

مجالس فقه النفس 511 | ونفس 78 | فقه عمل اليوم والليلة

51 | أقل القليل 30 | الترويح والتعارف

عبدالرحمن ذاكر

ميكروفون الان الان اشتغل خلص كان بده كان بده شسمه ايه رأيك بقى اه معلش عليكم السلام ورحمة الله وبركاته المادة

النصية آآ طيب اولاً اين نحن الان من المجالس؟ احنا في المجلس رقم مية وخمسطعش - [00:00:53](#)

من مجالس فقه النفس والمجلس سبعة وثمانين والمجلس الخامس عشر من فقه عمل اليوم والليلة وهو ان شاء الله راح يكون اخر مجلس في فقه عمل اليوم والليلة. بناء على ذلك اه مم - [00:02:25](#)

الاسبوع القادم اللي تبقى قبل رمضان اذا ربنا يسر في جمعيتين المفروض ان شاء الله الجمعة القادمة راح تكون عن الصلاة وهي يعني مركزية الحديث عن يعني اليوم والليلة عادة في الصلاة - [00:02:38](#)

الجمعة التي تليها ستكون نهايات من مجالس ونفس ان شاء الله وهي ثلاثية الله انا الاخر. سنهي بها وان شاء الله تكون يعني انا يعني آآ سبحان الله قدر الله - [00:02:53](#)

ان تكون هي لقبيل رمضان. وانا هذا يعني الحديث حبيبي الى قلبي. فبحب اني اني اتكلم عنه عامة. فلما يكون قبيل رمضان هو يمكن يكون حتى ليلة رمضان يعني اذا اه اذا كان رمضان بالميلادي واحد ثلاثة فيمكن اه انت هون - [00:03:03](#)

كيفك متى دخلتوه لا حول ولا قوة الا بالله. شغلني عنك شاغل لا حول ولا قوة الا بالله. وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الشاهد انه تبقى لنا باذن الله في مجالس ونفس - [00:03:21](#)

اه مجلسان كان مفروض يكون في ثلاثة لحتى ناخذ اسئلة. لانه فقه عمل يوم وليلة اذا بتذكروا تقريبا ما اخذنا عليهم اسئلة الا اللهم يمكن لحد خرافة الشغف. بعد ذلك ما اخذنا اسئلة. لكن يعني ممكن نخلي مجلس لبعده لبعده رمضان اذا ربنا يسر - [00:03:37](#)

بس مبدئياً الذي بقي مجلس الصلاة ومجلس ليم آآ لله انا الاخر او فقه الاخلاص او فقه الاول. وهذا سنهي به ان شاء الله المجالس يعني طيب يعني هو المسخرات والنعم ابتلاء. صح؟ والجمهور ابتلاء للمعلم والمعلم ابتلاء للجمهور. انت كمان ايش في يا جماعة؟ مين هذول دخلوا؟ امتى دخلوا الجماعة هذول - [00:03:55](#)

طيب اولاً شو الاخبار اخبار العودة الى الان لسا قبل لقاء اول امبارح ما جدد الموضوع الله المستعان طيب آآ بناء على ذلك آآ اذا ربنا يسر احنا اصلاً عادة بعد المجالس يعني بعد مجالس اقرأي وتذكري كان في فسحة كذلك سيكون بعد مجالس ونفس فسحة يقدر - [00:04:27](#)

والله ان تأتي الفسحة الان في رمضان. فراح نتوقف بعد مجالس ونفس. رمضان والعيد. وبعدها نرجع الى اللي تعارفوا اذا ربنا يسر. يعني او حسب اللي قلته قبل قليل سيكون لدينا مجلس لاسئلة متعلقة بمجالس ونفس وخصوصاً فقه عمله يوم والليلة وبعدها اذا ربنا يسر نبدأ فيه لتعارفوا - [00:04:52](#)

اه في رمضان نفس الموعد سيكون تتمة الف باقي الزواج. يعني احنا ماشيين في الف باء الزواج تلقائياً ما راح يكون نفس الوقت لانه انتم عارفين في الان وقت الف باء الزواج بعد صلاة المغرب. طيب. انا بعرف انه الشباب ما عندهم - [00:05:11](#)

