شخصية. وسيؤدي الى بين قوسين امعية وعقلية القطيع وسيؤدي ايضا الى امراض نفسية - [00:48:22](#)

سنفصل فيها بعد قليل طيب ثم ماذا فوظي النفس هذه آا انا اظن انه لا لا خلاص هي بس فوضى وانتهى. تؤثر في تؤثر فيه اعتاد على هذا على هذه الفوضى. اعتاد على انه المستودع يكون عندي دائما بهذه الطريقة. اعتاد على هذا المنظر اللي عيني عندما تعتاده - [00:48:42](#)

عليه التشوش حاصل والضغط النفسي حاصل واذ بضغط النفس موجود والانفعال وسرعة الغضب بل اكثر من ذلك يصبح لدي تعب وانا لا اعرف لماذا وانا مرهق لا ادري لماذا انا متعب لا ادري لماذا - [00:49:03](#)

وصولا الى قلة الانتاج والارهاق واليأس والقنوط وسوء الظن بالنفس وجلد الذات كل هذا لاني سمحت لمدخلات كثيرة ان تدخل وحدثت هذه الفوضى في النفس دون ان ادرك ما اثار هذا كله. طيب ما العمل؟ لكل واحدة ايضا عملها الخاص - [00:49:19](#)

كما قلنا قبل قليل كل واحدة من اللي ذكرت قبل قليل في المدخلات وعددها وكذا لها فعلها المتعلق بها سواء ذكرناه سابقا او سيذكر لاحقا. هنا ايضا طب كيف العمل مع الشعور بالغرق والتشتت والكذا؟ ترتيب المستودع - [00:49:42](#)

اللي هي كلمة العقل الترتيب التنظيم التصنيف هذي واحدة من معاني كلمة العقل علي ان احسن اين اضع هذا؟ اين اضع هذا؟ اتوقف اوقف هذا لا ادخله على طول. آا اسجل ادون. هنالك اليات سناتي عليها لاحقا - [00:50:00](#)

طيب ما معنى الجهل والمجهول؟ هذا هذا توقفنا اليوم والمرة القادمة ينبغي ان اعرف ما الذي يستحق ان اعرفه وما الذي لا يستحق ان اتعب نفسي فيه ما لا يسعني جهله ما الذي لا يسعني جهله لانه من شؤون حياتي اليومية وعيب بل وحرام احيانا ان اجعل هذا الامر - [00:50:18](#)

طيب ماذا عن قضية الضغط النفسي وكذا؟ هذا كل فقه النفس يقوم عليه. كيف يعلمك فقه النفس ان لا تضغط نفسك وان لا تصل الى مرحلة انك متعب دون ان تدرك وان تنفعل دون ان تدرك. لدينا هذه الايام دورة في فقه الغضب. واحدة من اهم - [00:50:42](#)

ما فيها هي هذا ان المستودع عندما يكون مليء باغراض لا احتاج اليها اصل الى مرحلة انني سريع الانفعال ولا ادري لماذا كما اقول دائما وكأن لسان الحال من يقول واصلة معي هنا - [00:51:00](#)

لا تكلمني وصل وكأنه خلاص انا غارق الى درجة انه مو عارف حتى اتنفس وهذا ما ما نتكلم عنه ايضا في الف باء التربية والتعليم. ان على الاهالي على اولياء الامور على الاباء والامهات على المعلمين والمعلمات. ان يدركوا انه - [00:51:15](#)

ليس من ذنب الاطفال من طلاب من ذنب الطلاب انه انا مستودعي مليء مزدحم مكركب فوضوي فيهم هذي مشكلتنا مو مشكلتهم هم بل على المرابي ان يكون لديه القدرة على ترتيب مستودعه اولاً باول حتى اذا جاء هذا الطالب وحاول ان يدخل في هذا المستودع مجازيا يعني - [00:51:33](#)

اللي بين قوسين يجد لديه مكان يجلس فيه ما عنده اشكال فيه اما فيما يتعلق بقلة الانتاج والاحباط هذا كله نتحدث عنه في المخلوقية وعدم وهم الكمال. وهذا ما تحدثنا عنه في اه مجالس التربية في فقه النفس. وسنأتي عليه ايضا - [00:51:57](#)

ان شاء الله عندما نتكلم عن مادة ونفس اذا بهذه الطريقة مررنا الى الان على المدخلات وما الذي تحدثه في النفس من اثار ومن اهمها فوضى النفس وما يتعلق بها - [00:52:17](#)

ما الذي يعيننا من كل هذا اليوم وهو من اهم ما نتكلم فيه في مادة اقراء الجهل والمجهول ما علاقة الجهل والمجهول بالصحة النفسية؟ وما علاقة الجهل والمجهول بالمدخلات اصلا - [00:52:34](#)

تعالوا ننتقل الى الصورة التي تليها الصورة التي يبتليها لو تلاحظون هنالك جهل ومجهول خوف كسب سؤال سعي فضول. وصورة اسفل منها خوف كسب سؤال سعي فضول ما الذي يحصل - [00:52:48](#)

الانسان من طبيعته انه اذا جهل امرا يتحرك عنده فورا استجابتان. ينفعل انفعالان. الانفعال الاول الخوف الانفعال الثاني الفضول. مرة اخرى طفل صغير يرى امر لم يعهده من قبل يجهره. فتلقائيا مع المجهول - [00:53:12](#)

اما ان يخاف واما ان يمد يده فضولا ليتعرف عليه وعندما يكبر يتحول الفضول ليس الى مدة يد الى سؤال الى سعي هذا نسميه كسب اي شيء يحاول الانسان ان يحصل عليه - [00:53:40](#)

بطريقة ما سواء جاءت او هو سعى اليها يسمى كسبا. طيب ولذلك عندما نتكلم لاحقا عن ما هي مصادر المعرفة من منظور فقه النفس فطرة وكسب شيء موجود في ذهن الانسان اصلا خلق به او شيء كسبه كسبا - [00:53:56](#)

مرة اخرى المجهول اما ان يحرك عند الانسان خوفا واما ان يحرك عند الانسان فضولا واما ان يحرك خوفا فيسعى الانسان الى الفضول لمعالجة الخوف يعني اما المجهول يؤدي الى خوف مباشرة او الى فضول مباشرة او الى خوف ثم الى فضول - [00:54:18](#)

ما الذي يعيننا من هذا الكلام العلاقة الاغلب وهي علاقة المجهول بالخوف ركزوا معي يا جماعة لان هذا الذي ساقوله الان ينبنى عليه تطبيقات كثيرة صحية نفسية معرفية الحادية احيانا - [00:54:46](#)

كيف يعني ان المجهول والجهل مرتبطة بالخوف. كيف؟ لاحظوا اننا لا نكاد نخاف شيئا الا ونحن نجهله لان الانسان اذا احاط علما بالامر اذا احاط علما بالامر تقريبا ما عاد يخاف - [00:55:03](#)

كيف؟ ساعطي امثلة ثم ساتي على استدراقات يسألها الناس احيانا ويستشكلون بها نحن نخاف من الموت لماذا بجهل متى يكون وكيف سيكون وكيف تكون حالتنا اذا حصل الموت وهل نحن مستعدون ام غير مستعدين؟ وما الذي سيحصل لنا في البرزخ؟ وكيف ستكون اجاباتنا للملكين؟ وكيف سنبعث الى اخره؟ اذا - [00:55:31](#)

مجهول مجهول مجهول لكن القرآن نعم القرآن اعلمنا والسنة اعلنت لكننا لا نحيط علما بما سيكون منا نخاف من الامتحانات. لماذا؟ نجهل الاسئلة. لو كنا نحيط علما بالاسئلة ما ما خفنا خالص. اه درسناها وانتهى الموضوع لكن - [00:56:00](#)

حتى مع الدراسة يبقى قدر من المجهول يجعلنا في حالة تهيب مما سيأتي خوف نخاف من الله لماذا؟ نحن لا نحيط علما بالله وحتى الذين يدعون التصوف والخروج عن دائرة السنة - [00:56:22](#)

في قضية انه لا انا ما اعبده خوفا ما تعبده خوفا روح دور على على قرآن اخر تتصل اليه. يخافون ربهم من فوقهم يخافون ربهم من فوقهم طيب اني لاخوفكم لله - [00:56:43](#)

لماذا نخاف الله؟ لاننا لا نحيط به علما لكن خوفنا لله معه علم باسماء وبصفات وبرحمة فيكون معه رجاء فيتحول الى خشية. خوف رجاء خوف رجاء يتعادلان وقد يستدعي الانسان الخوف احيانا وقد يستدعي الرجاء احيانا حسب هذا يعني يحتاج الى علم - [00:57:01](#)

يخاف الانسان من حيوان مفترس بعيد عنه. لانه لا يعلم على وجه الدقة الشبعان سيهجم عليه سيتركه وفي حاله فيبقى الخوف يسمع صوت ولا يعرف مصدر الصوت. يخاف لا يعرف يجهل - [00:57:29](#)

جالس يعني في مكتب ولا كذا تطفئ النار يصبح مجهول فيبدأ شيء من الخوف وبالتالي معظم الحالات اللي مرتبطة بالخوف هي في الحقيقة مجهول تأتي استدراقات طب يا دكتور انا احيانا اخاف من الامور وانا اعلم يقينا ما الذي سيحصل فيه - [00:57:54](#)

