

# مجالس فقه النفس 440 | ونفس 61 | من فقه المخلوقية إلى الحاجة وسننها 11 | مجلس مفتوح لإجابة الأسئلة 20

عبدالرحمن ذاكر

والصلاة والسلام على محمد وعلى اله وصحابه اجمعين. احنا بس في انتظار هل صوت اليوتيوب اه جيد غير جيد يعني بياخذ وقت

شوي مثلا او ريف كيف الحال مش سامع يا شيخ - 00:00:00

واضح الصوت باللهي بحكيه كويس لا لا خلاص الأمور جيدة؟ خلاص خلاص توكل على الله. طيب بسم الله والحمد لله مرة أخرى

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على محمد وعلى اله وصحابه - 00:00:36

ومن والاه رب اشرح لي صدري ويسر لي امري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي. اللهم وجهنا لما خلقتنا له واصرفنا عما نهيتنا عنه.

ولا تشغلنا بما تكفلنا اللهم اجعلنا من جند الخير دلنا عليك ارشدنا اليك. فهمنا عنك علمنا منك - 00:00:58

وعدنا من موديلات الفتن ما احببتنا اللهم امين. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته اليوم في المجلس الثاني اجابة اسئلة متعلقة بما

مضى وبالذات فقه الحاجات بودي الحقيقة يكون عندي وقت اني اجيبها على قناة فقه النفس سؤال الجواب حتى - 00:01:15

يعني نجعل اليوم اكثر يعني والنعم لك ما امكن لذلك اه فاليوم اه ساكمل الاسئلة وبعدها راح اه يعني افتح مجال الاسئلة اذا كان في

هنا اسئلة او نوجز ما مضى ممكن نستفيد من - 00:01:31

من السابق طيب نذهب الى الاسئلة اللي كانت متبقية ايش كان اخر سؤال تذكره حدود حدود الجانب الجمالي اظن تكلمنا عنها

صح طيب لا كانه في شيء متبقي يعني السؤال ما حدود الجانب الجمالي للانثى شرعا ونفس وقلنا انه هذا يعني يعني اه -

00:01:58

هم نفسهم مش عارفين شو الوظائف يعني خيلنا احنا الذكور نبعد وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته الجماعة اللي خارجين من نفق

التوجيهي وطلعوا من الكهف الان طيب لاني لا اهتم بهذا الجانب كثيرا فاتهم بنقص الانوثة. طيب كل القضية كثير متعلقة يعني -

00:02:27

يعني بالعرف متعلقة بتعريفات الناس المحيطة متعلقة ما يقرره الوحي وبالتالي ما هو الجمال بالنسبة للانثى مو مسألة هالاياام مثلا

انثى اذا راحت الى الى آآ الى عرس وفي وفي العرس لم ترتدي رداء - 00:02:48

غير مقبول. بيعتبروها ما بتهتم بالجمال لانه صار العرف الان اللي عم يثار من خلال الميديا او الاعلام او كذا هو اللي بيحدده

بالتالي طيب لكن في ما ادري انا جاوبته تقول وبالنسبة لاكل للاكل هل اذا اكلت سلطة وطبق اخر وخبز واذا توفر فاكهة؟ هل هذا

فوق الحاجة ويضرني نفسي؟ جاوبناه كانه - 00:03:09

طيب احنا قلنا السلطة بحد ذاتها وجبة صح وبالتالي سلطة وطبق اخر وخبز ويتوفر فاكهة نعم هذا فوق الحاجة هذا فوق الحجر

كونه فوق الحاجة لا يعني انه يأثم الانسان بس حتى يعني - 00:03:33

لكنه معناها انه اذا اعتاد على هذا يوهن النفس لا يعني انه ليس آآ يعني المشكلة لمن نطرح مرات البعض يروح مخه على الحلال

والحرام مباشرة يعني حرام اكل سلطة هاي معناها ثلاث ارباعنا عم بنمارس حرام - 00:03:52

لكن نقول انه هذا اذا اعتيد يعني فعلا ان النفس قد تهم وما تقبل باي شيء لاحقا طيب هل كلما اشعر بالجوع يعني اني احتاج الى

الاكل؟ وما معيار عدد وكمية الوجبات؟ هذا سؤال قوي - 00:04:14

ليش هل كل ما اشعر بالجوع معناها انني في حاجة الى الاكل ما رأيكم دام فضلكم طيب لانه الجسم يشعرك بالجوع حسب ما عودته لا حسب حاجته الحقيقية ايش كمان - [00:04:29](#)

رجعنا نفس الشيء ايش رأيكم الى اي درجة نحن عندما نقول جوعانين نكون نعبر عن حاجة حقيقية للجسم بقدر ما نعبر عن شهوة يعني متى اخر مرة الله يعين الناس اللي محتاجين والناس المبتلين والناس اللي عندهم يعني اشكالات معينة ومصائب ولا حروب ولا كذا. ما عدا هؤلاء - [00:04:55](#)

متى اخر واحد فينا بيتذكر انه قال جائع لانه كان في صوت في معدته لانه المعادن املاح والكذا مفقودة الى انه محتاج يعوضها تصفر صعبة صعب تتذكر في معظم محيطاتنا ترى من الناس اللي دون الوسط شوي فما فوق اجتماعيا وماديا - [00:05:31](#)  
صعب ان يذكر متى لانه احنا عم نعتاد على ان نأكل لانه بتصير تطلع الصبح من بدون ما تاكل زوجتي طلعتني بدون ما اكل طيب مم يلا رجعنا لازم نتغدى. مين قال لازم نتغدى؟ مين قال - [00:05:57](#)

روح شوف اليوم النبوي على صاحبه الصلاة والسلام. في اليوم النبوي يستيقظ يخرج. في طعام ما في طعام يخرج. ارجع في طعام ما في طعام ينوي يصوم. طيب كيف كان عايش - [00:06:13](#)

القدم من من قيام الليل طيب ويحمل ويحمل حمل الصحابة معهم في في بناء المسجد ولا في السفر ولا في كذا. يعني هل حقيقة عندما نقول نحن جائعون نقول نحن في حاجة الى بروتين والى لا طبعا - [00:06:25](#)

معظمنا بالمناسبة واكرر استثنى من هذا اهل الحاجة حقيقة نسأل الله سبحانه وتعالى ان يعينهم وان يغفر لنا تقصيرنا في حقهم الاجابة المباشرة هل كلما اشعر بالجوع يعني اني احتاج الى الاكل؟ مو بضرورة - [00:06:44](#)

لانه دخلت هنا مثل ما تفضلت قبل شوي التعويد دخل هنا التعويد بيلعب يعني بيلعب كبير على على اه انه هل فعلا انا اه الان جائع لاني احتاج ولا لاني لم اخذ ما عودت نفسي عليه - [00:07:00](#)

الشهوة ايش بسموه هذا ثلاث احرف اه الفجعة بالزبط شارع المدينة المنورة الان للاسف يعني الاسم هذا في الشارع المهم شارع هذا المجاور لنا هنا ليش بسموه شارع الفجعاين لكثرة ما فيهم مطاعم. مع انه المفروض شارع الفجعاين المفروض - [00:07:19](#)  
يربط بايش؟ بقلة الطعام لخله الطعام. لأ انت موجود عندك ومع ذلك تحترق احيانا من وين بدي اجيب شاورما عند فلان ولا البرجر عند فلان ولا كذا عند فلان ولا طيب ولا الفروج اللي عند فلان ولا - [00:07:49](#)

وللاسف آآ يعني الاجابة لأ مو بالضرورة انني كلما شعرت بالجوع ان ان الجسم يحتاج ولذلك انا الى انه الانسان فعلا ما يرتبط بالعادات حتى ما يسمى بالعادات الصحية والغذائية كثير منها للاسف لا علاقة لها حقيقة بالحاجة يعني - [00:08:06](#)

حقيقية للانسان طيب آآ طيب ما معيار عدد مكمل في الوجبات؟ لا اعرف ما عندي شيء حقيقي ما عندي دراسة استطيع اني اثق فيها بدون ما تكون متأثرة بعرف معين ولا بثقافة معينة ولا ولا بامبراطوريات شركات هي اللي عم بتبحث على هذه الدراسة تتعمل او كذا - [00:08:25](#)

تقول انه لابد ان تأكل ثلاث وجبات. واربعة سناكات بينهم ولازم يكون في السناك اه اه جوز ولوز ومش عارف ايه الناس مو لاقية تاكل طبعا بعض هذه الانظمة الغذائية بضحكك حقيقة - [00:08:48](#)

في ناس مو لاقية تاكل اصلا طيب؟ فيبيجي بعرض عليه يعني اه مكملات وانظمة غذائية. هو بيقول انه قادر على هذا نظام غذائي كان مختلف تماما على اي حال انا ما ادري - [00:09:07](#)

لما كنت في الجامعة لما كنت اكل وجبتين ومش عارف هي قضية عادة يعني انا الان عندما اتصور ما كنت اكله ايام الجامعة يعني اكاد استفرغ كيف كنت اكل هذا الاكل - [00:09:23](#)

وما وما في حجة انه كنا نلعب رياضة هي القضية تعويض لانه بقيت اللعب رياضة وبقيت امارس نفس الممارسات مع نصف الطعام تقريبا وهنا ايضا لا اتكلم عن استثناءات الجماعة اللي بدهم بينوا عضلات ومعها اقول لك طبعا محتاجين - [00:09:37](#)

ما بياكلوا بعض يعني يعني مختلفة طيب يا جماعة رمضان طبعا انا عم بتكلم عن رمضان رمضان. رمضان الحقيقي مش رمضان

الاعلامي. طيب رمضان الحبيب انت صائم اصلا وبالكاد تكسر صيامك حتى تكون نشيط للقيام الليل او التراويح. طيب؟ بعدها ربما يعني تاخذ لك شيء خفيف. والسحور اللي هو ايضا مفروض ما يكون - [00:09:55](#)

طيب ومع ذلك انتاجيتك بتزيد في رمضان وشعورك بالنشاط بيزيد في رمضان هو ايش اللي بخليك تشعر بالخمول وكذا؟ الاعلام الاعلام اللي يعني يؤهلك انك تستقبل رمضان بعدد مسلسلات وبسفرة اه يعني اه - [00:10:35](#)

كبيرة وايش العصاير وانواع العصاير اللي لا يحلو رمضان الا بها والكلام هذا طيب في خبر الثلاثة الذين فرحوا برسالة الاسلام فاراد احدهم ان يعتزل النساء يتزوج والثاني قرر الا يأكل اللحم والثالث هجر النوم على الفراش - [00:10:53](#)

كيف يصل الانسان الى درجات معقولة ومتوسطة من الزهد بدون غلو؟ الوحي. اصلا المثال الرسول ماذا قال يعني هؤلاء ليسوا هم المثال. المثال هو ما جاء عدل ولذلك نقول نعمة الوحي - [00:11:13](#)

الوحي يقول ان هؤلاء يخطئوا الرسول صلى الله عليه وسلم كان قال عبارة صارت صارت مألوفة لدينا بناء على هذا الوحي ايش هو من رغب عن سنتي فليس مني اذا اذا كيف اصل الى هذا الاعتدال الوحي - [00:11:28](#)

الوحي هو اللي سيجعلني اعلم ما الذي يجوز؟ ما الذي لا يجوز؟ ما هو الزيادة؟ ما هو السرف هل كل ما هل كل ما ترفه الجسد تعقدت الروح طيب في عبارة - [00:11:45](#)

من عبارات اللي يعني آآ متكررة عند العلماء آآ قديما تجدونها مثلا عند آآ المحاسبي عند آآ اه عند المحاسبي عند الهروي عند اه عند ابو حامد عند ابن الجوزي عند اه - [00:12:01](#)