حتى لو اجوا بعد صلاة المغرب في رمضان طيب افطار زواجك يعني عارف كله افطار بافطار طيب اه لكن لا هو آآ ان شاء الله سيكون بديل يعني هذا المجلس في رمضان سيكون تتمة الف باء الزواج اذا ربنا يسر - [00:05:28](#)

اه هذا فيما يتعلق بمجالس مجالس ونفس وما يتبعها اه طبعاً ما عدا ذلك المجالس الرمضانية سنعلن عنها ان شاء الله خلال ايام
كالعادة هي بعض بعد الفجر اه راح نستلم النية الى الان اه سورة يوسف والكهف - [00:05:45](#)
ومريم وطه ربما مو اكيد ربما يضاف لها الانعام والتوبة. بس اه ما بعرف الوقت الوقت يعني آآ راح يخدمنا ولا لا؟ على اي حال. طيب.

بقيت مسألة فقط قبل ما ابدأ بمراجعات ما سبق تتم الكلام عن فقه عمل اليوم والليلة واقل - [00:06:03](#)
قبل قليل بعض الناس الذين ربما يقولون يعني معقولة انا انتظر كل هذا حتى يعني حتى استوعب المادة والمواد طويلة. انا اقول
الصادق الصادق هو الذي ينتفع يعني نلاحظه احنا لما تكلمنا عن خماسية اقل القليل من مجلسين المجلس الماضي بتذكروه كان يعني
- [00:06:24](#)

الجنابة وآآ يعني الجمعة الماضية كانت الجنابة والعزاء في والدته اخينا حسام اسأل الله ان يرحمها وان يعني اه وان اه يعني شأنها ان
شاء الله في الآخرين آآ ما عدا ذلك احنا وصينا باشيء. الصادق هو الذي يكون بدأ الان. بدأ بايش؟ اقل القليل. مثل ايش؟ اي شيء
ذكرناه - [00:06:44](#)

اقل القليل فيما لا يسعك جهله من الطهارة المفروض انت تكون لو صادق تكون الان انهيت دورة علمية كتيب بسيط في احكام
الطهارة في احكام الصلاة هذا ما لا يسعك جهلهم. في بعض المسائل المتعلقة بمهنتك بطلبك للعلم الديني الى اخر ذلك. آآ مسألة -
[00:07:06](#)

الرياضة اللي اللي اتكلمنا عنها من اسبوعين. ايضاً ينبغي انك تكون اخذت فيها على الاقل يعني خطوة معينة تعلمت طلبت رحت
سألت آآ اشتريت مع بعض الاخوة في لعبة معينة اسبوعية ولا ولا تحرك جسمك يومياً - [00:07:26](#)
هذا الذي افهمه من الشخص الصادق الذي يريد ان يفعل شيء. اما بعض الناس كما اقول دائماً اللي عنده اللي عنده تأجيل كثير وربما
يكون عذراً عنده شيء من يعني شيء من التشتت اللي هو يقصده لنفسه كمخادعة - [00:07:41](#)

بس انا عندي كذا وعندي كذا وعندي كذا ومن وانتم يعني بتزوجوها لما تطلبوا منا ابدأ اللي ببداً هو الذي ينتفع. واكرر الناس اللي
اللي بدأوا من ثلاث سنوات بربع ساعة يومياً في قراءة كتب ومتون معينة صاروا منهن الكتب - [00:07:58](#)
الستة وصاروا من هنا البخاري ومسلم وصاروا من ليش؟ بدأ طيب تعالوا نراجع مع ما سبق في فقه عمل اليوم والليلة وعليكم
السلام ورحمة الله وبركاته. اولاً قلنا انه هذه الاعمال ينبغي ان يكون واضحاً انها لا ترتبط بيوم مهني او يوم اجازة او يوم كذا. هذا
انت مدرسة اجازة صيف - [00:08:13](#)

جايين لك ناس من برا هذا يومك. هذا اقل القليل. لذلك نسميه اقل القليل المسألة الثانية الخماسية هذه التي قد يستقلها البعض في
الحقيقة تعود عليك بمنافع كثيرة كما قلت يمكن لو لو كانت الخماسيات الاسلامية هذه موجودة عند اقوام آخرين لعملوا منها كتب
وبس وكذا لانه اه - [00:08:38](#)