هذا الخوف عادة اما ان يكون خوفا نحن نسميه خوف ولكنه خشية لانه مرتبط باستعداد يعني انا اخاف من الامتحان. ولكني اه اخاف منه خوفا اللي سيستعد اخاف من العبور الشارع ولكنني اخاف الخوف الذي يجعلني التفت يمين ويسار. وليس الخوف الذي يبقيني - [00:58:21](#)

على الناصية ناصية الشرع ولا اعبز ابدأ آآ اخاف ان اسقط من من الطابق العاشر فابتعد وحتى هذا لانه لا احيط علما هل سقوطي سيكون موت فوري ولا كسر وعاهة مستديمة واكون عالة على الاخرين والله اعلم بايش - [00:58:41](#)

افرح اعيش ففي كمية مجهول كبيرة في معظم ما نخاف منه خوفا سلبي لا الخوف الذي يجعلني اتعلم واخذ بالاسباب لا لا طيب القصة التي نأتي على ذكرها دائما او قبل القصة الصورة اللي امامكم اذا كنتم ترون الان الشريحة اللي يعني اللي انا اه وضعتها اللي هي مكتوب فيها - [00:59:03](#)

والخوف والكسب وتحتها صورة. الصورة لو تلاحظون فيها شخص اه يعني منكفى على على نفسه بما يسمى وضعية الجنين خايف

لانه خاف من الظل ويجهل مصدر الظل لو رأى مصدر الظل وعلم انها دميمة - [00:59:38](#)

لتبدل الخوف المثل التقليدي الذي نسوقه هو مثال موسى عليه السلام موسى عليه السلام عندما كان كان اللقاء الاول مع الله سبحانه وتعالى اه والقى العصاة وتحولت الى الى يعني ثعبان - [01:00:05](#)

اه او حية بين قوسين آآ ولا مدبرا ولم يعقب لاحظوا الخوف ولى مدبرا ولم يعقب ولا مدبرا في حين لما جاء لاحقا الى لقاء السحرة والمفروض يخاف اكثر اوجس في نفسه خيفة موسى. في المرة الاولى - [01:00:26](#)

ولا مدمن ما عنده علم اول مرة اول مرة يحصل ما عنده حالة مجهول عالية جدا وبالتالي حالة خوف عالية جدا في المرة الثانية في حالة خوف اقل في طمأنينة اعلى في علم اعلى. في مجهول اقل - [01:00:51](#)

اللي بعد ذلك قالوا انا لمدركون امامه البحر ووراءه فرعون وجنوده قالوا اللي معه انا لمدركون قال كلا ان معي ربي سيهدين. حالة من العلم متقدمة جدا حالة من الخوف اقل بكثير - [01:01:09](#)

من الطمأنينة عالية اذا كلما زاد المجهول في حياة الانسان زاد الخوف اي جهل واي مجهول سنأتي على هذا لاحقا. لان البعض يقول طب دكتور هنالك اناس كثر لا يكون يعني مو خايفين امورهم مطمئنة مع انه مجهول نعم - [01:01:26](#)

على ما المجهول الذي نعنيه ما الذي نعنيه بكلمة مجهول؟ اي جهل واي مجهول اذا مرة اخرى الجهل والمجهول يرتبط بالخوف هذا الخوف اذا بقي على حالته سيوجب الانسان الى اضرار. سنأتي على ذكرها بعد قليل - [01:01:48](#)

طيب ما الحل ينتقل الانسان من الخوف الى الفضول فضول ايش الامتحان؟ اي مادة؟ ما الفصل اللي راح يدخل؟ ايش الاسئلة؟ كيف ندرس؟ كيف فضول انظر الى اليمين والى اليسار قبل ان اعبر الشارع - [01:02:14](#)

فضول اه كيف اعبد الله؟ كيف ادخل الى جنة الله سبحانه وتعالى فضول اه ايش هذا الصوت اللي موجود وهكذا ويبدأ الانسان يسأل ويسعى ويبحث حتى يحاول اطفاء المجهول عنده لان حالة المجهول هذه مقلقة مخيفة - [01:02:32](#)

طيب ما الذي يحصل اذا لم نحول الخوف الى فضول والى سؤال والى سعي والى علم. يعني اذا لم يعالج الجهل بالعلم والعمل سنأتي على ذكرها لاحقا ما الذي سيحصل؟ امامنا هنا - [01:02:59](#)

آآ خيطان رئيسان فيما قد يصل اليه الانسان بعد الخوف الخوف اذا لم يتحول الى الفضول وبالتالي علم وعمل سيتحول سيبقى خوفا سليبا. اما هناك سيتحول الى فخشي الى مراقبة الى توكل الى سعي - [01:03:22](#)

اشياء كثيرة الى عمل طيب ماذا لو بقي الخوف ماذا لو بقي الخوف وهنا سندخل في محاولة تفسير فقه النفس لجذور ظواهر نفسية سيئة اما ان تصنف على انها امراض وقد لا تصنف على انها امراض - [01:03:46](#)

اولها ما يؤثر في الشخصية ضعف الشخصية ان يتحول او ان تتحول الشخصية الى شخصية منقادة امعة قطع كيف الخوف يمكن يتمكن من صاحبه فيبقى دائما اسيرا لمن يرى ان لديه ما هو اكثر منه وهو العلم - [01:04:13](#)

فالخوف يجعل صاحبه منقادا لمن لديه علم. وهذا ما يحصل وسنأتي على امثلة بعد قليل فإذا اول مشكلات الخوف انه يبقى صاحبه في حالة من الاهتزاز ومن عدم الاستقرار من الارتباك من التردد من الاضطراب من عدم - [01:04:48](#)

عدم الثبات فيجعله كالريشة في مهب الريح عند من يعلمون يخططون هم ويكون هو الضحية والاستجابة يقررونهم وينفذ هو المثل التقليدي الذي اسوقه للناس من عام الفين واثنين الى الان تقريبا - [01:05:11](#)

هو الخماسي الذي بعضكم ان شاهد مادة مع نفسه يعلم عما ساتكلم الان وهو مثال جاهل ومتعالم وجهول ورشيد وابو جهل جاهل متعالم جهول رشيد ابو جهل الكلمات مقصودة جاهل لا يعلم متعالم يمثل العلم لكنه لا يعلم جهول مغرق في جهله - [01:05:35](#)

لكنه يعني اه يعني اه خنفشاري كما يقال سنأتي على الخنفشارية لاحقا ان شاء الله. وابو جهل سيدهم رشيد الذي لديه علم لديه حالة رشد المثل الذي اقله هو ان جاهل ومتعلم وجهول دعاهم رشيد للافطار في رمضان - [01:06:07](#)

فلما اذن لصلاة المغرب توجه مباشرة جاهل ومد يده للطعام فجاءه متعالم وقال له ماذا تفعل؟ ينبغي علينا ان نصلي اولاً ثم نفطر جاهل مباشرة لانه جاهل سحب يده واستجاب لمتعالم الجاهل ايضا لكنه متعالم - [01:06:33](#)

وان قال له واصبح ضحية وقاما ليصليا رآهم جهول الى اين سنصلي لماذا اه لانه اه لازم نصلي فقال آآ فقال جهول لا لا لا الرسول صلى الله عليه وسلم كان يفطر قبل ان يصلي - [01:07:00](#)

مجرد ان قال الرسول صلى الله عليه وسلم اوه اذا هذا شيخ اذا هذا يعلم فترك الصلاة وعادا ليأكلا لاحظوا جاهل مرتين تأثر متعالم مرم جلسوا للطعام جاءهم رشيد ورآهم انهم مستغرقون في الطعام ولم يقوموا ليصلوا - [01:07:31](#)

فقال يا جماعة آآ يعني افطرتم يلا حان وقت الصلاة قالوا لا لا الرسول كان يفطر قبل ان يصلي صلى الله عليه وسلم. انتم فاهمين خطأ. الحديث الصحيح صحيح ان النبي صلى الله عليه وسلم كان يفطر على تمرات - [01:08:04](#)

او ربات او حسي حسوات من ماء ثم قام ليصلي ها مم طيب فقام الثلاثة متأثرين برشيد ليصلوا ولاحظوا كم مرة تأثر جاهل وكم مرة تأثر متعالم ما الذي كان ينبغي على هؤلاء ان يفعلوه حتى لا يبقوا في حالة الجهل؟ كان بإمكانهم ان يرجعوا بكل بساطة الى كتاب اه - [01:08:20](#)

صيام الى باب الصيام الى موقع جوجل ولا اي اه ويتحققوا من الحديث الذي رواه رشيد ما فعلوا ذلك فبقوا ما زالوا متأثرين بكلام رشيد. ثاني يوم دعاهم ابو جهل. للافطار ايضا في رمضان - [01:08:52](#)

اذن لصلاة المغرب. ما الذي سيحصل؟ سيقومون فوراً جاهل متعالم جهول. كسروا صيامهم رطبات تمرات حصوات من ماء وقاموا ليصلوا. من جاءهم؟ ابو جهل. وبين يا جماعة؟ الى اين؟ قالوا - [01:09:15](#)

نصلي قال والطعام؟ قالوا لا الرسول كان قال كذا صلى الله عليه وسلم لانهم ما زالوا متأثرين بكلام رشيد ابو جهل طبعاً لا يدع الامر هكذا. وما اكثرهم في حياتنا - [01:09:34](#)

قال يا جماعة اصلا هذا حديث ضعيف مبن على هذا الضحك عليكم؟ تعالوا تعالوا فرجعوا مرة اخرى وتركوا ما كانوا يفعلون من صواب لكنهم لا يعرفون الى الخطأ والجهل اللي دعاهم اليه ابو جهل - [01:09:49](#)