ابن القيم يدور حول معنى كلما ثقل الجسد مقولة الروح كلما ثقل الجسد الروح ايش المقصود؟ كل ما انت اثقلت الجسد ما صارت الروح نشطة لتقوم بما ينبغي ان تقوم به - [00:12:24](#)

وبالتالي العبارة هنا كلما ترفه الجسد اذا كان المقصود بها انه كلما انا اعطيت الجسد اكل زيادة وكذا من الطبيعي نروح ما عادت تستطيع ان تقوم بما ينبغي ان تقوم به - [00:12:44](#)

والله قلنا سبحان الله قبل قليل مثال رمضان. بالعكس رمضان يكون الاصل فيه الخفة طيب خفة الجسد فتجد الروح سبحان الله منطلقة. الدراسة فيها فيها نشاط وعليك السلام ورحمة الله وبركاته - [00:12:59](#)

طيب آآ وبالتالي الاجابة المباشرة نعم كم المدة التي يجب ان نصمتها بعد الصلاة؟ هذا السؤال ما له علاقة بموضوعاتنا يمكن الجماعة ملاحقين على طيب هو ما في شيء اسمه يجب - [00:13:14](#)

لكن الاصل اني مش السلام عليكم ورحمة الله والسلام عليكم ابو فلان شو اخبار هذا يعني هذا لا يليق ليس من الادب حتى بعد الصلاة الاصل سلمت هاخذ نفسا طيب بعدين تسبح - [00:13:28](#)

حتى لو ما تسبح لكن اجعل وقت ما كان في الصلاة يأخذ حقه لكن مرة اخرى هذا له علاقة قبل فترة شاهدت بودكاست لاحد الاطباء النفسيين يتبعون منهج علم النفس الاسلامي فقال - [00:13:41](#)

وجدنا ان هناك حوالي ثلاثين بالمئة من الناس سيقفون مرضى نفسيين حتى لو انتشر الوعي النفسي ووجدنا الاسلوب الصحيح للعيش حتى لو انتشر الوعي النفسي ووجدنا الاسلوب الصحيح للعيش. وهنا وقفت وقفت هذه الجملة في دماغي - [00:13:58](#)

ولم تغادرني ابدا فهل هذا صحيح؟ لا اعلم لانه حتى ان تنزلت وقبلت بهذه الجملة اللي قالها هذا الطبيب النفسي اه يبقى السؤال بناء على ايش حكمنا انه لو ايش ما عملنا راح يضل في مرض نفسي بناء على ايش بناء عالوضع اللي احنا عايشين فيه - [00:14:12](#)

هذا الكلام بالمناسبة جيد انه انه ينعمل وعليك السلام ورحمة الله وبركاته يريد انه ينعمل كنموذج النقد فيما يسمى بالاستبانات والاحصاءات يعني والبحث التجريبي. بمعنى لما يقول وجدنا انه ثلاثين بالمئة من الناس سيقفون مرضى نفسيين حتى لو انتشر الوعي النفسي وهو جدا الاسلوب الصالح للعيش - [00:14:31](#)

عارفين هذا الكلام؟ انا كيف افهمه انه هذول الجماعة عملوا نموذج مثالي لمجتمع صحي وبعد ما انعمل النموذج المثالي للمجتمع الصحي وبعد ما نشروا فيه الوعي النفسي بقي ثلاثين بالمئة مرضى نفسيين - [00:14:54](#)

وصلت ولا ولا لسه؟ طيب مرة ثانية حسب كلام الاخ الناقل او الاخت الناقلة في السؤال يقول الطبيب هذا ينسب اليه انه يقول انه في ثلاثين بالمئة من الناس سيبقون يعانون من مرض نفسي حتى لو انتشر الوعي النفسي و - [00:15:12](#)

اوجدنا الاسلوب الصحيح للعيش هذا الكلام حتى انتزل واقبله يعني ايش يعني انه الجماعة امكنهم ان يوجدوا جزيرة معزولة عن كل امراض المدنية المعاصرة وكل استهلاك ومشاكله. وكل المشاكل اللي من الاعلام - [00:15:33](#)

واستطاعوا في ذلك المكان انه ينشروا الوعي النفسي ويكون في اسلوب صحيح للعيش ومع ذلك بقي عندهم ايش؟ ثلاثين بالمئة هذا وين موجود وين نعرف انا لا اعرف هذا الكلام - [00:15:49](#)

لكن نعمل دراسة بمدينة مأهولة بالامراض اللي منتشرة مجتمعيًا. ومأهولة بالمدخلات المفسدة للنفوس. طيب ثم نقول بعد ذلك مع انه وعين الناس ومع وصلت البوستات والمنشورات اللي عاملينها. لمئة الف مثلاً مشارك ولا لمليون كذا - [00:16:01](#)

مع ذلك ما زال الى الان العيادة وين ما زال وين ما زال كم سنة صار لك انت لذلك هذا الكلام غير مقبول بالنسبة لي هذا الكلام كما كما يقال الان كما هو مكتوب غير مقبول والنقد ونقده سهل جدا من منظور احصائي من منظور يعني استقرائي من منظور - [00:16:21](#)

يعني ببسموه يعني المنهج العلمي التجريبي هذا غير مقبول غير قضية انه الواقع يكذب في التاريخ الاسلامي الاول بالذات القرن الاول لانه حيقل لك طب ما هو انا ايش دراني انه اللي واصلي بعض الناس هكذا يقولون انه ايش دراني انه وصلت كل الحالات - [00:16:38](#)

لا تجاوز مع انه احنا المفروض انه الامة اللي نفاخر بانه ما بقي شيه ما تكلم عنه عن الحمقى والمغفلين والبخلاء والمرضى ما بقي شيه لكنه وبين في عندنا مجتمع الان؟ في المقابل سبحانه الله في عندنا دراسات الان الان تثبت بانه بعض الاماكن اللي بعيدة عن المدن - [00:16:59](#)

لا تكاد توجد فيه امراض نفسية اللي بعيدة عن المدن. يعني في دراسة عملوها في موريتانيا في دراسة في ضواحي بنسلفانيا في امريكا في دراسة عملوها في اه ضواحي - [00:17:18](#)

في استراليا وجدوا ان الامراض النفسية جدا قليلة فيه بعيدة عن المدينة انا ما بعرف وين علي طيب اه ربما سؤال غريب بعض بعض الشيء هل مونة المنزل من زيتون ومكدوس من فوق الحاجات على الرغم من توافرها بالسوق هذا هذا السؤال كان متكرر - [00:17:36](#)

وفي اسئلة اخرى وعليكم السلام جاوبت في فقه النفس سؤال الجواب. لكن باختصار يا جماعة يعني انا اجبت لكن طالما ذكرت الان اسأل نفسك سؤال في محيط يمتلئ بالدكاكين حولك - [00:18:00](#)

كم حاجتك انك تكس مونا اللي كان يفعلها اهل الدولة العثمانية والموصل سوريا والشام ولبنان وفلسطين. كم كم الحاجة؟ يقول بعض ما عنده جميل. اللي ما عنده هذا اذا سيأخذ حاجته - [00:18:16](#)

يعني انا ما عندي مال استطيع اني اروح اشتري فيه زيتون ولا زيت ولا برغل ولا قمح ولا حنطة ولا شعير ولا انا ما عندي اذا انا اكيد اللي راح امونه حاجة - [00:18:34](#)

المفروض لكن اه والله جابوا لنا اه ايش بسموه مرطبان اه اه او ايش بسموه اصل انا الزجاج اللي اله اسم عند الشوام قطرميز اطرميز طيب جابوا لنا اطرميز اه زيتون مش عارف شو مخلل قطن ممتازة - [00:18:45](#)

وبنفس الوقت وبنفس الوقت نزلت جبت معي زيتون من دكان اللي موجود فانا بصراحة اخشى انه بتكون مسألة تحولت الى عادة عند البعض لازم نعمل لبنة الحجة نعمل لبنة في البيت. حجة انت وين عايشة؟ - [00:19:08](#)

يعني اللجنة تعملها بفهم لما كان زمان في حاجة انك تعلمي هذا الان اللبنة اللي متوفرة في السوق طيب. لا لا اللبنة اللي انا بعملها مختلفة. حاضر حجي. بس تاكليها ما تاكلي غيرها - [00:19:24](#)

اما انت تعلمي لبنة وابنك وهو جاي يجيب لك لبنة وزوجك وهو طالع توصيه على الابنة. طيب اذا اللبنة اللي عندك ليش عملتيها؟ بس من باب البقاء على تراث الاجداد. طيب - [00:19:37](#)

فانا اخشى ان يكون القضية فيها مرات نوع من عدم الواقعية. نوع من عدم الواقعية وبالتالي تكون فوق الحاجة. ومع ذلك قلنا لما نقول فوق الحاجة لا يعني انه هذا يأثم - [00:19:48](#)

لكن من ناحية اخرى كويس الان يعني وانا عم بتكلم خطرت لي كم مرة رأيتم اطرميز بين قوسين او القارورة الزجاجية هذه فيها معفن السلام عليكم شكرا جزيلًا شكرا على الصدق والعفوية في الاجابة. انا رأيتها كثيرا - [00:19:58](#)

طب ليش خراف من معقولة تراث الاجداد يعني نتركه؟ لأ يعني اللي ما بدمك تتركوه كلوا اللي فيه على الاقل. بس ما يكون تراثه معفن. يعني ما حقيقة كثير ممن اراهم يفعلون هذا الشيء ولازم ليش لازم؟ نسخر وتعودنا على ذلك - [00:20:18](#)

انه مثل بعض الناس اللي في الشام لبنان تحديدا اللي عندهم نوع من الاجبان اه اللي هو لازم يحتفظوا فيها بطريقة معينة عشان شو اسمه هادا شو اسمه اللي ريحته معفنة - [00:20:39](#)

اللي مش عند المصريين بس على اي حال بتلاقيه عامله وبعد فترة صارت ريحته معيبة البلد. طيب مش البيت؟ معيبة ليش؟ من اجل ماذا كلامي يا جماعة بس حتكون الصورة واضحة - [00:21:01](#)

كلامي لا يعني تشجيع الاستهلاك. والله انا من الناس اللي ارجو ان نعود مرة اخرى الى قدرة نسانا زمان على اعادة التدوير. قدرة حقيقية عندهم فعلا اه كل ما في البيت ممكن يعاد تدويره - [00:21:23](#)

انا مع هذا لكن بشرط مش مع هذا وبالإضافة وانت جاي هات معك وانت جاي هات طب ولا ابني اللي انت عملتيها الكرات هذي صارت اشبه ما تكون بمنظر يزين فيه المطبخ - [00:21:39](#)

يعني تعال اسألهم متى اخر مرة اكلت منها الله اعلم. اكرر في بيوتات انا اعرف. في بيوتات عايشة على هذا. يعني هي فعلا تعمل هذا وهي فعلا عايشة عليه. لكن كم نسبتهم هؤلاء؟ في محيط - [00:21:57](#)

نخاطبهم الان آآ هل لو غرض نحتاجه مرة في السنة هل يقتنى او يستعار للتخفيف من الاغراض؟ رحم الله والذي كان اي شيء يحتاجه ولو مرة يشتريه الجملة الاخيرة يعني رحم الله الوالد الله يرضى عليه ويرحمه ان شاء الله ويكون ان شاء الله ممن حط حاله في الجنة. انا لست مع هذا - [00:22:12](#)

شيء تحتاجه مرة واحدة ليش تشتري ليش تشتريه مرة واحدة لأ ما هو احتمال يمكن بعد خمس سنين احتاجه مرة ثانية ومن هون لخمس سنين ايش تسوي؟ تكده وفي غيره قد يكون يحتاجه - [00:22:35](#)