لو كان رشيد معهم كان سيسكت ابا جهل ويقول له اخرس اخلص احفظ لسانك لكن للاسف عندنا حالات كثيرة في مجتمعاتنا من امثال هؤلاء من امثال من لا يحسنون شيئا لا يعلمون ما ينبغي ان يعلموه فينقادون لهذا وذاك. هذا يصلح له صلاته وهذا يأتي -

[01:10:09](#)

ليعدل على التصليح الاول. وهذه تقول لها حجابك كذا. وهذه تقول لها لا لباسك وهذه تقول لها لا يجوز ان تصلي بهذا. وهل ولا نملك حتى ادب مع الله سبحانه وتعالى ان نتعلم امرا - [01:10:35](#)

يعني رمضان يأتي مرة في السنة نفس الاسئلة السنوية صلواتنا المفروض ركن نقوم به كل يوم مئات الاسئلة ولا ولا نتعلم ما ينبغي ان نتعلمه هل يقف الامر هنا في قضية الضعف - [01:10:49](#)

الخوف وضعف الشخصية لأضعف الشخصية اذا تحول الى عجز الى عجز الانسان عندما يشعر بالعجز يضاف الجهل الى الضعف الى العجز فيصبح لدينا الهلع يحلح الانسان طب لكن يا دكتور الله يقول - [01:11:08](#)

خلق الانسان هلوعا سنأتي على هذا ان شاء الله مو المجلس القادم للمجلس اللي بعده في مجالس التربية في فقه النفس. اللي هي يوم الثلاثاء سنتكلم عن الهلع والعجلة لكن - [01:11:35](#)

الضعف والعجز والهلع يؤديان بشخصية ضعيفة امعة تابعة على عكس الشخصية المطمئنة العالمة حتى وان كانت تعلم بجهلها افضل من صاحبنا هذا. يعني شخص جاهل ويقول انا جاهل اريد ان اتعلم. هذا اقوى من الذي يظن نفسه يعني - [01:11:52](#)

اقوى لانه على الاقل يعلن حاجته طيب هل ينتهي الامر هنا؟ لا وهذا ما يعني ما سنخوض فيه بقية المجلس اليوم وهو ان الامر لا يقف هنا بل يستغرق الى - [01:12:21](#)

الامراض النفسية كيف قلنا بان الخوف اذا لم يعالج بالكسب بالسؤال والسعي والفضول للعلم والعمل سيبدأ معنا رحلة اما الى ضعف الشخصية وهذا الضعف اذا لم يعالج الى الهلع واما الى وسواس قلق اكتئاب. تعالوا نفس هذا الشيء حتى نعرف كيف - [01:12:44](#)

يمكن ان نقى انفسنا بالمناسبة قبل ان ابدأ في ما ما سيأتي. هذه مسألة مهمة ينبغي ان تستوعب وان تقال للناس انشروها عني لو

اقتنع هذا يعني هذه الدقائق لو تقتنع وتوضع وحدها يعني اكن من الشاكرين - [01:13:15](#)

ما ساقوله الان هو فهم وقائي وقائي لا يعني انه بديل عن علاج نفسي او علاج دوائي لاشخاص يعني مشخصون او مشخصين

بالوسواس القهري او بالقلق وخصوصا اذا كان قلق متقدم او بالاكئاب. ما حدا يقول - [01:13:33](#)

والله انا سمعت محاضرة للدكتور عبد الرحمن يقول كذا اذا لا لا ما ا قوله نعم هو اجراء وقائي اذا اذا تعلمته قد تستفيد والحمد لله

عندي حالات كثيرة من انتفعوا باشياء لمجرد انهم قرأوا مادة او شاهدوا. ولكن هذا لن يبرر - [01:13:56](#)

الانسان الى اهل الاختصاص اذا كان يعاني معاناة حقيقية من بعض الاعراض اه اللي متعلقة بالوسواس او القلق او الاكئاب ارجو ان

يكون هذا واضحا ما علاقة الخوف والجهل بهذا كله - [01:14:13](#)

الانسان عندما يخاف الخوف اذا تكرر عنده واصبح خوفا غير اعتيادي. يبدأ يخاف. اغلقت الباب؟ ما اغلقت الباب؟ اغلقت الباب؟ اه

سيقبل استقبال صلاتي ما استقبال صلاتي اه اه اغلقت محبس الغاز ما اغلقت محبس الغاز اه ماذا يفعل فلان؟ ما قصد

فلان؟ ماذا يقولون عني - [01:14:31](#)

الخوف عندما تتكرر الى درجة غير اعتيادية واحيانا غير مقبولة عقلا تتحول الى ما يسمى الوسواس الوسواس فرقه عن الخوف انه

مخاوف متكررة بافكار غير اعتيادية الى هنا لا نسميه مرضا. ومن يريد التفصيل في هذا يراجع مجالس التربية في فقه النفس. لما

تحدثنا من قبل خمس مجالس عن الوسواس. ووهم الكمال - [01:14:53](#)

لانه فرقنا بين الوسواس والوسواس القهري ووهم الكمال فالمخاوف اذا تكررت تتحول الى وسواس. هذا الوسواس قد يصل الى

مرحلة ان يكون وسواسا قهريا يقهر صاحبه او صاحبتة. فيبدأ يتصرف - [01:15:20](#)

رفات هو نفسه يقول انا لا اريد ان افعلها ولكني مضطر لها فهنا لا نتكلم عن مجرد وسواس قطر في آآ انا يعني آآ الهية والعياذ بالله. آآ

تفكير في الانتقام في اذى النفس - [01:15:39](#)

في الانتحار في اه افكار معينة متعلقة بخيانة شخص اخر ايا كان هذه الوسواس احيانا مجرد شغل النفس بشيء نافع يلغيها ولكن

احيانا تحتاج الى تتوقف وافككها واقول تعال ايها الوسواس. ايش قصتك؟ - [01:15:55](#)

من اين اتيتني؟ من اي فراغ دخلت الي من اي جهل جننتني وسآتي بعد قليل على بعض القصص اللي متعلقة بالوسواس طيب

الوسواس اذا لم يعالج بعلم وعمل بحل الافكار الاصلية وبشغل حقيقي بتدريبات وبسلوك وبعمل - [01:16:22](#)

يتطور الى ان يصبح مخاوف مرضية ما يسمى بالفوبيا وعذرا للمخاوف المرضية كانت مع الخوف لكنه هنا يتطور الى ان يكون قلقا

يبدأ الانسان يشعر بالتوتر والضيق والانزعاج وعدم السيطرة على النفس في اماكن معينة في اماكن مغلقة بين الناس امام على منصة

على - [01:16:55](#)

ويبدأ آآ ظهور اعراض معينة من القلق ضربات قلب خفقان اه تصبب عرق اه رجفة ضيق الى اخره ما الحل نعود مرة اخرى ما الاسباب

ما الاسباب المؤدية الى ذلك؟ هل عالجت هذه الاسباب - [01:17:19](#)

ولا بقينا على ما نحن عليه طيب اذا لم يعالج القلق سيودي بصاحبه الى الاكئاب بالمناسبة قد يسمع هذا الكلام قبل ان اكمل في

قضية الاكئاب. قد يسمع هذا الكلام بعض اطباء بعض اخصائيي الطب النفسي بعض طلاب الطب النفسي بعض طلاب العلاج -

[01:17:48](#)

يقول دكتور ترى يعني اه السلسلة لا تكون هكذا في الحقيقة ارجعوا الى اي كتاب اكايمي ستجدون ان المخاوف والوسواس والقلق

تقريبا دائرة واحدة وكانت قديما حتى مع الاكئاب لكنها فصلت لاحقا ولكن لا - [01:18:08](#)

تجدون اكنئاب لا يبدأ بمخاوف وقلق من نوع معين الدور والباقي كما يقال على الطبيب والمعالج الذي يحسن الاسئلة التي تستخرج

من نفس المريض او المريضة ما بدأ عنده هذا الاكئاب - [01:18:27](#)

فيبدأ الامر مجاهيل خوف وسواس قلق ينتهي به الى محاولة الابتعاد عن كل مصدر من مصادر قلق لا اخرج مع اصحاب لا اتصدر لا

اجلس وحدي لا افعل كذا احاول ان ابتعد عنه الى ان - [01:18:47](#)

آآ تضيق الحياة عليه لا يعود يضيق الاستمتاع بالاشياء. الحياة لا تعني عنده كثيرا. يفكر في الانتحار الى اخره الى اخره الى اخره.

يأكل كثيرا او امتنع عن الاكل الى اخره يعني ما يتعلق باعراض الاكتئاب - [01:19:05](#)

ما الحل مرة اخرى من اصل الامر من اصل الامر اذا اذا الخوف الجهل مشكلته اننا اذا ابقيناه على حالته لم نعالجه بكسب بسؤال وسعي وفضول لحل المجهول والعلم سيبقى الخوف على حاله. واذا بقي الخوف تطور الى ضعف والى جزع عذرا والى عجز والى هلع. وقد يتطور الى - [01:19:21](#)

خوف مرضية والى وسواس والى قلق والى اكتئاب هنا يتبادر سؤال مباشرة هذا الجهل الذي نتحدث عنه اي جهل يعني انت تقول يا دكتور عبد الرحمن انه اي جهل اول شيء ينبغي ان يعلم اننا لا نعني ابدا الجهل الاكاديمي - [01:20:01](#)

العيادات النفسية مليئة بدكتورة وماجستير وبكالوريوسات وتوجيهي لا لا لا الجهل كما في الشريحة التي تليه نقسمه اما الى جهل عام وجهل خاص جهل عام وجهل خصم. الجهل العام اعني به الجهل الذي يعم كل البشرية يحتاجه كل انسان - [01:20:28](#)
من انا؟ لم انا؟ ماذا اريد؟ من خالقي؟ ماذا يريد مني؟ لما احياه؟ ما هدفي في هذا الوجود؟ ما الذي ينبغي علي ان اعلمه في اليومية ما هي سنن الحياة التي ينبغي ان نتعلمها؟ ما الذي ينبغي ان نعرفه عن نفسه كمخلوق - [01:20:56](#)

كمحتاج كضعيف كفقير كناقص. ما الذي ينبغي ان تعلمه عن الدنيا؟ آآ وما يتعلق بها من سنن التحول والفقد وعدم البقاء على الحال والالم واللذة الى اخره ما الذي ينبغي ان نعلمه كمسلم عن مفردات الاسلام والايمان والاحسان الذي التي جاءت في حديث جبريل عليه السلام - [01:21:15](#)

ما الذي ينبغي نعلمه من من اقل القليل الذي امارسه في الحياة اليومية؟ هذا انا هذا انا اعتقد انه ينبغي ان يعلمه كل انسان مكلف بالغ من اقصى آآ يعني الشرق الى اقصى الغرب - [01:21:38](#)

حول العالم يعني تعني انه هذا الكلام ينبغي ان يعلمه حتى الملاحم نعم انا اقول من اقصد يعني هل حلق لاقصى الغرب عن المسلمين لا طبعا اعني الجن. يعني قصدك اذا لم يعلموه نعم اذا لم يعلموه ستكون الحياة عندهم ناقصة - [01:21:54](#)
وحدث ولا حرج عن المشكلات النفسية وعن الاسئلة الوجودية المقلقة الى اخر ذلك هذا نسمة الجهل العام الذي يلتقي فيه كبير صغير ذكر انثى مدير موظف وزير حاكم كلهم لما نراهم في العيادة النفسية نسال واذا لديهم جهل متعلق بهذه المفردات يعني وما يتفرغ عنها - [01:22:12](#)

في مقابل ذلك هنالك جهل خاص. مثل ايش الجهل متعلق لكل حالة خصوصية هنا بمعنى شخص المجهول الذي يتعبه مسألة متعلقة بالجراثيم والامراض مسألة متعلقة مثلا بنسبة ان يتعرض الابن للاذى اذا خرج في الحي وحده. مسألة متعلقة - [01:22:46](#)
وهنا اختلافات مسألة متعلقة بالرسم في الامتحان الى ما سيؤدي. مسألة متعلقة مثلا بالابتعاث وآآ البقاء وحدي غريبا في مساء خاصة عادة سبحان الله الذي لديه احاطة نوعا ما بالمجاهيل العامة - [01:23:07](#)

لا يعود المجهول الخاص يؤذيه كثيرا. هذا هذا اذا اذاه اصلا اذا اقلقه اصلا. الانسان اذا احاط بالمجهول العام تصبح المجاهيل الخاصة يعني آآ مرور كرام يستطيع ان يعالجها وسآآي الان على ذكر امثلة وقصص - [01:23:33](#)

حياتية حصلت معي شخصيا اه قبل المهنة وخلال المهنة والى الان وسامر عليها بترتيب زمني لانها ستعالج كثير من من حالات تمر علينا في حياتنا اليومية ولكن او عبر تليقرام - [01:23:54](#)

ارجو ان يركزوا كثيرا فيما سأقول وان يحذروا من امر مهم جدا قبل ان اورد القصص. لان من اكثر الاشكالات التي تحصل وبالذات عند الاناث هو تقمص دور المظلومية عندما تذكر قصص معينة. اوه انا مثل هذه انا مثل هذا انا حصل معي - [01:24:14](#)

لا استفيدوا مما سيقال واعلموا انه لا تقال الامثلة الا لغرض ان نتعلم منها ان الامور ابسط مما نتصور واننا او ان عاقلة من اتعظ بغيره. مو يتقمص دور الموضوع والضحية والمظلومية والالم والكذا لاننا نعشق الدراما ونعشق - [01:24:34](#)

قولوا بسم الله واسمعوا معي الان آآ شيئا فشيئا هذه القصص وما علاقتها بموضوعنا القصص التي ساريدها كلها او كلها تجتمع في ان هناك مجهولا او مجاهيل عما غالبا وخاصة احيانا - [01:24:58](#)

ادت الى خوف ضعف هلع وسواس قلق اكتئاب حسب انا ازعم بصراحة ان ما سنقوله الان مادة غنية جدا يرجع لماذا قلت لكم؟ مادة اليوم مادة مرجعية وانصح بها ان يسمعها من يريدون ان يتعلموا شئ من الوقاية النفسية بمنظور فقه النفس. واكرر لا يعني عن علاج اذا كان هنالك - [01:25:26](#)

تشخيص حقيقي ويحتاج الى اهل الاختصاص ولكن احسب انها ستكون نافعة لمن يريدون ان يعني يتوقعوا لان يتعلموا لان لان يفهموا كيف يحصل الاشياء بسم الله كما قلت القصص اه رتبها ترتيبا زمنيا من اول ما حدثت يعني بترتيب حسب حصولها في التاريخ - [01:25:56](#)

القصة الاولى كنا في سنة اولى في الجامعة وفي اخر السنة الاولى كنا في السنة الاولى طبعا الطب وطب الاسنان والصيدلة وغيرها تكون السنة الاولى عادة مشتركة ولكن الطب وطب الاسنان والصيدلة احيانا والتمريض يأخذون تقريبا نفس المواد معا - [01:26:24](#) في اخر السنة في الفصل الصيفي كان هناك مادة آآ ناجح راسب كما يقال ليست يعني كانت اشبه ما تكون بلعبة وكان مطلوب من كل طالب وطالبة اعداد مادة تقدم كعرض تقديمي امام الاخرين - [01:26:41](#)

وتوضع هي علامة النجاح والرسوب فيها وانتهى اعدت احدى الزميلات ايامها آآ طالبة نصرانية عن آآ عمل المرأة ووجدت القاعة وبدأ الناس اولاً المرأة لازم تكون في البيت ولا حرية المرأة والى اخره. وكما اقول دائما من المضحك المبكي في هذه - [01:27:01](#) جل ساذكر في هذا الفصل ان بعض الشباب اللي كانوا يقولوا لا المرأة مكانها في البيت بعضهم كانت صديقتها اللي هي بالحرام جالسة بالقرب منه الشاهد بعد ان لما رأيت الوضع بهذه الطريقة رفعت يدي وآآ استأذنت الدكتور مسؤول عن المادة - [01:27:22](#) ان يكون عرضي التقديم عن المرأة قال يعني ايش عن المرأة؟ قلت له عن المرأة عموماً. وكان بودي منذ زمن ان ابحت بحثاً آآ في المرأة منذ بدء الخليقة مروراً بالحضارة - [01:27:50](#)

اتولى اه المذاهب والمعتقدات والاديان وصولاً الى العصر الحاضر وفعلاً اجتمعت عندي مادة غنية واسميت البحث يومها المرأة بين نظريات الفلاسفة وواقع الاديان وتكلمت على ما الذي مرت به المرأة وتميز الاسلام في التعامل مع المرأة باحصاءات باستبانات الك - [01:28:03](#)

بعد ان انهيت جاء الطالبة كانت زميلة لنا في طب الاسنان واخذتني يعني نوعاً ما اه وكانها اومئت ابن عبدالرحمن اريد ان اسألك سؤال لا اريد ان يسمع. فقلت لها تفضلي - [01:28:30](#)

فقلت انا والدي يريد ان يزوجني رغماً عني واظن يا اما دمة عينها ناسية المهم كانت يعني متأثرة. قالت فماذا افعل؟ طبعا تسأل هذا السؤال لاننا تحدثنا عن حق الفتاة بان تستأمر وان تستأذن في زواجها وانه لا يجوز ان تزوج رمان عنها الى اخره - [01:28:46](#) فانا حبيت اني اغتنم الفرصة واوصل رسالة كنت متحرقاً لا يصلها لها ولبعض زميلاتها فقلت عبارة كانت شديدة قلت عبارة عامية ولكن اشبه ما تكون يعني اه يعني بين قوسين انا لا اعبأ بك. لا يعني ما يجري لك - [01:29:11](#)

لماذا طبعا اه دائما اعلق هذا التعليق لا احد يقول اوه دكتور عبد الرحمن كيفك انا انا لي سنة وهم يعرفونني وهي لم تلجأ الي ولم تسأل هذا السؤال الا لانها تعرف ان هذا الشخص اه متدين وتتقبل منه ما قد - [01:29:39](#)

لا تتقبل من غيري. فارجو ان يعني ان لا يقفز مباشرة الى طب كيف تتكلم معها بهذه الطريقة وانت تنفرها وانت انا دارس الحالة واعرف مع من اتكلم الى اخره. المهم - [01:29:56](#)

فنظرت اليها وقلت لها هذه العبارة ونظرت الى زميلاتها واشرت اليهن وقلت لهن نفس العبارة ايضاً انتن ايضاً لا وبكل وتستحقون او تستحقون ما يجري لكن فاجتمعنا ليش يا عبدالرحمن - [01:30:10](#)

قلت الان لاحظوا هي الان تأتي تستعلم عن مسألة تجهلها وهي من اخص خصوصياتها. انثى تريد ان تعرف ما حقوقها في الشريعة الاسلامية. قلت لهن لي معكن الان سلف ونحن معا تقريبا طيلة طيلة اليوم - [01:30:29](#)