هذا حيرجنا في بالمناسبة دكتورة في قضية البيئة وما بيئة كانت عاملة موقع من حوالي خمسطعشر سنة اسمه الاستوري قصة حاجياتنا قصة متاعنا قصة اثاثنا اظن الى الان موجود ممكن يدخل على دوت كوم اظن - [00:22:49](#)

عاملة يعني عاملة كرتون يشرح قضية انه هذا الذي هذا الذي انت تشتريه وتستهين فيه. في الآخر كيف يعود على كل الفساد. طيب لآنك استحلّيت امر معين تريد ان تقتنع - [00:23:10](#)

انا الذي اميل اليه انه اذا كان في شيء لن لن احتاج كثيرا ما راح استخدمه كثيرا لا اميل الى ان يشتري ويبقى عندي طب ايش؟ ممكن استعيره في عندنا حس الكبر الخفي هذا لازم ينكسر - [00:23:26](#)

مهو انا راح احكي بعض الاشياء والله راح تزعج الناس اللي في يعني يعني انا من الناس مثلا اذا كان في عندي يعني مثلا جاكيت الشتوي انا عندي الجاكيت الشتوي - [00:23:43](#)

اذا اشتريتوا واستخدمتوا وانتهى الشتاء وعندي القدرة لاحظ عندي القدرة اذا اذا الله احيانا وابقانا على قيد الوجود الى الشتاء القادم من معرفتي بنفسي ومعرفتي بحالتي وما اسواق التصفية اللي صارت موجودة الان والجاكيت - [00:24:05](#)

معيبة فيها اني اشتري لاحقا واروح مباشرة ارسل الى دول اعلى من الان انه اهلها يحتاجون هذا اللي بسويه بروح مباشرة اسلم مثلا بعض الاخوة اللي مسافرين وكذا بشرط انه ياخذ الى شخص اما اما يكون مكس عندي في البيت لا حاجة لي به - [00:24:23](#)

هذي ما يعني هذا انا لا اقول انه هذا ينبغي ان يفعل ولا بس اقول انا هكذا اتصرف طيب. نخليه لفترة اكثر ما هو اكرر واكرر انا عم بنبي انه قد في الوقت اللي فيه ناس حقيقة قد يكونون محتاجين لهذا الامر. طيب - [00:24:43](#)



وانا عندي قدرة يعني مثلا خليكوا واقعيين جدا في الواقع الاردني الان الجاكيث الشتوي في اسواق التصفية اللي هو اللي هو  
الي حالته متوسطة طيب اذا نزلت عالبالي اقل من ذلك - [00:25:03](#)

سوق الجمعة بشك فيه انا شوي يعني. جرب دلة الزرقا. طيب ستجد بخمس دنانير وبسبع دنانير وبثمان دنانير اشياء غير عادية  
طيب؟ اللهم تحتاج انك تودبها على يعني تنظيف مرتب فقط طيب - [00:25:25](#)  
عشر دنانير في السنة عشرين دينار في السنة عشرين دينار في السنة على ان لا يكون عندك شئ مكدس بشرط انك تروح انك اعدت  
تدويرهم بشرط انك اما اذا ما اعد تدويره لا يبقى في البيت - [00:25:45](#)

انا عندي يبقى في البيت ولا انك ما تعيد تدويره من ناحية او انه يلقي في اي مكان او انك تحطه عند شخص اخر سيكون زائد عن  
حاجته ما بعض الناس ايش بيسوي يتخلص - [00:26:01](#)  
بالضبط طيب لذلك مرة اخرى قضية انه اذا كنت احتاجه مرة واحدة فعلا انا اعطيكم امثلة اشياء نحتاجها يعني مو مرة. نحتاجها  
وقت بسيط ثم نغادر حاجتنا ألعاب الأطفال سرير الطفل اللي بياخذه اه اللي هو لاول شهر شهرين ثلاثة من حياته. اللي هو عادة يكون  
مجاور لسرير الاب والام. طيب - [00:26:11](#)

ما المانع من ان يكون هنالك شئ يعد تدويره ما المانع لكن حقيقة انا اكتشفت ان في عندنا هذا الكبر الخفي انا استلف انا احكي  
للناس انشر منشور يا جماعة اللي عنده كذا فوق حاجته انا انا اعملها - [00:26:42](#)  
ما فيش مشكلة ليش ما تعملها؟ وسبحان الله لو عملها ستيف جوبز الناس يا اخي ناس مثقفة وحافضة اطلع ما بليس الا جينز وبدلة  
وبلوزة سودا وكذا. عشان هيك عرف يخترع ابل. مش احنا اللي مستهلكين سبحان الله - [00:26:58](#)  
اذا قلتها من باب قال الله وقال رسوله وزهد وكذا بيطلعوا لك مئة الف قصة. اذا قلتها من باب اه عقدة النقص والفرجة ومايكون  
جورج ومش عارف مين اه لا هاي القصة ثانية - [00:27:14](#)

انا اكرر ما في قضية حلال وحرام هنا القضية انك تعرف تعرف الوضع اللي انت حولك؟ وهل انت عم تسهم حقيقة في ظاهرة  
استهلاك لما بنزل على السوق يمكن سبق حكيت لكم اياه انا مرات اتسائل بطبخ احكي لها زوجتي - [00:27:29](#)  
هاي الاغراض لو كلها بيعت الان الان كلها بيعت ليش في اغراض في ميناء ميناء العقبة بدها تفوت؟ يعني يعني عن جد يعني لو كل  
الاغراض اللي في اسواق التصفية الان فجأة دخل الناس كلهم اشتروا كل - [00:27:45](#)  
فيها وغادروا ليش بدنا نروح ثانيين التجديد فقط ومن اجل انه اصحاب الرؤوس الاموال المليونير المليارات. طيب بدهم يمتنعوا  
بس طيب اعطيكم معلى نتكلم يعني البنطلون اللي جماعة اونلاين ما بشوفوه - [00:27:59](#)  
مطروني انا لابسه الان كم صار لك؟ الناس اللي عايشين معاي ايام يعني متكررة يمكن زي صالح ابتسم صالح هذا صار لي الان لابسه  
شهر ونص شهرين رحت في جاها رحت في عرس. رحت في مؤتمر - [00:28:21](#)

اه طبعاً هو اللي مو عارفينه هو بتفصيل زي هو زي السروال العريض شوي. بس مفصل بطريقة يعني مقبولة حيشوفوها بناتي  
حيشكوا هذا اللي امامكم اللي انا لابسه امامكم الان - [00:28:49](#)  
خبطني في دراجة نارية قبل اسبوعين في شارع الجاردنز كنا طالبين وجبة من الطازج حطيت السيارة عالناحية الثانية وبنأتي في  
السيارة ونزلت بدي اعبره. فانا تلقائياً عم بشوف السيارات الجاي من هذه الناحية. هده الله واحد بدراجة نارية - [00:29:11](#)  
جاي من المقابل وخبط فيه بدون ما يشوفني وطبعاً يعني سقطت فسقطت في وانتم عارفين دراجة يعني معناها انه في بقايا اه  
ومسحتها مباشرة لما قمت وكذا. كملت والى الان ما انغسل - [00:29:31](#)

طبعاً بخماشة جيدة ايش المدرسة من شهر ونص توجيهي وعلامتك كويسة لا تخيلنا لما بحكي صار لي شهر ونص عم بلبس سوق لا  
لا صار له شهر ونص لم يغسل. لم يغسل - [00:29:46](#)  
ليش؟ جميل واو لا بفضل الله ان الناس اللي يومياً آآ يعني يومياً ناخذ يعني شورية سريع طيب؟ وبالتالي عذرا جسمي ثانيا طبيعة  
عملنا يا جماعة الا من رحم الله انا مو واحد بناء - [00:30:06](#)

انا مو واحد رايح جاي عم بتعرق وكذا زي بعض العمال اللي بحتاجوا احيانا بعض الشباب يشعرك بانه هو ايش في حالة يعني

عارفين اللي بالزفت كل يوم لا حقيقة عذرا - [00:30:22](#)

الله منعم علينا. انا الان تحت سقف وفي مكيف كم نسبة انه انا حقيقة احتاج انه هذا انه هذا اللي انا لابسه الان الجينز الجينز لما

العمل اصلا كان معمول عشان ايش - [00:30:36](#)

عشان يستهلك اكبر عدد ممكن من الايام بدون ما يضطر صاحبه انه يغسله. طبعا لا يعني هذا انه انه يتوسخ ويقبل انه يكون وسخ

هذا الكلام اللي عم بقوله ليس دعوة للناس انه يعني ظلت لا لا مو هذا المقصود - [00:30:53](#)

بس في حديث اه جيد انه انه يوضع في الحسبان البدانة من الايمان البدانة من الايمان. حديث ايش؟ صحيح ايش هي البذاذة لا مش

الهرجلي حبيت اني تكون واضحة البذاذة لا - [00:31:08](#)

عدم الاعتناء المفرط او الزائد بالهيئة هذي هي البذاذة. يعني انه انا الان اه البستان ما في داعي اضل امام المرأة نصف ساعة وانا عم

بعدل خصلة الشعر ومش عارف مين واتأكد من انه لأ. البنات - [00:31:28](#)

وسبحان الله لما تقرأوا الشروحات من الايمان معناها انه من علامات ايمانك عدم اعتنائك الزائد بهذا المظهر الخارجي الزائد لكنه لما

يعني نفس القائل هو الذي قال لواحد كان شعره - [00:31:47](#)

اما وجد هذا ما يسكن به شعره فالقضية بدأت بدا توصل واحد يقول لي طب ايش المشكلة انه يكون عندي لبس كل يومين ثلاثة؟ ما

في مشكلة ما في مشكلة بس تعال بدي الزمك بكلامك - [00:32:03](#)

كم واحد بتعرفوه عنده لبسة بغيرها كل يومين ثلاثة يعني عايش مثلا بتلات لبسات نضحك على بعض احنا صاروا الشباب يتنافسون

مع النساء حجم الاغراض في دواليب ملابسهم وخزاناتهم حكيت عن صاحبي اللي اللي لا ما حكيت اظن كويس والله - [00:32:18](#)

اللي في اميركا اللي دخلت عنده قلت له حكيناها هون لا اقفل لا لا ما اظن في فقه الحاجات الحقيقة يعني هو عارف ان القصة

حتذكر حتى اخذنا الصور هذا احد الاخوة كان اعزب - [00:32:40](#)

في آآ امريكا دعانا مرة انا وزوجتي وكانت مريومي بنتي كان بده يعمل لنا منسف وهو ما شاء الله عليه بيعمل منسف مرتب كان

حاكي لي انه هو متأثر بالكلام اللي انا عم بحكيه على قضية ضرورة الاقتصاد والزهد والكذا - [00:33:02](#)

هذا عبد الرحمن في عندي اغراض انا حاسس انه لازم اطلع منها ايش رأيك اليوم اه لا تيجي اليوم كبسة دخلت هو ساكن يعني غرفة

نوم وصالة وحمام ومطبخ كان في - [00:33:19](#)

في مجمع اسمه الكومباوند هذا دخلت اللي حوصفه الان لشخص واحد تبارك الله يعملوا دخل جيد بدينا نطلع في عنده السرير اللي

بسموه هذا اللي هو يعني لشخصين طيب وعلى الارض - [00:33:39](#)

فبدأنا نضع الاغراء اول شيء على السرير بدأنا بالجينزات تخيلوا السرير مثلا يعني هنا طيب ارتفاع يعني تقريبا ما بيوصل متر

اقل من متر ارتفاع جينزات ثلاث ارتال ثلاث مجموعات جينزات فقط - [00:34:02](#)