اراكين تتبادلن قهقهات البومات الغنائية البوم المطرب الفلاني والمغني الفلاني والمغنية الفلانية والرواية الفلانية للكاتب الماجن والاشعار الفلانية للشاعر السيء تعرفون اراء كل هؤلاء؟ طبعا انا في القصة الحقيقية ذكرت اسماء لكني لا اريد ان اذكر اسماء الان

لمغنيين وكتاب وشعراء الى اخره - [01:30:51](#)

قلت تعرفنا اراء هؤلاء كلهم في المرأة لكنك لا تعرفن رأي محمد ابن عبد الله صلى الله عليه وسلم في المرأة. والان تأتين لتسألين لي ما قول الشرع؟ ما قول محمد بن عبدالله في تزويج ابي رغما عني. تزويج ابي لي رغما عني - [01:31:16](#)

عندها ساقول لك اذهبي الى الكاتب الذي تقرأين له فليجيب والدك. اذهبي الى المغني فليجب والدك. من جهلت حق تستحق ان يداس عليها لانها هي التي مكنت الاخر منها. اما صاحبة الحق وصاحبة العلم ستعلم كيف ببرها لوالدها وبقدرتها - [01:31:39](#)
تقول له لا لا يحق لك يا ابتي ذلك وهذه قبلة على يدك. لكنك لا لا يحق لك ذلك بعلم بادب لكننا سبحان الله نعرف كل السخافات ونجهل ما ينبغي ان نعلمه ثم نأتي لنقول - [01:32:02](#)

اكتئاب والقلق والاسلام ما فادني وانا اقرأ ورايحة مركز قرآني وفي الحقيقة انا اجهل اشياء كثيرة ينبغي ان اتعلمها هذه القصة الاولى. القصة الثانية طالبة ايضا زميلة اه كانت معنا من الخليج العربي من دولة خليجية - [01:32:22](#)
اه انا لم اكن يعني حتى لا احد يعني يظن بي ظنا آ أكثر مما استحق. انا كنت طالب فوق المتوسط كما يقال ولكن من المواد اللي كنت مميزا فيها التشریح - [01:32:42](#)

في السنة الثانية آآ جاءت هذه الطالبة وقالت عبدالرحمن ممكن تشرح لي انا مو فاهمة كذا؟ قلت لها لا بأس ولكن ارجو ان يكون معك يعني زميلات وانا سيكون معي زملاء. واضح من كلامي انني اعني انه لا ينبغي ان يكون هنالك خلوة - [01:32:58](#)
في اه موضع التشریح او يعني الدرس بعد ان انهينا وشرحت وخلصت وهي تبع يعني اه دفترها وكذا في الحقيقة تلهد التنهيد ثم قالت لا حول ولا قوة قلت لها خير في شيه مو فهمتو؟ قالت لا لا ولكن هذا الحرام اللي احنا نعمله. قلت لها اي حرام؟ قالت هذه الخلوة اللي احنا فيها - [01:33:18](#)

خد لها يا بنتي انت هبلة ليش يا عبد الرحمن؟ قلت لا اي خلوة؟ اذا انا لما طلبت منك ان تأتي بزميلات وانا معي زملاء لماذا فسألتهما قلت لها اذا انت يوميا تأتين الى الجامعة وفي ظنك ان ما تفعليه خلوات؟ قالت نعم. قلت لا حول ولا قوة. تصوروا - [01:33:45](#)
ان مثل هذه ستتحوّل لاحقا الى طيبة. معلمة اكااديمية مرحلة نسائية وتوليد اه باطنية اطفال وتصوروا كيف ستكون زوجة وربة بيت وسبحان الله تمر السنوات والتقي بها رئيسة قسم نسائية وتوليد في مستشفى في البلد - [01:34:07](#)
اللي اللي كانت تعمل فيها واحدة تجهل حكما شرعيا وكيفية التعامل معه. كيف ستكون مشاعرها تجاه الدين تجاه الحلال والحرام؟ هذه من الطبيعي انها ستتستهيبن بالاختلاط ما هو كله حرام بالربا كله حرام. احنا اصلا في عالم يملؤه الحرام. فما في مشكلة - [01:34:27](#)

عادي هادي مشكلة مشكلة كبيرة القصة الثالثة ذكرتها من قبل ربما في اظن برنامج مع نفسي اظن ذكرتها لما عملت في يعني آآ في العيادة ايام دبي اه جاء الاتصال - [01:34:51](#)

اه اخت تبكي وتقول يا دكتور ارجوك وكذا وانا ما يعني ما في موعد في العيادة وانا مضطرة والاسبوع القادم مضطرة اني اكون مع لانها يعني لديها موعد اه موعد اه يعني لاجراء عملية في بريطانيا وانا لازم اكون معها. قلت لها ايش المشكلة؟ قالت لي انا عندي فوبيا من الطيران - [01:35:11](#)

فوبيا من الطيران هلح من الطيران فقلت لها طيب اسألك سؤال. طبعا هذا السؤال اسأله احيانا بحسب الحوار وشعوري بان الطرف المقابل يحتاج مني هذا السؤال مو دائما السؤال لانه يتكرر احيانا مع بعض الحالات. فقلت لها اه كيف علاقتك مع الله - [01:35:34](#)
فاستغربت السؤال ايش قصدك؟ قلت لها كيف علاقتك مع الله؟ ما حبيت اني افصل انا امتحن مجهولا لديها لكن بهذا السؤال فقلت لها كيف علاقتك مع الله قالت اه لأ انا اصلي وتمدينة واروح مراكز قرآنية كملت. قلت لها ما قلتي لي كيف علاقتك مع الله - [01:35:59](#)

استغربت تكررت ما قالته وزادت وانا اصلا حافظة اربع اجزاء من القرآن كملت قلت لها طيب ما قلتي لي كيف علاقتك مع الله؟ يا دكتور ايش قصدك؟ قلت لها قصدي كيف علاقتك مع الله - [01:36:24](#)

قالت لي مو بس انا حتى اولادي وكانها تعرض السي في السيرة المهنية الذاتية افعل وافعل وافعل لكنها الى الان لم تخبرني حقيقة كيف علاقتها مع الله؟ فبعد ان انتهت قلت له ما قلتي لي كيف - [01:36:39](#)

مع الله فانزعجت. ايش قصدك يا دكتور؟ قلت لها قصدي. هل انت مستعدة للقاء الله؟ فانفجرت بالبكاء. فورا اولادي ايش راح يصير فيهم وزوجي من بعدي ايش راح يصير في وانا وراح يجيب لهم زوجة اب وراح تعذبهم - [01:36:54](#)

وتلاقوا وين الاربعة اجزاء ومراكز التحفيظ واولادي يروحوا يحفظوا قرآن اذا اين هذا كله؟ انا لا اقول انه الموت سهل ولا اقول انه فراق الاحبة سهل. ولكن ان اصل الى مرحلة - [01:37:14](#)

ان لدي هلع من اي شيء يقترب من الموت بما في ذلك مرض ولا سرطان ولا اخبار اوبئة ولا كورونا ولا طيران فيه طيارة وبالتالي اه افكار متعلقة بسقوط طائرة ولا موت ولا كذا - [01:37:30](#)

واعطيته كم يعني كم نصيحة وانتهى الامر لانه يعني اتصال هاتفي هي ليست مراجعة عندي بعد عشر ايام تقريبا اتصلت اقل من اسبوعين اتصلت بي كان ايامها ما في يعني الارقام تظهر كما هو الان كانت تخرج اصفار - [01:37:51](#)

سلام عليكم وعليكم السلام دكتور انا فلانة يا اهلا وسهلا اين انت؟ قالت لي انا في بريطانيا. قلت لها ايش رحتي مشي قالت لي لا طبعا بالطيارة. قلت لها كيف كان الامر؟ قالت لي كان صعب طبعا. ولكنني تذكرت كلامك وآآ فعلت بعض الاشياء اللي انت اوصيتني بها - [01:38:14](#)

عند الصلاة الطمأنينة اه اه النظر في يعني بعض التوصيات اللي وصيتها بها قالت ولكن يا دكتور حصل معي امر انه واحنا طيارين نظرت الى الاسفل وبدأت اسأل كل يعني كل ما تغيب اليابسة تختفي اليابسة يختفي البلد او المدينة يختفي البلد - [01:38:31](#)

تختفي الكرة الارضية لما صرنا فوق يعني فوق الغيم بدأت اقول سبحان الله اللي متعيني واللي متعلقة بهم ما عاد لهم يعني اثر والوحيد اللي انا ينبغي ان اتعلق به ما زال كلما ارتفعت وهو فوقي وهو فوقي وهو فوقي. طيب - [01:38:54](#)

فقلت لها حقوق الطبع غير محفوظة. سأخذ هذه العبارة وساتعلمها واعلمها غيري وعادت بعد ذلك طبعا ويعني حضرت معنا سلسلة يعني دورات يعني سلسلة ايام في دورات تدريبية. والحمد لله الامور بعد ذلك تحسنت - [01:39:17](#)

ما الذي استوقفتني في قصة هذه الاخت؟ انها كانت قد استغرقت قبل ذلك اربع سنوات لعلاجات في عند اطباء وعلاج معرفي سلوكي ادوية ولكن لم يؤتى على حقيقة الخوف الشديد من الموت لانها في الحقيقة متعلقة جدا بالدنيا تعلق - [01:39:36](#)