منها جينزات ما زال موجود فيها الورقة التاج اللي بيسموها طيب لم ترتدى اصلا التيشيرتات عدوا خمسة خمس مجموعات طيب

بعدين القمصان اللي هي مش رسمية. القمصان اللي هي اه يعني كيف قميصك الان؟ القميص اللي ممكن يرتدى على جينز او على

بنطلون اه - [00:34:27](#)

ايش بسموا الكاجوال طيب هذا عنده ايضا منه حوالي ثلاثة او اربع مجموعات ناسي الان البدل الرسمية البدل بدلة. طيب هذي عدوا

منها كمان حوالي ثلاث مجموعات الكاملة طيبة الشغل والسفر والكذا - [00:34:51](#)

بعدين يجينا على الجاكيتات كمان كان في مجموعتين للقمصان الرسمية اللي يلي هذه البدل بعدين في الجاكيتات اللي الشتوية اللي

بيسموها بتكون هيك اه شوي منفوخة. طيب؟ هذي برضو يمكن اربع او ثلاث مجموعات اضطرينا ننزلهم عالارض - [00:35:10](#)

بعدين الحبشكتكات اللي هي الاشياء الزوائد على اللي ذكرته اليو مثل ايش مثل ايش الهاينك البلايز الشتوية. البلايز الرقبة الكذا

المضحك كان وهو صار يضحك على حاله انه احيانا وانا بطلع الاغراض بكون في غرض مكرر - [00:35:31](#)

نفس الغرض نفسه نفس اللون نفس يقول اللي بصير اني بنزل في مطار معين الله هذا كثير عاجبني. برجع عالي بيت اكتشف انه

موجود عندي طيب الان وين كانت الصعوبة لما قلت له يا فلان يلا اه - [00:35:57](#)

نبدأ عاد تختار ما تحتاج والبقية نحطهم باكياس السود الزباله هذي الكبيرة بدأ خليني وانا عم بطلعها في زي العذاب طيب هذا يا

جماعة هذا اذا اذا صحت التسمية هذي متلازمة امريكية - [00:36:14](#)

اصبحت متلازمة عولمية متلازمة في دبي متلازمة في الرياض متلازمة في اي مكان استهلاكي عولمي. هذي متلازمة ومتكررة فيه

الملابس اللي اخرجناها من عنده وديناها ثاني ثاني يوم اظنها ثالث يوم على مركز اسلامي قريب - [00:36:40](#)

الملابس اللي خرجت من انسان واحد كافة ما لا يقل عن خمستاشر شخص وعائلة اجوا ياخدوا منها اللي عند شخص واحد اكثر من

خمسطةشر شخص وعائلة يعني قصدي انه مو بس واحد. واحد يجي او واحد يجي مثلا معاه ابنه او واحد يجي وعم ياخذه -

[00:36:59](#)

هذا غير اللي بقي عنده بقي عنده اصلا على اي حال المسألة صعبة وبالذات عند النساء انا كنت بسوي كبسات على بيوت اصحابي

ويعني عندي علاقة طيبة مع الامهات بتكون - [00:37:21](#)

خالته مستعدة عبد الرحمن تعال بكرة بس انا قبل مش عارف اكمل شهر اجيت وقلت لي هاي خليها بعدين لساتها في مكانها ما

تحركت لأ ما هو هي ناوية احمر فيها عرس فلانة اللي بعد ما اخس ثلاثين كيلو. عارف اللي هو يعني. طب يا حجي يعني - [00:37:35](#)

في قضية الاقتناع احدي الاخوات الله يبارك فيها عندنا في مكاني في تكليف انه كل واحد يروح اليوم ما يبقي الا ما يحتاج حقيقة

وصورت لي اه حقيبتين سفر ملينة - [00:37:55](#)

في حاجات لسا برضه الاوراق عليها لكن علق التعليق الحقيقة اه اثر فيا قالت اليوم استشعرت ما معنى ان تنفق مما تحب قالت زمان

بالنسبة لي تنفق مما تحب عادي ما انا بعطي فلوس. هي ما شاء الله يعني قدرتها المادية ميسورة - [00:38:11](#)

اقول لك انه انك تكون اشتريت غرض لك انت ووضعت في خزانك لك انت ثم تخرجه وتعطي طلعت صعبة يعني المال يخرج السهل

روح اشتري لك. لكني شيء كنت اريده لنفسي وما لبسته - [00:38:31](#)

واعطيك اياه عارفين مثل ما يكون عندك وجبة اشتريتها لك بعدين شفت فقير او او عامل كذا محتاج او لا نفسي فيها. لازم اخذ

شيء. سبحان الله هي هذا الحب التملك - [00:38:47](#)

اللي زاد عن الحاجة. طيب سؤال انا احب الاكل الساخن جدا ولا اجد لذة في الاكل البارد دون تسخين او المعتدل مع اني اعرفه انه

ضار ارجو النصيحة حتى اعالج او اقلل من هذا الشيء الذي هو فوق الحاجة - [00:39:06](#)

طيب هو اول الاكل الساخن اه كما قلنا قبل قليل هو عادة يعني يعني هل فعلا القضية انني انا يعني لا احبه الا بهذه الطريقة؟ اسألوا

اي بني ادم ممن كان لا يحب الشاي او القهوة - [00:39:21](#)

الا بحرارة معينة والان هو ضد نفس الشخص اللي يشرب القهوة باردة عارفين طيب ليش؟ لانه بطبيعة شغله لما راحوا وكذا ونزل

بالمطار اكثر من مرة شافها طلعت ولا لما طلعت مثلا - [00:39:35](#)

ماركة معينة هذا اول مرة بعدين سبحان الله انت نفسك انت نفسك اصبحتوا تشربوا وتقول غريب كيف في يوم من الايام كنت انا

مستغرب؟ الطعام عادي يا جماعة وتوثيقي اه كانت عاملة البي بي سي - [00:39:51](#)

آآ يجيب ناس عوائل من الصين بوريهم طعام من الطعام الايطالي اللي هو عارفين مكرونة والجبنه والكذا عذرا بصيروا يستفوا. يعني

في منهم بروحوا يستفوا. انهم ما بطيقوا في المقابل ايش بياكلوا هدول؟ حشرات بسيخ وكذا. التجربة ايش اللي عملوها في

التوثيقي؟ انه صاروا يجيبوا الناس اللي من ثقافات مختلفة - [00:40:12](#)

يعاودوهم على الاكل تبع الثقافة الاخرى. بعد ناسي والله يعني الفترة بس شهور يعني مش اسابيع الصينيين عم بياكلوا ذلك الاكل

واهل الثقافة الاخرى من الايطاليين كانوا عم ياكلوا الحشرات والكذا وبيشووها - [00:40:40](#)

والطعام عادة ولكن العادة آآ تحتاج منك الى انك آآ تأخذ يعني تأخذ نية الهجرة وانا بسميها انك تهجر شيء معين الى شيء اخر انا



سؤالي او يعني عذرا توجهي للاخ السائلة او الاخت السائلة - 00:40:58

ما مدى الحاجة لهذا الامر؟ جيدا اعتاد بين الحين والآخر ولكن لا تكلف نفسك ما لا طاقة لك به يعني مثلا معتاد انك رز وباميا رز وملوخية سخنين. لا والله انا بدي اكلهم باردين - 00:41:14

لا بأس يعني لا تصل الى درجة من التطرف ان تحرم نفسك متعة وتحمد ربنا عليك. ولكن جيد انك مثلا كل فترة تاكل ملوخية برضه تاكل بامية باردة تاكل رز بارد. طيب؟ لا بأس. ولكن انا ارجو انه ما نقطع في حالة من التطرف احيانا - 00:41:29  
اه انه ننسى الملذات لانه بدنا ندرب نفسنا على شيء. لأ بس التوسط صعب اول اشي الناس يختاروا دائما الاسهل انه يترك يا اما او يا اما كله يا اما لا - 00:41:48

طيب الاجابة المباشرة اذا ايش النصيحة حتى اعالج او اقلل هذا الشيء آآ النصيحة هنا مرات انك تكون عندك صحة تعينك على ذلك يعني طلعت طلعت على مطعم مع اصحابك - 00:42:05

واحد من اصحابك انت مخبره انه انا اريد ان اعتاد على هذا الشيء كون معي ذكرني لانه لما تكون لحالك راح تضعفه تطلب الشركة وكما انت معتاد عليه في البيت كمان. لكن هو كان صاحب الك يذكرك واکرر مرة ثانية. الامر ليس بتلك الخطورة - 00:42:21  
طيب من التدريبات على ذلك الاكل البايث كثير من الناس لا يطيق الاكل البعيد مع انه سبحانه الله في مأكولات لما تأكلها بايثة تشعر بانها اطيب من لما كانت اه يعني مثلا - 00:42:37

انا من الناس اللي الملوخية الملوخية سواء كانت المرققة او الناشفة يوم يومين ثلاثة واربعة مع المحاشي يوم يومين ثلاثة اربعة وتشعر بانه في يعني هيك بتتعتق مع مع القبله لا حقيقة طيب - 00:43:00

ايش مثلا الاشياء اللي اذا باتت كمان اه فاصوليا الفاصوليا عارفينها الفاصوليا المطبوخة البيضاء هذي اذا تعتقت كمان بتحس هيك يعني في عقب بطلع لها سبحانه الله طيب في اشياء لا - 00:43:18

انا من الناس اللي لا لا المنسف بايت عادي يوكل بايت. اصلا بالمناسبة. اصول عمل المنسف حتى ياكلوه يومين ثلاثة اربعة. ولا ليش الجنيده ريحته كانه معفنة هو معمول حتى انه ما تعرف هو معفن ولا طازة ولا يعني مشي حاله - 00:43:36

لا لا مثلا الخبز انا الخبز يعني المخبز جنبي بحس انه ليش اكل خبز بعيد؟ خصوصا في الصيف انتم عارفين سهل جدا انه يعني يعفن الين انت حطيتوا وين؟ بدك تحطه بالفريزر. حطيته بالفريزر معناه لما تطلعوا ايش؟ يا تستنى فترة. يا تسخنه. تسخنه - 00:44:00  
المايكرويف بيقول لك ما بعطي وبين بدك تاخده عالغاز؟ طيب لا التسخين عالغاز بيعطيك شعطة. عارفين الشعطة على اي حال مناسب على قضية فوق الحاجة معلش اليوم يعني عم اه - 00:44:23

احد الاخوة مبارح عليه حب يكرمني اول مبارح جاب لي ليمون نعناع احكي لي شغلة بسيطة فقلت له انت عارف هاي الشغلة البسيطة ايش هي هاي عبارة عن ماء بارد - 00:44:48

ونعناع طيب نعناع طازج وليمون بعدين خلاط كهرباء وضعت فيه هذه الثلاثية طيب ونخلط مع بعض وفوق هذا حاطين لك فيه ثلج واخلطوا معاه حتى ياتيک هذا العصير اللي امامك انت بتقول لي - 00:45:03

شغلة بسيطة الماء البارد لحاله فوق الحاجة الماء البارد لحاله فوق الحاجة. النعناع فوق فوق الحاجة الليمون فوق فوق فوق الحاجة. الثلج اللي فيه فوق فوق فوق الحاجة. طيب؟ بسيطة - 00:45:29

هون باب الاكرام الله يبارك فيهم الشباب والادب وكذا. ولكن اذا استشعرت الامر بهذه الطريقة يا جماعة لا شكرك المختلف واستشعارك النعم راح يكون مختلف طيب امين امين هل شرائي لنوع من الشوكولاتة تحبه نفسي وطلبي لوجبة معينة؟ كل فترة كنوع من مكافأة نفسي على الالتزام بخطة معينة. لهذا عم بحكي عن عبدالرحمن - 00:45:44

مش للشوكولاتة او انجاز عمل او التوقف اه نوع من انواع المخادعات ليش يا جماعة لا مخادعات ولا شي لانه فوق قدر الحاجة قلنا كونه فوق الحاجة هذا فقط ليعرف نفسه بمقدار النعم اللي انا فيها. لا يعني انه ما عمله - 00:46:08

يا جماعة لا لا تربطوا كلمة فوق الحاجة بانه يؤثم عليه لا ولكن اعرف انه انت في عندك كثير اشياء فوق الحاجة الرسول لما كان

يأتيه كان يبحب الكتف. مم. احمد الكتف - 00:46:26

طب لحمة الكتف حاجة فوق الحاجة ولكن يستشعرها ويحمد ربنا سبحانه وتعالى عليها ويبوزع منها عادي ما في مشكلة طيب  
وبلاش كلمة مخادعة تزج بكل شيء لانه يعني واحد بيقول لي بيقول لي دكتور ترى انت يعني كلمة المخادعة هاي الناس ماخذينها  
قلت له والله معك حق لانه انا نفسي لاحظ انه الناس عم يستخدموها بطريقة احيانا مبالغة بها - 00:46:41  
طيب ام لا اعود نفسي على ذلك اذا كانت القضية بكل حين وحين لا بأس ما في اشكال ما في اشكال والله انا كل اسبوع اسبوعين لما  
عملت شيء معين والله انجزت كذا - 00:47:05

كل شهر انجزت بكافى نفسي ايام الجامعة بكافى نفسي ايام اللي بتعرفوا الامتحانات في مطعم معين هيك كنا بنروح له هذا يعني  
حتاكلوا وجبة بسبع دنانير هيك يعني اه كان اسراف بالنسبة لنا ايامها - 00:47:17  
الامير آ لا لا هسه معظم المطاعم حتى المتوسطة. يعني هذاك اليوم كنا عم بنقيس اه شغلة معينة. فعم بنقيس المطاعم المحيطة بنا.  
ما هي الوجبة المتوسطة اللي بياكلها الانسان - 00:47:32

اللي من من الطبقة المتوسطة ايش عملت؟ نزلت على منطقة من المناطق اللي دي تعتبر يعني نوعا ما الحاد واذ بالمطاعم ممثلة  
بالناس فيها اللي هي من نفس المطاعم اللي موجودة في اماكن اخرى واللي هي بتبيعتها - 00:47:50  
الوجبة بنفس بنفس الثمن على اي حد طيب اه خمس سنوات لا تترك هذا مو موضوعنا والله كويس مع جيتك يا طيب بيقول لك  
ابنتي خمس سنوات لا تظبط الحروف التي تخرج من بين الاسنان مثل مثل السين والشين والصاد. وتخرجها من مخرجها اه يعني ما  
بتحسن. هل تنصح بان اذهب بها - 00:48:08

الى مختص نطق انت اسنان شو اذا كان الاطباق طبيعي ما في اذا كان الاطباق طبيعي هذا الطبيب من المانيا مو اي مو عبد الرحمن  
ايوا اذا كان الاطباق طبيعي ما في عنده مشاكل - 00:48:33  
اذا كان في مشكلة تقويم يفضل يشوف طبيب تقويم اذا كان الاطباق طبيعي الاطباق يعني معناها انه لما تسكر فكها في فرجة  
بتكون بين بين اللي فوق واللي تحت وتكون متقدمة - 00:48:46

اطباق طبيعي اذا كان اطباق طبيعي متخصص نطق. اذا كان لا في اشكال بالاطباق فساقتها طبيب الاسنان وبعدها لكل حادث حديث  
اه انا كبرت مع متابعة قليلة بحكم ان والدتي توفيت كذا واخواتي كذا ان صح التعبير طيب انت - 00:49:01  
هذا مو موضوعنا مو موضوعنا معلى انا بهمني الان موضوع الحاجات وما يتعلق بها فاسمحوا لي اتجاوز طيب معلى راح اكتب  
وهذا على جنب حتى ما اتجاوزه لاحقا طيب هل وقت الترويح اليومي لازم يكون اخر اليوم او بعد انجاز اشياء من جدول اليوم -  
00:49:20

طيب هو اول ترويح آ الوقت محدد يعني مو بالضرورة لما انهى كل ما علي اروح لنفسي لكن مو اروح عن نفسي بنص اليوم وياخذ  
وقت بقية الاعمال. لا طبعا - 00:50:07

لا بأس ان يكون الترويح في اما قضية انك تروح على نفسك الصبح غريبة شوي الحقيقة في ناس عندهم اكتئاب بسموحة اكتئاب  
صباحي نعم لكنه واحد حالته سوية وكذا ليش اول ما يصبح بده يروح عن نفسه - 00:50:22  
مربية يعني انه يمارس عملية ترويح بتكون بعد ما انجزت اشياء معينة فانها تكون مع منتصف اليوم اكمال وقت محدد ايش  
يروح عن نفسه الصبح اه اه تكون عادة ليش؟ يعني هو ما الحاجة كلمة ترويح لا بد ان تكون لشعورك بحاجة معينة - 00:50:39  
يعني انا الان ما سميت لسا نفعل شيء تروي اه احنا حنحكي عن في فقه الفرع عن هذي بعض الناس اعتادوا على كم كبير من  
الترويح في حياتهم يعني كثير مما يفعلون في حوادث من الترويح - 00:51:04

فلما يعود الى الحياة الطبيعية بحس حاله نكد يعني هو تعود انه يصبح الصبح عم ياكل مثلا شوكولاتة ايس كريم نوع لذيذ من  
الطعام. وبنفس الوقت يكون مشغل مادة مستمتع بها على اليوتيوب. هذا اللي انت عم بتسويه فوق الحاجة تبعه - 00:51:28  
هذا فوق الحاجة هو الاصل طبيعي انك تقوم تدخل على الحمام تغسل اه تتوضا تطلع تصلي كذا بدأت يومك طبيعي طيب الان بعد ما

تمارس بعض الممارسات والانجازات تشعر بحاجة الى انك حابب تريخ او كذا او تروح عن نفسك - [00:51:49](#)

لكنه والله لساتني صاحي من النوم بدي اروح ليش لاني كنت نايم تعبت وانا نايم مسلا اجا كابوس مثلا تروح من الكابوس غريبة.

فممکن يكون عادة نعم. يعني الاجابة المباشرة نعم ممكن تكون عادة. ممكن يكون الانسان اعتاد عليها - [00:52:06](#)

الرياضة اللي تمارس صباحا اه وهذا بنقولها احنا اه في فقه عمل يوم وليلة ان شاء الله لما راح نيجي عليها البعض يمارس الرياضة ليشمل فيها اكثر من امر. حق الجسد - [00:52:23](#)

طيب اللي هو الحركة ويمارسها من باب الترويح عن النفس يجمع فيها الامرين. نعم ممكن وبكون بالنسبة له افضل ما يكون صباحا حتى يبدأ. نعم ممكن لكنه برضو يبقى عندي انا هو ليش انت عم - [00:52:38](#)

مش الرياضة. ليش واحد يفكر يروح عن نفسه وهو لساته؟ واحد عم الحمد لله الذي احيانا بعد ما اماتنا غريبة شوي هذا مو ترويح

هو الاصل ان بعض الاعمال الحياتية اليومية اللي اعتدنا عليها تطمئن تطمئن هذي طمأنينة انت انت قاعد مطمئن - [00:52:55](#)

الترويح مسألة جاءت بعد ان انجزت انجاز بعد ان تعبت شايف انه في اشياء كثيرة بنعملها في حياتنا اليومية هي فوق مستوى

الطمأنينة احنا صارت معنا تعنينا كثير شيء لا هي في الحقيقة كثير. طيب يعني - [00:53:24](#)

يا رجل من باتا من عذرا من اصبح امنا في سربه معافا في بدنه عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا السلام عليكم لا احنا هذي

موجودة ونشعر انه الى اليوم ما عملنا شي - [00:53:42](#)

ما انجزنا شيء ما عندنا شيء طيب ماذا لو حس الشخص بنفسه خير او اثني احد عليه واحس بانه على خير او يشعر ان اهتمامه

بالعلم النافع مثلا يجعله خير من اناس لا يهتمون بالعلم. هل هذا مدعاة للعجب والغرور - [00:53:59](#)

طيب اول العلم النافع مدعاة للتواضع اي علم بيوصلك لعجب وغرور بطل على النافلة هذي بداية. طيب لكنه اه من الطبيعي انه

الانسان يمدح من الطبيعي ان واحد يقول لك والله يا فلان يعني انت ما شاء الله على خير وعندك علم انا ما كنت اظنه ان كنت -

[00:54:13](#)

هذا طبيعي هذا ما فيه بأس ان تعمل من اجل ان يعني ان تطلب علم من اجل هذا مصيبة الاخلاص ان تفرح بهذا نص ونص يعني ان

تفرح شيء طبيعي بس لا لا تخلي الامر يأخذ منك مأخذا - [00:54:32](#)

حيرتبط العلم او طلبه بانك تستقبل اعجابات الناس واللايكات الى اخره طيب كما ورد عن سيدنا عمر بن الخطاب انه اذا حدثته نفسه

بانه اعلى شأنها هذبها وقال من شأنها. نعم - [00:54:49](#)

النفوس اللي اللي بصراحة صادقة هذا الذي تفعله تخشى على نفسها انه يعني كان احدهم هذا في يعني في تراثنا كان احدهم اذا

جلس الى سارية سارية اللي هو العمود اللي في المسجد - [00:55:03](#)

وجلس اليه اربعة قام عنهم نخاف على حاله اوف بيزودوها؟ نعم بيزودوها. صح نوصل لالهم بعدين نزوج مو مشكلة لكنك تكون

انت اوه عم بيزودوها وانت ما في ما في بروفايلك مليء بالصور الشخصية. وانت على الشاطئ وانت امام - [00:55:17](#)

الي انت يعني عضو بالعبرة ما عندك اياه طيب وانت اه عند شلالات نياق لو عاملها فوتوشوب انا الحقيقة يعني قبل شوي اونلاين

سامحتك عليها بس اجل عندك لحد ما تخلص الاسئلة - [00:55:38](#)

انه اونلاين بقول لك اه اشمعنى اللي عنده بجوابهم وما بستنى الاسئلة اللي يخلصها لانه انا لما تيجي المسبة ما حد يجي عليك يجي

علي طيب ماذا عن دعاء سيدنا سليمان ان يهبه الله سبحانه وتعالى ملكا؟ الا يكون هذا انه من طبع النفس الانسانية ان تتطلع نحو

الافضل وانه فوق الحاجة. وكذا عن قصة سيدنا يعقوب مع اولاده عند - [00:55:59](#)

طيب خيلنا نفرق بين امرين اولاه قصة سيدنا سليمان عليه السلام قصة تحدث فيها الشراح ولذلك انا احيل على تفاسير مباشرة

لانها يعني زي ما قتلت بحثا هل هذا - [00:56:19](#)

لانه عنده طبع انه يريد ان يمتلك؟ لا قصة سيدنا سليمان هو عنده يعني هو عندما طلب كان عنده اصلا. مو انه ما كان

عنده فهو عنده ملك - [00:56:34](#)

طيب لكن اراد لنفسه ان يختص بخصيصة من الله سبحانه وتعالى. لانه يريد ان يرى مقاما له عند الله يعني زي كأنك انت عم تطلب جائزة خاصة بك جائزة جائزة فرق - [00:56:50](#)