مرضي وليس التعلق الطبيعي اللي من اللي نعم الانسان يحزن يفقد الى اخره القصة التي تلي ذلك. اذا لاحظوا ايضا لدينا هنا مجهول وهو ما حقيقة ما اخافه؟ ما حقيقة مقام الله عندي؟ ما حقيقة - [01:39:56](#)

رجائي بالله سبحانه وتعالى. طيب الملف اللي بعد ذلك كنت قادمة من امريكا اه الى زيارة للاردن. وكان في عندي محاضرة في كلية الشريعة في الجامعة الاردنية. وكان من ضمن الكلام عن التفكير والعقل وضرورة - [01:40:12](#)

ان الانسان يعرف ماذا يفعل ولماذا يفعل ما يفعل؟ فيومها سألت الطالبات تحديدا كان المدرج فيه اكثر من ثمانمائة طالبة والبقية اه ثلاث مئة او اكثر بقليل اقل من نصف العدد اه ذكور - [01:40:29](#)

سألتهن لو ان فلانة وذكرت اسم نسوية معروفة آآ توفاهها الله منذ فترة آآ لو ان فلانة موجودة وقالت كلكن تعصين الله. ليش؟ لان الله يقول وقرن في بيوتكن. وانتم طالعين - [01:40:46](#)

على الجامعة. اذا انتم كلكن عاصيات من لديها القدرة على ان تجيبها بعلم من الثمانمائة اللي بقيت استطاعت ان تجيب بعلم مو لانه انا بدأت امارس معهن اه مم يعني اه الخصم. ممارسة الخصم - [01:41:05](#)

اجيب اجابة فاقول لها خطأها ولكن الرسول كان يعني الصحابي ان اه قصدك انه الصحابي يعني يعصين الله سبحانه وتعالى لا لا ولكن الالية هذه نساء النبي يعني قصدك انه نساء المؤمنات لا يحق فيهن ما يحق لا لا - [01:41:28](#)

لم يبقى من الثمانمائة تقريبا الا قرابة ثمانية اطنعشر طالبا اللي توصلنا نوعا ما الى اجابة علمية ليس هذا الذي كان يعنيني في تلك اللحظة سألتهن كم واحدة عندما تخرج صباحا الى الجامعة وهي امام المرأة ترتدي جلبابها ترتدي حجابها. طبعا بالمناسبة -

معظمهن كن السنة الثالثة او الرابعة في كلية الشريعة على وشك التخرج. هذا الكلام سنة الفين وستة الفين وسبعة الفين وسبعة اظن كم واحدة منكن قبل ان تخرج الى الجامعة في نفسها لا حول ولا قوة الا بالله - [01:42:10](#)

ساذهب الى ممارسة الحرام في الجامعة وهو اه وقرن في بيوتكن انا عاصية. اذا انا لم اقر في بيتي. اذا انا ممارسة للحرام اكثر من ثلاث مئة طالبة رفعنا ايديهم - [01:42:36](#)

تصور اكثر من ثلاث طبعاً شكرتهن على الصدق وقلت لعل هنالك من هو اكثر من هذا العدد قلت كيف تكون حالتك النفسية وانت يومياً في الجامعة في مؤخرة الدماغ تشتغلين ربما تعملين ربما تعملين عملاً تطوعياً ربما - [01:42:54](#)

انت تصلين في مصلى الجامعة الكلية ولكن في مؤخرة الدماغ كما يقال لديك صوت انت ائمة انت ائمة انت ائمة في بيتك قربي في بيتك انت طبعاً اه طب ما الرد يا دكتور؟ قلت له لن ارد - [01:43:13](#)

انذهبي الى البيت وابحثي عن الاجابة واعلمي ما الحلال وما الحرام وما الضابط وما الذي ينبغي وما الذي لا ينبغي لكن ان تكوني انسانة قلقة في الحياة اليومية لان هناك معلومة شرعية ينبغي ان تعلميها لكنك لم تتعبي نفسك لتعلميها - [01:43:31](#)

بعد ذلك قصة ايضاً من من القصص المهمة جدا الحقيقة جاءت آآ زوجة آآ تطلب الطلاق من زوج. طبعاً زوجها كان معها. ما القصة؟ القصة ان هذا الزوج اه يعاني من وسواس - [01:43:52](#)

هو الغير يعني غير مشخص ولكن كل ما لديه قولاً واحداً وسواس تقريبا وسواس قهري. ولذلك انا اقول دائماً هنالك حالات كثيرة من الوسواس غير المشخصة في حياتنا. لكثرة وجود الخدمات والحياة البلاستيكية - [01:44:11](#)

والدليفري الى اخره. لكنه لو انكشفت هذه النفوس بدون الخدمات المحيطة بها لرأينا كما كبيراً من حالات الوسواس التي ستطرق العيادات النفسية زوجته من بيئة آآ ليست كبيئته هو والدته من اصول يعني من بلد معين يعتني كثيراً بالنظافة - [01:44:28](#)

وتربى في بيئة دائماً اشياء تلمع من حوله هي الزوجة منتجة وماجستير والان في طريقها للدكتوراة لكنها آآ ليست كما يريد فبلغ الامر به في يوم من الايام ان ضربها لانه وجد شيئاً في البيت ليس على على ما يريد. كان يحب دائماً ان لا ينام الا اذا كانت - [01:44:52](#)

صحون مغسولة تلمع اه يحب ان يذهب يومياً الى العمل ببدلة جديدة بجاكيت مكوي نظيف جديد لا لا جديد يعني انه جديد انه مغسول وكذب فقلت للزوجة غادري الى الى بيت اهك - [01:45:17](#)

قالي يا دكتور قتلوا لا انا سابعدهنك السبب المزعج لك كما تزعم. وسأرى عندما تبقى وحدك ما الذي ستفعله؟ ثم قدر الله لي ان اغادر ايضاً الى ان امريكا ايامهم - [01:45:36](#)

اتصل بي بعد ايام وانا في اميركا يا دكتور اه الله يسامحك زوجتي تنتظر منك طبيب الى متى؟ انا مو عارف اعيد قلت له اخبرني ماذا تفعل في حياتك يومياً. قال لي عادي. قلت له هذه هي المشكلة. العادي - [01:45:50](#)

قال لي كيف يعني؟ قلت له اخبرني قال استيقظ صباحاً اه اذهب الى العمل اعود الخامسة السادسة. اه هالايام زوجتي مو معاي في البيت وبالتالي انا قليلاً ثم اه اه اخرج مع - [01:46:04](#)

اصحابي كافي كذا نتعشى ثم ارجع اشاهد فيلم معين وانا واستيقظ ثاني يوم اكل. قلت له يعني انت فارغ قال لي ايش؟ قلت له فارغ قال لي يا دكتور واراد ان يعيد لي برنامجه اليومي مرة اخرى. قلت له لا تعيد لي انا انا سمعت ما قلته. انت فارغ انت ما عندك شيء حقيقي تفعله - [01:46:17](#)

انت تمارس اذا تذكرت عندما تكلمنا ايام الدماغ ان هنالك افعال اعتيادية يعتادها الدماغ يظنها اصحابها مالتى تاسكنج لا هي ليست هي افعال كما يقال افعال اعتيادية. ولكنك فارغ ما عندك شيء يملأ آآ ذهنك مشغول بانشغال - [01:46:38](#)

حقيقي قال لي كيف يعني؟ قلت له بالله عليك وانت في العمل الا تمر عليك لحظات تقول لم لم يسلم علي المدير؟ ماذا يقصد فلان عندما قال كذا؟ لماذا خرجوا في الاستراحة ولم يتذكروني معهم بقهوة ولا - [01:46:58](#)

قال لي والله دكتور كانك معاي. قلت ولانك فارغ. لانك لو كنت ممتلناً بما ينفذ لجاءت هذه الافكار ومررت مرور الكرام ولم تعبأ بها قال

لي نصيحتك قلت له اي اين تسكن؟ فذكر اسم منطقة في اه الاردن. في عمان. فقلت بالقرب منك جمعية خيرية اعرفها ساتصل بالاخ
[01:47:13](#) -

مستئول يعني اطلب منه ان يعتني بك. اذهب وقل له انا من ارسلني دكتور عبد الرحمن اتصلت بالاخوة وقلت له هذا الذي سيأتيك
امعن في آآ اشغاله معك في تشغيله معك - [01:47:38](#)

بعد ايام يعني اكثر من اسبوع اتصل بي يا دكتور الى متى؟ انا اريد زوجتي والله انا احبها والله انا قلت ما الذي حصل؟ قال يعني
ايش؟ قلت له كيف احوالك؟ قال لي صحيح ما انا هذا اللي دفعني للاتصال قلت خيرا؟ قال لي اليوم - [01:47:56](#)
اه اول مرة افاجى بانى انا في العمل ارتدي الرداء اللي كنت مرتديه امس وصار لي يومين ثلاثة انا من التعب المطبخ ليس كما اريد.
واحيانا انسى جاكيتي او معطفي - [01:48:18](#)

قوسين على السرير فضحكت قلت له ما الجديد قال لي لا جديد قلت له مو معقول اجي. قال لي صحيح. شكرا يا دكتور. الله يجزيك
الخير. ايش؟ الجمعية الفلانية والله رحت ايش - [01:48:36](#)