هو هو ما اراد استحقاقا او حاجة هو اراد جائزة كيف في فرق؟ ولذلك حتى عندما جاء النبي صلى الله عليه وسلم ليفكر بسؤال هذا الامر تذكر انه كان لسليمان فما طلبوه - [00:57:06](#)

حتى يعني حتى النبي صلى الله عليه وسلم اعتبر انها خاصية لسليمان عليه السلام ولكن اللي يقول طب انا مو من حقي اطلب ذلك؟ لا بأس اطلبها. بشرط ممتاز اعمل زي - [00:57:21](#)

يكون عندك ملك سليمان وتقول بكل تواضع انه بعد هذا الكلام كله ان ربنا سبحانه وتعالى اعطاني هذا افقا ليلوني اشكر مو بزي هذا اهلا وسهلا لكن وانا باستغرب من الناس اللي بدهم ينافسوا الانبياء في مقاماتهم - [00:57:36](#)

على اساس احنا حصلنا ابو بكر وعمر وعثمان وعلي ومع ذلك يا سيدي قول نصيحتي اذا اردت ان تدعو ندعو الله سبحانه وتعالى بما يؤهلك لما فيه خير لقائه يعني ادعوا الله سبحانه وتعالى انه يكون عندك من الدنيا ما يبلغك الآخرة ويضاح - [00:57:59](#)

هذا هذا هل المطلوب امس كنا جالسين عم نتكلم على ولا تنسى نصيبك من الدنيا انه جمهور العلماء ولا تنسى نصيبك من الدنيا الذي يبلغك الآخرة اوعى تنسى نصيبك من الدنيا لينسيك الآخرة - [00:58:19](#)

اللي اللي يملوك يعني بالدنيا وشرفها اما قصة اه يعقوب عليه السلام اه لفقد او دعاء سيدنا زكريا الا يكون هذا دليل على انه من الطبيعي التعلق بالاولاد؟ طيب. ما حد قال مو من الطبيعي التعلق بالاولاد؟ ما حد - [00:58:35](#)

من الطبيعي الحزن على فقد الاولاد. احنا قلنا انه الاصل بان هذه الطبيعة تهذب وتزكى يعني انا من الطبيعي اني احب ابني ومن الطبيعي انه ابني لو غاب عني راح اه يعني ابكي لفقداه او كذا - [00:58:49](#)

الى الى اي درجة؟ انهار لما ما يكون موجود اذا فقدت اه اعتزل الناس واطلع وانا عندي اكتئاب اه ابطل اعرف احضر الصلوات في المسجد ولا كذا لانه عندي اه يعني ابن او ابنة ابتليت بها ولا كذا؟ لا طبعا - [00:59:02](#)

تم التعلق هو من شأن الدنيا هذا من شأن الدنيا. كيف اهذب هذا الامر؟ وهذه قصة ثانية ممكن امثلة لترويح حلال مباح شرب الماء آآ في حطينا هاشتاج اسمه ترويح - [00:59:17](#)

ممكن يبحث عن اكتب له ترويح نزلنا اه حتى فيديو اختين كانوا كانوا عاملينه الله يبارك فيهم اه الاخت اسماء والاخت نورة عاملينه لقناة اسمها ريباني وضعتها انثى كانوا عاملين عن الترويح وفي افكار كثيرة عن الترويح الحلال وايضا راح نتكلم في كيف افرح ان شاء الله - [00:59:36](#)

هل ينفع لو سمعت شيء فيه له كترويح على اليوتيوب اصلا ثلاث ارباع تراويحنا له بس حتكون الصورة واضحة يعني الانسان نادر ان يروح عن نفسه بشيء خارج اللعب. نادر هذا - [00:59:59](#)

يعني متى اخر مرة شعرت بالترويح وانت عم تسمع محاضرة فيزياء يا اخي قانون هيك يعني ايش اه اه طيب. عن جد والله؟ انت بتدرس التراويح؟ بعد انا حكيها في فقه الفرح. بعد فترة بعد فترة من اعتياد شيء معين - [01:00:15](#)

يصبح بالنسبة لك ما كان في يوم من الايام ثقيل يصبح ترويح مثل الرياضة الرياضة عندما تبدأ بها تكون كاره نفسك وكاره المحيط وكاره الانتقال وكاره الحديد وكاره الجيم وكاره اللي فيه وكاره - [01:00:43](#)

بعد فترة يصبح عدم ذهابك اليه غريب هذا بعد فترة بعد ما تعتاد لكن الصحابة كانوا يتسامرون احيانا باشعار الجاهلية لو اتيت احدهم وقلت لهم حال هذا العمل الان هل هو من العمل الذي تريد ان ينزل معك قبرك - [01:00:56](#)

لا يعني بس متاح مباح طيب ما في اشكال طيب اه فكثير من الترويح الحقيقة ولذلك الباطل هل يمكن معلومة كثير من الناس ما بيعرفوها الباطن ايش هو ما هو الباطن - [01:01:20](#)

اللي بجيبها جائزة في المطبخ ايوه جميل الباطل ما لا يعتد به في الآخرة يا جماعة الباطل ما لا يعتد به في الآخرة. فلما تقول هذا اللهو من الباطل مش يعني حرام بالضرورة - [01:01:38](#)

يعني انه يوم القيامة في ميزان الحسنات ما له ماء ووجود. طيب فإذا هل ممكن ان يعني مثلا احنا لما نكون جالسين مع شباب عم ناكل عم نتسامر طيب هذا حكم بعدين هذا تذكر نكتة بعدين هذا مش هذا الكلام كله - [01:02:05](#)

من باب ايش؟ لا يعتد به في الآخرة. ولكن ولكن الناس تحتاجه من الشرطة ما يكون هو الاصل ولا ولا يبالغ به احنا في شباب معظم احوالهم باطل بعض احوالهم له. معظم احوالهم نكت نكت نكت - [01:02:24](#)

من ايام من ثلاث ايام في فقه الفرح حكيت عن قصة لصاحب لي في الجامعة بدنا نعمل حفلة عيد ميلاد لزميلتنا فلانة اللي يريد يشاهد الحلقة يعني للمجلس لكن باختصار ما دخلت معاه بحلال وحرام لكن قلت له تعال نشهد بس حياتكم اليومية ايش عم تعملوا فيها - [01:02:47](#)

كم اللغو غير عادي ليش تحتاج حفلة حياتكم كلها تافهة بالضبط الحياة كلها حفلة. طيب طيب آ ولا حكون بساعد اصحاب المحتوى طب ممتاز. هنا سنتكلم في كيف افرح ان شاء الله - [01:03:08](#)

يا جماعة انا لا انصح بان يعني تكفر مشاهدات اهل اللغو. وبالذات من اهل الباطل وبالذات من اللي اصلا عنده محتويات فيها حرام ما تكثر مشاهداتكم ان كثر كثرت معليش اعمل اعمل حيلة. نزلها بطريقة معينة ما تكسب في مشاهدة - [01:03:24](#)

لكن ما تشغل له كليب يخليه عليه مليون ومليونين وثلاث ملايين مشاهدة ويأتي يوم القيامة خصمك امام الله يقول لك هذا وامثاله هم اللي شغلوه كثير من من الناس اللي احنا حقيقة اه بس دكتور هذا شو بيسوي بس بلف العالم هيك بورجين الطبخات اهلا وسهلا - [01:03:43](#)

واحد كان في يوم من الايام وحالته حالة. الان اصبح شبه فاسق طيب والتلذذ بالطعام ويقول ما لا يعني هذا قاله احد الاخوة لي انه جاء الى مطعمه وقال له ايش احكي؟ قال له تحكي كذا كذا كذا - [01:04:05](#)

اللي بشوف الحلقة بيقول هذا يعني ما يقول انه فعلا الوجبة يعني هو لا لا هو يقول له قول كذا كذا امثال هؤلاء الان صاروا عم بيغتنوا وصاروا روبيضة وصار بيتكلم لا لأ - [01:04:23](#)

وكل ثلاث اربع حلقات عن الطبخ. حلقة عن السنة النبوية البخاري ومسلم تفسير اية من ميين اللي اعطاه هذه القدرة ميين اللي اعطاه هذه القدرة؟ مشاهدات اه هل تحدث الامراض النفسية بسبب عدم تلبية الاحتياجات الروحية سواء في مرحلة الطفولة او في الكبر - [01:04:36](#)

لمين هذا السؤال؟ والاجابة نعم احنا قلنا لحاجات جسدية وروحية صح لما الحاجة الروحية تفقد او تعتل بين قوسين او تضطرب هناك بيكون في مدخل للامراض النفسية يعني انسان ما حصل على الامن ما حصل على العلم ما حصل على الانس ما هي الحاجات الروحية. نعم من هنا تدخل - [01:04:56](#)

الأمراض النفسية طب ليش ما قلنا الحاجات الجسدية لان الحاجات الجسدية مليئة بالناس وعندهم مشاكل فعلا لكن كم نسبة الذين تصل بهم هذه الحاجات الجسدية الى مرض نفسي؟ يعني متى شفتوا بني ادم - [01:05:18](#)

مرض نفسي لانه اليوم ما حصل اه قوت يومه ممكن تحصل بعد فترة طويلة جدا ممكن يعني ممكن واحد مثلا يتعرض للبرد الشديد ويظل شهور في الاسكيمو وبعدها يصير عنده مرض نفسي ممكن انا ما بعرف انا بس عم عم بتجاوز وعم بقول نعم - [01:05:34](#)

لكن كم نسبة الناس اللي مرضهم النفسي؟ لأنه لم يعتنى به لم يأخذ حقه من تقدير النفس من الآخرين او من نفسه او من الله سبحانه وتعالى بشعور - [01:05:54](#)

يعني جهل عنده او جهالة او هذا هذا هو الاصل نعم طيب لم افهم جزئية الاستفسار والتبصر بمواطن الضعف ومواطن القوة. بالتحديد حين ذكرت مثال شخص لا يتحكم في استعماله للهاتف فقال انا شخص ضعيف. هل كان يجب ان يقول انه ضعيف في التحكم - [01:06:04](#)

الهاتف لانه غير حاجة اصلا. هل الضعف في غير الحاجات ليس ضعفا؟ جميل اولاً كلمة الاستفسار والتبصر بمواطن الضعف اني اعرف انا ايش مواطن الضعف هي مواطن قوتي. هذا هذا التعريف حتى يكون واضح. ما الذي نتحدث عنه - [01:06:20](#)



لما يقول شخص انا ضعيف امام كذا. اذا قال ضعيف امام كذا ويعني به ضعيف امام استعماله ضعيف انه يجذبني. اه هذا هذا متبصر بموت الله لكن المهم ان لا يجذب نفسه - [01:06:35](#)

ما يقول انا سيء انا ولا اشي انا عندي ظعف تجاه هذا الامر بكل بساطة كما نقول دائما في تسليم المخلوقين مثال قتادة احد الصحابة في غزوة احد لما قال انا انا عندي ضعف امام النساء وفي رواية امام زوجتي - [01:06:49](#)

واني احب ان النساء لما تشوفني جميل ما تشوفني اعور العين هذا التسليم بكل بساطة هو نفسه اللي كان قبل شوي رامي حاله امام النبي صلى الله عليه وسلم وهو يجاهد واقتلعت واقتلعت السامعين - [01:07:05](#)

المهم انك تكون عارف ما لك وما عليك. وهذا راح نجى عليه ان شاء الله نتكلم عنه في التحديث بنعمة الله انك تقول ترى انا الله منع علي بكذا وكذا انا يعني انا قوي في هذا الجانب - [01:07:20](#)

وضعي في الجانب الاخر هذه هي الامشاك هل الضعف في غير الحاجات ليس ضعفا هذا الضعف في غير الحاجات ليس ضعفا اوريك السؤال هل الضعف في غير الحاجات ليس ضعفا - [01:07:30](#)

هو اول ما دام قلت ضعف اذا هو ضعف. وفي غير الحاجات ادمان وتعلق مرضي ما الحد في الحاجات الروحية كالمقام والانس وغيرها؟ ليعرف ابن اتوقف الوحي دائما لما تيجوا تحكوا عن حد يعني وحيد. كيف يعني؟ - [01:07:48](#)

انا بحب استأنس بالناس ممتاز في الخلوة هل اديت حقك في قيام ليلة؟ هل اديت حقك في الوتر؟ هل اديت حقك في الصلاة بمفردك؟ هل اديت حقك في ورد يومي - [01:08:10](#)

راح نتكلم عنها كمان في فقرة اليوم والليلا لا بصراحة انا هدول كله ما بعرف اعملهم الناس مش معي انت عندك تجاوز ينبغي انك نقول هناك وتسدد يعني وتسدد منافذ - [01:08:23](#)

طيب من من هذه المنافذ من الاخرين في حياتك مثلا نعم انا انا احتاج ان اعرف ان يعني ارى مقامي. جميل. نشوف الوحي الوحي ينهاك انك تكون حابب الناس يقوموا لك لما تفوت على مجلس - [01:08:37](#)

نقول لك اجلس حيث انتهى بك المجلس هو انك تقبل النصيحة لو جاءتك من كائن من كان اذا انت عم تعمل هدول فساعتها لما يجي واحد ويسبك وترى في نفسك شيء هذا طبيعي جدا وهذا من ضمن الحدود الطبيعية - [01:08:55](#)

مين اللي عم بقرر لك هذا الامر الوحيد هل كثرة مشاهدة المناظرات وقراءة كتب الرد على الملاحدة تسبب حدة وفضاضة في الطبع لاني من نفسي اصبحت فظا في النقاشات حتى مع اهلي - [01:09:09](#)

يمكن يعني يعني يرى من نفسه ذلك او ترمم طيب اه هل هذا ممكن؟ طبعا ممكن انت طول وقتك عم بتشوف اثنين عم بتصارعوا صراع ديك وواقصف الجبهة ورد عليه وورجيه قيمته طيب نعم هذا - [01:09:26](#)

هذا ممكن يحدث في النفس هذا الكلام ولذلك نحن لا نرى هذا الا لمن هو مشغول بشأن معين يعني يعني حتى الجدر والكذا متى نتكلم عنه اللي حضروا معنا اقرأ ما تجيب لي سيرته تقريبا - [01:09:41](#)

بعدين نتكلم عنه لتعارف بعد ما تكون مريت على نفسك وزكيتها وعذبتها وعندها تعلم هل هذا الامر يحتاج ولا لا يحتاج وحتى عندما يحتاج راح نتكلم حتى في الجدال والحجاج والمناظرة كيف ترحم خصمك - [01:09:55](#)

حتى في الجدال والحجاج كيف ترحم خصمك ما تكون القضية فقط انك بدك تذله امام الاخر طبعا في استثناءات يعني في هنالك ميين ميين ابو الاستثناءات هذا الحجاب ابو الاستثناءات - [01:10:10](#)

طبعا عندي تحفظ على بعض استثناءاته بس يعني مرات يستمتع بذل اللي قدامه ليش؟ لانه يرى انه لحظة شوي هذا حسب المحيط اللي امامي هذا يحتاج انه ينقص الجبن وخصوصا هو محمد طبعا مترين طيب. محمد انا شفته قابلته ببريطانيا - [01:10:24](#)

احكي معه هيك حقيقة مش مبالغة. محمد تكلم معاي تبارك الله انا اظن يعني متر وتسعين مترين بالراحة انا اظن يعني اذا بلعب سلة بنجيبيهم يعني المهم يعني مش محتاج تبارك الله. ومع الجسم - [01:10:43](#)

فلما بيحي براد شفتوا اللقطة المقطع تبع اللي حرق القرآن اللي حفظ القرآن في الدنمارك كانوا ولا السويد السويد واقف حياكله.

طيب؟ وهداك طبعا يعني فعلا يمكن لو نزل ايده عليه الله اعلم شو صار له - [01:11:00](#)

على اي حال بس المناظرات نعم. المناظرات تقسي القلب وكان العلماء لا يرونها سبيلا للعلم اصلا لطلب العلم منهم من ينهى عنها اصلا منهم من كان يفر منها انها تقسي القلب - [01:11:24](#)

الاصل انك ما يعني ما تشوفها لعبة وكم رأينا من شباب دخلوا في مناظرات في منهم من ارتد خسر دينه اصلا كله على بعضه نفس الموضوع طيب آآ في مجلس الصحة كنت اعطيت تعريف رائع للتوكل فرجاء ممكن تعيده لكي ادونه - [01:11:39](#)

راح اه في مجلس الصحة رح احكي لك عنه مرة ثانية. لانه هون الناس حيقول لك شو شو علاقة هذا كلام التوكل؟ هل الانسان المجبول على العجلة؟ نعم نعم من وبين جنبناها هذي - [01:12:04](#)

خلق الانسان من عجل. سأريكم اياتي ولا تستعجل ولماذا جمع الله عز وجل في الانسان صبرين؟ الصبر على البلاء والصبر على النتيجة. شوفوا يا جماعة نصيحة دائما في افعال الله اذا لم تكن جاءت بوحى - [01:12:17](#)

لا تسأل لماذا قول ما الحكمة الظاهرة ما العلة الظاهرة لنا ما الذي يمكن يستنبط لما تقول لماذا كأني انا كنت مع ربنا لما صارت عارفين اللي هو يعني اه كأني انا عارف اللوهية وخصائصها اه لماذا جعل الله انا بحكي لك ليش اه - [01:12:32](#)

ولذلك انا عندي تحفظ على بعض العلماء لما يقولون لماذا لماذا ربنا قال هذا من اجلك انت مين انت حتنقل من اجلها مين؟ يعني يعني كم مرة تقرأ في القرآن من اجل ذلك كتبنا على بني اسرائيل مثلا واضحة من اجل - [01:12:49](#)

واضحة تماما تعليل وعلة ما عدا ذلك تقول الحكمة الظاهرة العلة الظاهرة لدينا على اي حال نرجع السؤال ما الحكمة الظاهرة على في جمع الصبرين الصبر على البلاء والصبر على النتيجة - [01:13:03](#)

ما ادري ايش المقصود بالسؤال؟ ما اقصد ما ادري ايش المقصود بالسؤال ولكن الانسان يحتاج الصبر على اي حال يحتاج الصبر على ويحتاج الصبر على السراء. ليش قد تسر بامر معين - [01:13:19](#)

فيحصل منك فعل لا تصبر عليه امس كنا عم نتكلم شخص يرزق المولود فاول ما يسجد شكر وعقيدة وكذا فلا يصبر على هذا الفعل ثاني ثالث يوم اعياد ميلاد منك وحفلات مختلطة زي العرس - [01:13:34](#)

قراءة الفاتحة بالله على نية التوفيق. ايوه ثاني يوم اعراس ما الها علاقة وكده. طب اصبر اصبر على ما فعلته الان. فالصبر امر يحتاجه يعني يحتاجه الانسان على اي حال. سواء في عطاء او في منع - [01:13:55](#)

عبد الرحمن بن عوف ابتلينا ابتلينا بالضراء فصبرنا وابتلينا بالسراء فلم نصبر طيب آآ طيب لماذا بنظركم النساء هم الاكثر تعاطي للسحر والشعوذة والتنمية البشرية وخرافات الطاقة حنا كان باقي اليوم على - [01:14:10](#)

ما في داعي للجابة. خلينا نروح طيب آآ في العالم كله يا جماعة في العالم كله الاكثر حضورا في دورات التنمية البشرية والاكثر حضورا اه لجماعة الطاقة والاكثر شراء للكتب الاكثر مبيعا اه و - [01:14:35](#)

عموما والاكثر قراءة للروايات والاكثر آآ تسوقا هي النساء ليش؟ يراجع دورة القراءة وبالذات لما تكلمنا عن الفرق بين دماغ الذكر ودماغ الانثى. وتكلمنا عن انه بعض التفسيرات ما يجري في الحياة اليومية قد يرجع فيه الى - [01:14:52](#)

الفروق طيب الذاكرة الانفعالية الانفعالي يعني الاشتغال يعني بين قوسين بالنتائج تلمع الانسان طبعا بس هذا لما نقول اكثر لا يعني انه ما عندنا للاسف رجال وذكور الان لاحقين نفس القصة - [01:15:10](#)

طيب كيف نتجنب العجب في حال وجود ما قد يقود الى العجب ومن ثم الكبر مثل القوة او المال بكل بساطة ان تؤدي حقها يرحمكم الله. ان تؤدي حق الشيخ - [01:15:32](#)

عندك قوة ادي حق هذه القوة اخذم الناس تواضع روح قدم روح يعني ما تستطيع تقديمه لمن لمن يريدون منك هذا الامر عندك مال نفس الشيء عندك سلطة نفس الشيء طيب وفي مقابل ذلك امتحن نفسك في مواطن الكبر بطل - [01:15:42](#)

امتحن نفسك في هذه المواضع ان شاء الله لما نتكلم على المسخرات والنعم وكيفية التعامل معها يعني مسلا قدمت لك نصيحة واحد خطأ امام الناس طيب اه ماشي في الشارع ووجدت نفسك - [01:15:58](#)

مباشرة امام شخص تراه اقل منك اجتماعيا او كذا. سلم عليه ما راح كيف راح تسلم عليه؟ طيب اه لما يقترب منك انسان وانت تنفر من هيئته كيف راح تتعامل معه - [01:16:24](#)

كثيرا باختصار امتحن نفسك في بطن الحق وغمط الناس اخر سؤال ان شاء الله حتى ان الحلقة من الصلاة نطلع ثلاث اسئلة مو سؤال الشعور بالضيق والخوف عند الخلوة بالنفس ما علاجوه هل هو طبيعي؟ نعم طبيعي. كثير منا للأسف لا يعرفون انفسهم -

[01:16:36](#)

وبالتالي لما يخلو مع نفسه في المرة الاولى يخاف منها هذا طبيعي ما الحل يراجع ما قلناه في الخلوة في قضية كراسة قراءة النفس واللي وصينا فيها فتراجع هناك من المخادعات التي ذكرها الدكتور التهرب من مواجهة بعض الاشخاص او عدم السماع منهم لانهم

[01:16:55](#) مخالفون

لكن احيانا يكون امامك شخص عنده افكار خاطئة هل عدم السماح له وعدم الدخول في نقاش معه لكي لا يشوش دماغي وافكاري؟

فهل هذا مخادع؟ جميل نقول هنالك فرق بين الحيلة والمخادعة صح - [01:17:14](#)

انا الان جالس في مكان فجاء في مجلسنا شخص واراد ان يبدأ التهكم على البخاري ومسلم والسنة وكذا وصولا الى يمكن محمد

صلى الله عليه وسلم والله حتى انا اعرف انه هذا النمط من الكلام مر علي سابقا طيب - [01:17:26](#)

وسيشوش علي ويقسو قلبي اذا استمعت اليه والصحابة كانوا لا يجالسون اهل البدع وما عندي طول النفس ورا القوة اني اجلس الان

واخذ وارد. بكل بساطة استأذن ولا تقعد بعد الذكرى - [01:17:42](#)

هذه مخادعة؟ لا هذه حيلة احافظ على نفسي ما هي المخادعة؟ اني اجلس واعمل حالي انه قوي وكذا وامتنع هذي هي المخالفة انا