انعطف انعطافا بالمكالمة نسي موضوع زوجته او زوجته وموضعه موضعه الشخصي وبدأ يتكلم عنه هموم الناس اللي مو لاقية آآ
شيء تطبخ فيه في البيت واللي واللي لما دخلوا لهم الملابس المستعملة مين هم اللي لم يكن لديه حتى قميص - [01:48:51](#)
غير يعني غير مشققة وكده وانا تركته يخوض في الكلام ثم اوقفته قلت فلان خرجنا عن الموضوع انت ليش متكلم معاي قال لي
صحيح اه يا دكتور ايش راح فقلت له - [01:49:11](#)

الم تلحظ انك نسيت نفسك وتكلمت عن موضوع اخر بعيد عن مشكلتك الاصلية؟ قال لي نعم. قلت تدري لماذا؟ لانك تعرفت على
مجهول لم تكن تعرفه من قبل. وكان هناك صوتا خفيا في داخل رأسك يقول لك يا سخي. يا جاحد النعمة يا - [01:49:29](#)
يا كافر النعمة يا ايها الموسوس هنالك من لا من لا يملك طعاما وانت مشكلتك انه الصحن اه لا يلمع هنالك من لا يملك ما يستر به
نفسه وانت مشكلتك انك تريد ان تأتي يوميا الى العمل بلباس جديد - [01:49:49](#)

فيعني اصدر صوتا نعم نعم طبعاً بعد ذلك لما عدنا ايضاً يعني طلبتم منه ان يعود هو وزوجته والحمد لله يعني الى اعرفهم الى الان
شخصيا الحالة اللي بعد ذلك آآ جاءني آآ امرأة - [01:50:09](#)

اه تعاني من اه فوبيا القلط وهذه احتاج الى ان اتوقف معها لاني دائما احب ان اعلق على هذا الموضوع يا جماعة بالله عليكم لا
تتماهاوا لا تستغرقوا في قضية انا عندي فوبيا صايرة موضة الان ان الكل يريد ان يتوجه الى طبيب نفسي او معالج نفسي. اه حلو انه
والله - [01:50:31](#)

نقول البعض يأتي احيانا عندي فوبيا صراصير. لماذا يا اختي هل تعملين في مجال الصراصير؟ لا. هل انت تسكنين في بالوعة؟ لا. هل
تعملين في مجاري البلدية؟ لا. طيب هل انت مثلا مع قناة ناشيونال جيوب - [01:50:51](#)

تصورين حياة الصراصير؟ لا. اذا لماذا تريدان ان تعالجي من فوبيا الصراصير كم مرة حصل معك ان ان صرصورا يعني مرة فارهقك
في ذلك اليوم؟ ولا اقض عليك مضجعك بعض الناس لديهم خلاص صارت القضية انا عندي فوبيا وبقروون ويسمعون - [01:51:07](#)

الشاهد ايش القصة يا اختي؟ فوبيا من القلط طيب الجلسة الاولى كانت خفيفة كنت انا اصلا ايامها آآ للتوع عائد من اميركا الى
الاردن وكنا نبحث اصلا عن سكن وكذا فما جلست معها جلسة طويلة. فقلت لها طيب سنبقى على تواصل ان شاء الله - [01:51:31](#)
بعد ايام قدر الله انه هنالك قطة كانت تأتي الى المكان اللي انتقلنا اليه للسكن. يعني تصدر صوت المواة ولا نعرف ماذا تريد. ونظن انها
تريد ان تأكل. بمجرد ان نفتح الشباك تدخل ثم تخرج يعني من مكان اخر لا نعرف الى اين تتجه - [01:51:52](#)

طلبت من احد الاخوة اه اللي كانوا يعملون معنا في البيت اه ايامها كان في بعض الاصلاحات في البيت ان يلحقها ويخبرني اين
تذهب؟ واذ بها قد انجبت وآآ اولادها موجودين في مكان لا تصل اليه الا بهذه الطريقة. فنشرت ايامها منشور عن هذه الام -

[01:52:12](#)

ام اللي غريزتها دفعتها الى ان تأتي يوميا وتطرق الشباك وتصدر هذا يعني آآ الصوت حتى يعني ترضع الابناء او او تطعمهم بعد ما

ادري كم حقيقة من الزمان ناسي بس مو ايام اكثر يعني اسابيع ربما - [01:52:32](#)

واذ بهذه الاخت ترسل لي صورة لها وهي تحتضن قطة تحتضنها قلت لها كيف قالت لي قرأت القصة كنت بالنسبة لي القطط عالم مجهول فقط عبارة عن حيوان يخربش اه يأتي من اماكن قذرة كذا. لما كتبت انت القصة - [01:53:00](#)
احسست بانه هذه ام هنالك عالم اخر انا لا اعرفه عن عن هذا المخلوق تقول فدهبت مباشرة وقررت اني يعني اتبنى قطة في البيت ويعني اه بين قوسين يعني احتضنها الى اخره - [01:53:24](#)

مجهول معين انكسر عندها فعالج امرا كانت تحسبه صعبا بشكل كبير اه انا ادري انه الوقت يعني ازف على ساعتين ولكن اعذروني باقي يعني باقي اربع قصص ان شاء الله انهيههم بسرعة ونهني اه يعني اه مجلس اليوم - [01:53:40](#)
او الليلة القصة التي تليها مكاملة جاءت آآ من آآ هاتف ارضي وانا آآ اتعمد كلمة هاتف ارضي هنا بعد قليل تعرفون لماذا ام تشتكي بان ابنتها تعاني من وسواس شديد وخوف شديد من ان هنالك جراثيم منتشرة في البيت وينبغي ان يبقى دائما باب الحمام مغلق لانها - [01:54:04](#)

لا تستطيع الجلوس ولا تستطيع الدراسة وهي الان على يعني على اه اعتاب الامتحانات الثانوية العامة. امتحانات الثانوية العامة النهائية فقلت لها طيب آآ ممكن اكملها جاءت البنت سلام عليكم وعليكم السلام من انت ما اسمك؟ اه ايش اللي صاير معك؟ يا دكتور انا متعبة اهلي اهلي ما لهم ذنب؟ ايش هذا؟ ليش يعني - [01:54:28](#)
فايش موجود؟ قالت لي انا لا استطيع اني اجلس في مكان لانني اخاف انه تكون الجراثيم موجودة فلزام دائما يكون مغلق الباب. واي واحد يفتح باب الحمام اخافه طيب هنالك شيه في الوسواس يسمى آآ المواجهة والتعريض يعني انك - [01:54:54](#)
تعرض الانسان آآ شيئا فشيئا الى ما ما يخشى منه واحيانا قد يكون تعريض مباشر يعني مرة واحدة طبعا هي ليست معي فاحببت ان امارس معها هذا التعريض عن طريق الهاتف - [01:55:12](#)

فقلت لها اسأل اه الباب باب الحمام عندما تدخلين وتخرجين في هواء يدخل معك ويخرج ولا؟ قالت له لا طبعا فيها. قلت له يعني الجراثيم ممكن تخرج معك صح سكتت - [01:55:27](#)
قلت لها هنالك مفتاح للباب قالت نعم. قلت له بالتالي المفتاح هذا فيه فتحة وهواءك ساكتة قلت لها الباب ملتصق بالارض ولا فيه فتحة داخل اه اسفل الباب؟ دكتور ايش قصدك؟ قلت له خليك معي - [01:55:42](#)
قلت لها هذا الهاتف الذي تستخدمينه الان. اليس هو هاتف البيت؟ قالت نعم. قلت لها عقمته قبل ان تكلميني قالت لي لا قلت لها هل تعلمين ان ما يخرج من افواه الجميع في البيت ربما يكون اضر من الجراثيم اللي تخشين منها - [01:55:58](#)
هل تعرفين مقدار الجراثيم اللي موجودة في معدتك لتعينك على هضم الطعام قلت لها فلانة ما القصة القصة ليست جراثيم ها انت علمتي الجراثيم محيطة بنا. ما القصة حقيقة فبدأت - [01:56:19](#)

يعني وانا والامتحانات وايش اسوي وابن عمي جايب اه طب وانا الان سيقارني به وابنة عمي التي كانت بالمناسبة احنا نظريات اه تفسير الوسواس انه حيلة نفسية غير واعية غير ناضجة - [01:56:41](#)
لعدم القدرة على مواجهة شيه اخر. وسيأتي بعد قليل قصة اخرى مشكلتها ما المجهول عندها؟ السنن الدنيوية اللام واللذة عدم المقارنة بالآخرين الاشتغال بنفسها اه ان تعلم ان حقوق اهلا لا تعني انها عليها ان تأتي بالطب وعليها ان هذا كله هي يعني واقعة فيه لا تستطيع - [01:57:03](#)

ان تواجهه فاتجهت الى شيه. البعض ربما سيقول يعني دكتور هي تعني هذا الامر يعني هي وقفت امام المرأة وقالت انا اخشى مواجهة الثانوية العامة ولذلك من اليوم ساعلن انني اخشى الجراثيم - [01:57:30](#)
لأ طبعا. لذلك يسمى حيلة نفسية غير ناضجة غير واعية القصة التي تليها اه كانت تحظر عندنا في الدروس الاسبوعية اخت ام متبرجة ونحن عادة في داخلنا انا في داخلي اشكر - [01:57:46](#)
لشخص غير ملتزم احيانا الشباب لا يصلون اه فتيات لا يصلين متبرجات ومع ذلك يحضرون مجالس فيها كلام ثقيل اه لم يعتادوا

عليه فاشكر لهم في نفسي ذلك كانت تدخل بلباس واضح انها من بيئة اجتماعية يعني ميسورة ماليا نوعا ما - [01:58:08](#)

آآ ففي يوم من الايام بعد الدرس كانت عادة تحظر ثم تغادر فوراً بيوم من الايام قالت لي دكتور عبد الرحمن انا اريد ان اشكر. قلت له خير. ظننت انها ستشكرني على يعني الدروس قالت لي اولاً - [01:58:32](#)

اريد ان اشكر على الفتيات اللي يحضرن الدرس آآ اني يعني الحقيقة اشكر على طالبات لم ارى من ولا واحدة نظرة احتقار او نظرة ازدراء ان ان تنظر الي من الاعلى الى الاسفل من انت؟ قلت له هذا هو الطبيعي. ومن لا يفعل ذلك معناها - [01:58:52](#)

لا يفقه حقيقة الدعوة انه ينبغي ان يعني ان تعرف بان هذا الشخص القادم انه يستحق يعني التقبل والرحمة الى ان يعني نعرفه ما له وما الى اخره قالت لي لكن هنالك مسألة اخرى قلت لها خير قالت لي انت انقذتني من الاحاد. قلت لها كيف - [01:59:12](#)

قالت لي انا اصلي كنت اصلي وانا اعمل في مصرف وطبعاً بغض النظر عن التعليقات اللي قد تأتي من طب كيف تعمل في مصرف خلط موجود عند الناس بشكل كبير. المهم - [01:59:33](#)

قالت لي انا اعمل في مصرف اخرج اصلي ثم اخرج الى المصرف ثم آآ لما يأتي وقت صلاة الظهر ادخل فاتوضاً فانزع الجورب اه طبعاً تكون لابسة لباس ما يسمى اليونيفورم. اللباس الكلاسيكي التقليدي والكعب العالي والكذا. تقول واضع - [01:59:50](#)

رجلي على المغسلة فلما تدخل زميلة لي اتخرج فصرت اجمع الصلوات اه اقضيها في البيت ثم اشعر بالذنب ثم بعدين صار عندي شعور انه ايش هذا الاسلام الصعب؟ ايش هذا الى ان وصلت الى درجة - [02:00:15](#)

وساوس متعلقة. انا ايش اللي يدبرني اصلاً انه هذا الدين كله على بعضه صحيح. ايش دليل انه في اله اصلاً؟ تقول الى ان في يوم من الايام انت وانت في الدرس قلت مسألة على الهامش انك تنصح بناتك انه او ابنتيك آآ يعني انهما يتوضان او تتوضاً - [02:00:30](#)

رأني قبل النوم ثم يعني ترتديان الجورب حتى اذا استيقظتا لصلاة الفجر اه لا يتعبهما الوضوء بالماء البارد او الكذا فيمسحاً تقول انا لا اعرف هذه المعلومة لاحظوا لا اعرف مجهول - [02:00:50](#)

حكم فقهي بسيط امرأة اربعينية لا تعرفه قالت مباشرة ذهبت وبدأت ابحت المسح على الجورب والمسح على الجبيرة فظهرت مصطلحات معينة ما كنت اعرفها تقول فقلت سبحان الله انا معلومة مثل هذي لو كنت اعرفها كانت حلت لي مشكلات كثيرة -

[02:01:09](#)

اه الحالة قبل الاخيرة جاءتني امرأة منتقبة متزوجة مع زوجها وابنتها الصغيرة الحالة الظاهر اه منذ سنوات تحاول اه طبعاً تطلب العلاج لانها لديها وساوس شديد يأتيها بالذات مع الصلوات - [02:01:38](#)

كلما ترفع يدها للتكبير يعني افكار سيئة جداً متعلقة بالذات الالهية وان شخصاً سيخنقها او سيلقي بها من جبل شاهق استشعرت امراً في الجلسة ذكرني بالاخت صاحبة فوبيا الطيران طبعاً لا اقول الان انه من كل هذا بس اذكرت اقصد الاخت لانني ذكرتها الان هنالك حالات كثيرة بينهما. لكنه لانني ذكرتها قبل قليل - [02:01:56](#)

فتذكرت هذه الاخت ومثيلاتها ممن يعانين نفس العمر فقلت لها اريد ان اسألك سؤال كيف علاقتك مع الله؟ فانزعجت من السؤال لكنني لاحظت ان هنالك شيء يمنعها من الكلام فاستأذنت الزوج والابنة يعني - [02:02:27](#)

ويعني طبعاً ان يخرج وان يأخذ معه ابنته قلت لها كيف علاقتك مع الله ما عجبها السؤال وبدأت يعني لدرجة انها اساءت في الكلام معي اه ايش قصدك؟ ومين انت؟ وين الحق علي؟ وكذا - [02:02:42](#)

فقلت لها معلش خديني على قدر عقلي. كيف علاقتك مع الله وبدأت يعني تحاول ان تحتال وتهرب ولا تريد ان تقول حقيقة ما تشعر به تجاه الله سبحانه وتعالى. وعندما يعني اصريت عليها - [02:02:59](#)

ايضا بكت وبدأت منهارة تعلن والعياذ بالله حاشا لله نعمتها على الله سبحانه وتعالى وكرهيتها لله سبحانه وتعالى ان انثى وانه قال آآ الرجال قوامون على النساء وان اباهما ارغما على على الحجاب والنقاب وان زوجها - [02:03:20](#)

لا يسمح لها بعدم ارتداء النقاب. وانها تود ان تخرج الى الشارع وتفرد شعرها. يا الهي قلت له كل هذا وتريدون ان تقفي بين يدي الله وتقولين الله اكبر - [02:03:42](#)

وتقولي الله اكبر انت في داخلك صوت يقول لك لا طبعا هو ليس اكبر حاشاه. هو الذي ظلمني وهو الذي قهرني وهو الذي مكن هؤلاء مني وانا لو الان لو حصلتني على لجوء سياسي ولا كذا ستهريين فورا - [02:03:57](#)

ليس لديك القدرة على ان تواجهي فعلا مشكلتك وتعلمي لوالدك ولزوجك. تعالوا اقنعوني انا غير مقتنعة. انا عندي مشكلة انا عندي هوا انا عندي شبهة انا عندي شهوة انا عندي لكن لانك لم تستطعي هذه المواجهة فظهر الامر عندك بصفة حيلة نفسية اسمها -

[02:04:17](#)

وسواس الصلاة هل الامر بهذه البساطة؟ لا طبعا هذا يستدعي يعني متابعة للعلاج يعني في تفصيل اخر قصة اه فتاة جاءت آآ مع امها وقد آآ وصل بها الحال انها تكره نفسها وتكره كونها انثى وتكره الذكور الى مشارف - [02:04:37](#)

الشذوذ الجنسي ما الاشكال الاشكال انها تكره ان ترى نفسها انثى تحيض وينزل دم وبالتالي هي نجس وانها كائن آآ الله خلقه كائنا نجسا مو تكره الاحكام الشرعية المتعلقة بالانوثة - [02:05:03](#)

وطبعا اكتشفت لاحقا ان اه قصص وانمي ومتابعة لبعض البرامج التي تغذي هذه الافكار هذه الاخت التي اتحدث عنها الان متزوجة وحامل وسعيدة بانوتتها وحملها. الان في هذه الايام اللي احدثكم عنها - [02:05:28](#)

هذه الامثلة وكثير غيرها يتعلق بحقيقة المجهول وعلاقته بالخوف وضعف الشخصية وما يترتب عليه والوسواس والقلق والاكتئاب وما عليها البعض سيقول دكتور يعني انت اختصرت كل القصة النفسية؟ لا لا طبعا هنالك تفاصيل ولكن اليوم تحدثنا عن اثر الحس

والمدخلات - [02:05:52](#)

المجهول على الصحة النفسية طب ماذا بعد ذلك ما الذي يعنيني بعد ذلك؟ نتهي هنا مع اخر شريحة ان الحس معناه انني اذا توقفت عنده ولم اتجاوزه الى ما بعده - [02:06:18](#)

ما الذي سيتحكم بي المجهول الغريزة المدخلات المتكررة التي من حولي الانفعال فوضى النفس الجهل البسيط سنتحدث لاحقا ما المقصود بالجهل البسيط؟ انا لا اعرف فقط. لان هنالك جهل مركب - [02:06:36](#)

طيب انا لا اريد ان اقع في هذا ان تتحكم الغريزة بي. ان تتحكم المدخلات المتكررة بي انا اريد ان امسك واتوقف وافكر واحل جميل. هذا سيدفعنا لاحقا للانتقال الى ما بعد ذلك - [02:06:53](#)

هذا سيكون ان شاء الله في المجلس بعد القادم لان لقاءنا القادم اذا يسر الله سيكون لقاء مفتوحا. اه لن نتلقى الاسئلة مكتوبة ولكن سنفتح المجال اه على التليجرام ان شاء الله - [02:07:08](#)

على اليوتيوب على التليجرام اه لارسال الاسئلة اه فورا وانا يعني وانا على على الهواء ان شاء الله حتى اجيبها اولا باول هذا والله اعلى واعلم وصلى الله وسلم على محمد وعلى اله وصحابه اجمعين. رب اشرح لي صدري ويسر لي امري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي. اللهم وجهنا لما - [02:07:21](#)

خلقتنا له نعوذ بالله من الشيطان الرجيم سبحان ربك رب العزة عما يصفون وسلام على المرسلين والحمد لله رب العالمين. بسم الله الرحمن الرحيم والعصر. ان الانسان لفي خسر الا الذين امنوا وعملوا الصالحات وتواصوا - [02:07:42](#)

بالحق وتواصوا بالصبر والسلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته - [02:07:57](#)