فعلت الان ما اراه اوجب لنفسي طب مو يمكن اقول الافضل اني اتعلم وكذا - [01:17:55](#)

هل هو هل هو حاجة حقيقية لك انك تتعلم بس من اجل انك تجلس مع فلان وتقنعه انه هو غلط لانه بالمناسبة ممكن تتعلم انت

وعشرة زيك وما يقنعه غلط - [01:18:15](#)

نراه في المجالس الاجتماعية كثير بعض الناس صار صار فاكهة المجلس عنده فاكهة المجلس يعني السخرية والنكت على الدين هذا

هو الشيء الطبيعي بالنسبة له طيب اه من الامور التي يفعلها اليهود انهم يجبرون اتباعهم على الايمان ببعض - [01:18:25](#)

في بعض انتقادات الاعتقادات بدون سؤال كما فهمت من المحاضرة ما الفرق بين هذا وبين ان في ديننا هناك امور واعتقاد لا نفكر

فيها. طيب في فرق بين انه انك انت عقلك يقودك الى ان ثمة الها وهذا الله واحد وهذا الله انزل وحده. بعد ذلك ما يأتي فوق

مستوى العقل - [01:18:48](#)

فوق مستوى العقل مو اي شيء انا حابب اه افرغه في وعاء العقل اقول لك لا تفكر فيه كما يقال عندي النصارى اغمض عينك واتبعني

لا ما في. احنا عندنا في الاسلام اعقل ثم اتبعني - [01:19:09](#)

فتح عينك ثم اتبعني في اخر سورة الفرقان ايش هي والذين اذا ذكروا بايات ربهم لم يخروا عليها صما وعميا لم يفروا عليها صما

وهم اذا خروا عليها ايش يخروا عليها - [01:19:25](#)

يخروا عليها عقلاء واعين ناضجين طيب ففي فرق كبير بين بين دين يقول لك اغمض عينك واتبعني طيب الدين يقول لك اعقل ثم

اتبع. بل في ديننا لا يكلف الا العاقل - [01:19:44](#)

انت اذا مو متى يستوجب العذاب في الاسلام متى يستوجب العذاب العلم والقدرة العلم والقدرة تكون عالم ايش اللي حصل اما لا

اعلم الجهل يرفع عنك الامر آآ هل قد تغني بعض الحاجات الروحية عن بعضها؟ ام ان النقص في بعضها يدسي النفس بالضرورة -

[01:19:59](#)

طيب الاجابة نعم قد تغني انا الان اه حاجة الامن الامن عندي يؤديها ككمشة ايش كمان؟ الانجاز صحيح؟ الان الان انا حاسس

حالي بظلام واشعر في حالة خوف لاني لا اعرف ايش المحيط بي - [01:20:23](#)

طيب ارفع السماع واتصل فلان كيفك؟ شو شو عملتوا الان استعذت بالانس عن العلم بالمحيط متى احصل على امي فاذا نعم

الحاجات الروحية قد يعوض بعضها عن بعض. طيب هذا الكلام لا يعني طبعاً انه التعويض يكون كامل منة بالمنة. لا هذا الكلام بس عم بخليني احتال نوعاً ما اهرب اليه - [01:20:53](#)

لكنه ساعود بعد قليل وسأبقى وحدي في الظلام. بس المهم نعم ممكن الحاجة الروحية تعوض عن غيرها؟ نعم ممكن طيب احنا كنا نتخيل انه ممكن يكون عنا وقت يعني - [01:21:22](#)

ناخذ هنا اللي حاب يتوضح قبل ما يطلع على الصلاة يتوضاً من الان لانه انا لازم ااغادر فوراً في عندي موعد فما في حيكون عندي وقت استنى ناس زي هداك اليوم بيتوضوا - [01:21:34](#)

لا لا لا لا لا لا المادة حين مداحين فعالين قيمة مبالغة المداح غير الشخص الذي شكرك لفعل معين تستحق عليه ذلك طيب اما المداح اللي بنشوفه في حياتنا اليومية من المجاملات المبالغ بها والتطرف فيها احياناً واحياناً حتى اكسابك صفات - [01:21:59](#)

مو صفاتك اصلاً هؤلاء نعم هؤلاء احنا في وجوههم التراب دير بالك اه بس يعني اه يعني انا مرة بتذكر ابو الخل يعني اه اللي عارفينه ابو الخل مش عارفينه مو مشكلة - [01:22:30](#)

ابو الخل اه اول ما تعرفت عليه كنت جاي من اميركا عم بقديم محاضرة في الجامعة الاردنية فجأة بطلع هالبنى ادم لاول مرة اشوفه وضعيف ونحيل هيكل ولحية وكذا قبل ما تخف اللحية والشعر - [01:22:45](#)

واليوم مع استاذنا وعالمنا ونحن والله مين هذا اللي واضح لا بيعرفني ولا عمره سمع لي اشي ولا يا دكتور انا من مريدي قلت له واضح انك ما بتعرفني. هاي الجملة ما بتنفع مع واحد متلي. شو مريديك؟ - [01:22:57](#)

بعدين عرفت انه هو مع كل يعني من هب ودب ومصلحة بعد الاسبوعين محاضرة نفس الشيء مع اني انا منعته قبل اسبوعين فواحد مثل هذا طبعاً يحثي في وجهه تراب الاحذية والكذا يعني اشياء كثيرة - [01:23:14](#)

نعم الجمال حاجة الجمال حاجة الان ما الذي يحققها الجمال حاجة. ما الذي يحققها؟ طيف واسع. لكن هذا الطيف الواسع اقل القليل منه يؤدي الضرر وشأنه شأن اي شيء اخر. اذا بولغ فيه - [01:23:30](#)

طيب قد تصل الى درجة من المنكرات احياناً يعني اعطيك مثال لما اشوف انا مجمع تجاري حاطط اه انبوين ضخمين من الزجاج طيب وحاطط جواتهم ليمون اصفر وتفتح اخضر. بيبرقوا وملمعين - [01:24:10](#)

بسأل العمال طبعي هذا الفاكهة؟ نعم جمال منظر جميل ممتاز. حلال ولا حرام؟ انا يعني ما بفتي بس اميل لحرمة وراح استغرب للشيخ الجمال الجمال قلنا الجمال هو الحاجة الجمال حاجة - [01:24:32](#)

الان ما الذي يحققه ما قد يكون جميلاً عندك يعني انا بعرف بعض الشباب دهن العود اللي قد يكون ربع التولة تبعته بالف دينار اردني ولا بطبق يشموه وفي غيره - [01:25:06](#)

يعني اذا اهديتوا ربع تولة بنص دينار يعني فسبحان الله يعني يعني في اطياف بين الناس وفي اختلافات. المهم المهم انك تعرف ما الحج وما فوقها؟ واحد لما لما للاسف واحد - [01:25:20](#)

شيخ معروف جداً في الخليج معروف جداً يعني من كبار العلماء. ابنه طالع عم بحكي عنه عن الاب انا في رأيي فضح ابوه انه لا والوالد عنده كذا وكذا وسعادة الوالد عنده التولة في كذا والمش عارف مين كذا وعنده عارفين كم ساعة؟ ايش قاعد تسوي - [01:25:36](#)

يعني هذا لما بدي اروح اخذ عنده علم ساستصعب اخذ العلم عنده والصورة النمطية اللي انت حطيت لي اياها وكأنه غني من اغنياء من مترفي الخليج اللي طيب في اي سؤال يا جماعة؟ ايوا - [01:25:55](#)

بالنسبة للاكل اسأل نفسك انت تعودت على افطار معين متعود عليك الان هذا الافطار لو ما حصل كيف حياتك عادي خلاص سلام عليكم عارف انه عادي عن جد. اه. اه ما تتفاجئوا ببعدين. اه خلص. اذا اه بعض الاشياء طالما انت اعتدت عليها لكنك توقن في نفسك - [01:26:12](#)

انه حتى لو ما حصلت اموري ماشية لا بأس ما حصلت ان هي رفاهية كل يوم لبنة بخبزة هي كل المهم انه اذا ما حصلت لا تشعر بانك

منهار جسديا ولا روحيا ولا عادي ما في مشكلة - 01:26:40

معظم بيوتنا فوق فوق فوق الحاجة من الآخر. عشان هيك حطيت لك البيوت اليابانيين معظم بيوتنا فوق فوق الحاجة الله اكبر الله معظم هذا الكلام يزعج ويزعج النساء تحديدا ويزعج عند المقدم على الزواج - 01:26:57

يعني يعني انه معظم محلات الاثاث عم بتبيع حاجات الناس فقط فوق فوق الحاجات دي كثيرة روح على نجار بسيط واطلب منه اه يعمل لك بس اه برواز خشب تضع عليه فراش حتى يكون انت عارف بلادنا فيه رطوبة وكذا - 01:27:23

انت بس تكون مرتفع عن الارض بس لكنه عنده القدرة يعمل لك عارف القديمة تبع الحاجات اللي مزركش وكذا انا ايش بدي فيه؟ يعني يعني مرات تدخل على بعض الاسرة في بعض البيوتات القديمة. طيب؟ بتفكر انه هاي مسابقة جمال يعني في حد اذا كان في مسابقة لرسمه حقيقة - 01:27:41

زائد كثير عن الحاجة لا دي كثير عن الحاجة يعني لذلك انا تعمدت لما نقرأ نصوص الوحي حتى نقيس حياتنا اليها. لا احنا احنا فيها في عالم بعيد جدا عالم بعيد الله يعيننا على حالنا - 01:28:04

والحمد لله ان ربنا يعني يعني يعرف ضعف النفس الانسانية بل هو الذي فطرها على ذلك. والاكتر رحلة بداية طيب لا لا هو انا ما حبيت اخوض فيه لانه البعض يقول انه الاكل الساخن او البارد - 01:28:18

ما بيتماشى مع درجة الحرارة الطبيعية تبعت الجسم وفي كتب هذا وطبنا النبوي ابن القيم بحكي عن هذا الموضوع وكثير من الناس اللي بيحكوا عن الطب اللي بسموها الايام البديل اللي هو الطب الطبيعي اه بيتكلموا عنها - 01:28:48

ما حبيت اخوض فيه لانه ما عندي ما عندي معرفة حقيقية هل هنالك ضرر حقيقي والضرر هذا اي درجة حرارة اللي هو مرتبط فيها. يعني الان عذرا بالعبرة. السندويش اللي بتجيك انت شاورما ولا بادر ولا كذا معظمها حرارتها فوق للحرارة الطبيعية للجسم -

01:29:01

بدليل الفلافل بتكون مستمتع فيها لو نزلت حتمتزل جمرة في في ما عندي ما انكره النفخ في الاناء مش المقصود الطعام. الاناء فيه الاناء بالذات اذا كنت انت عم تشرب من من اناء عم بشرب منه غيرك كمان - 01:29:19

يعني في تفصيل لكن هذا ما له علاقة بدرجة الحرارة اللي قد تكون مضرة ما عندي فيها ما ما عندي فيها علم حقيقي. ايش درجة الحرارة اللي فعلا بتضر مع انه هذا الكلام شرقا وغربا يقال انه الطعام الفاتر اصح للجسم - 01:29:43

يعني يعني اوروبا بتحكي امريكا بتحكي استراليا بتحكي جماعة الطب الين يانج والجماعة الفلسفة الشرقية وكذا بيحكوه كمان ما هو ما هو الرقم لدرجة الحرارة اللي لازم يكون ما عندي علم فيها - 01:29:59

طيب سبحانك اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك. يا جماعة غالبا الاسبوع القادم سنبدأ الخامسة شافين اه ما شاء الله المغرب عم يتقدم اه فحيكون غالبا الساعة الخامسة ان شاء الله. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - 01:30:17

- 01:30:32