بتنمي عندك مهارة وبتنمي عندك اجتماعيات وبتنمي عندك اه روحانية عالية وبتنمي هذي موجودة. طيب القضية
الثالثة الخماسية رغم انها ما تأخذ كل اليوم لكنه كما قلت هي التي تقربنا اه تؤثر في برمجة بقية اليوم. يعني انت - [00:09:01](#)
اه بتجيك خمس صلوات بتجيك اه اه ركعتي ركعتا الفجر ركعة الوتر اه بيجيك الورد اليومي بتجيك طلب العلم هذا الامر اذا اعتنيت
به ستجد انه سيؤثر على بقية الحياة اليومية. الغرض من هذا الكلام مرة اخرى لا تستهن باقل القليل. وكالعادة قلنا انه اول من يوجه
لهم هذا التحديث - [00:09:21](#)

الكمايين جماعة وهم الكمال اللي يقول لك انا لا انا اريد ان انهي مجلد وانهي كذا اقول له ممتاز يعني ان شاء الله لما نلحق بركب
الاولياء الصالحين تمسح بغبار قدمك لكن الى ذلك الوقت يعني تواضع شوي وابداً بهذه البدايات - [00:09:41](#)

والقضية الاخرى انه ينبغي ان تتذكر ان ان القلة اه شيء ممدوح شيء ممدوح الدليل ادومها وان قل ادومها وان قل هذا خبر ايش
مبتدأوا احب الاعمال احب الاعمال الى الله ادومها وان قال فلا تستهن بان الامر قليل بالعكس يعني ذكرنا اشياء كثيرة من يعني من
الدلة حتى - [00:09:59](#)

العقلية الادلة النظرية الاستقرائية على ذلك الذي يعني بعد هذا كله طيب ما ما هي هذه الخماسية؟ قلنا نقسم الخماسية باكثر من تقسيم من ضمنها اللي بدأنا به نحن انه الخماسية اليومية مين بيذكرني فيها - [00:10:25](#)

من يذكرني بالخماسية اعمال تحيا المملكة اولاً خماسية لم يتركها النبي صلى الله عليه وسلم بالذات في مقامه وحضره. طيب هذي وراح نجى فصلها اثنين طلب العلم ثلاثة ما هو طلب العلم هذا احنا بنقسمه قسمين. الوحي والاستخلاف. ثلاثة - [00:10:40](#)

الرياضة اربعة حيكون كلامنا اليوم الترويح خمسة التعارف والعمل الاجتماعي التعارف العام الاجتماعي. باقي لنا بس اليوم الثنائي هذا. طيب وراح ياخذ وقت اكثر ترويح الخماسية الاولى ايش هي؟ او قلنا خماسيتين لما يجتمعوا يصيروا سباعيا. الصلاة على وقتها. ركعتا الفجر؟ الضحى. ركعتا الضحى - [00:11:05](#)

اليوم حزب الحزب او الورد اليومي الوتر والاذكار. اذكار الصباح البعض يضيف اليها ايضا ركعتا القيام. بهذا بيكون عنا يا خمسة يا سبعة في اول في اول واحدة. مرة اخرى هذا هذه الخماسية او السباعية - [00:11:27](#)

اليومية هي اقل القليل لو مسافر مؤتمر منتجع شهر غسل مش عارف مين كذا هذا اقل القليل طيب آآ نأتي اليوم الى ما يعني الكلام عنه وهو مجلس اليوم الترويح ثم ننهي بالتعارف. الترويح هو الموضوع اللي راح اطيل النفس فيه يعني اكثر شوي - [00:11:48](#)

لما يحيط به من محاذير من مغالطات من جهالات اولاً لاي تفصيل متعلق بهذا المجلس احيل على مجالس آآ فقه الفرع في مجالس اسمها فقه الفرع موجودة على اليوتيوب. طيب اه فصلت فيها يعني القول بشكل كبير هناك اه في قضية الناحية النفسية لماذا يحتاج الانسان ان يفرح - [00:12:10](#)

محمود الفرع المذموم الى اخر ذلك ولذلك انا اليوم ما سأقوله اي شيء من التفصيل يحال الى ذلك المجلس. طيب. اول سؤال اليوم عندي لماذا الحديث عن الترويح لماذا الحديث عن الترويح؟ اخر شيء تكلمنا عنه ايش كان - [00:12:37](#)

الرياضة. الرياضة هي حاجة الماضية حاجة جسمية اليوم راح نتكلم عن حاجة روحية فالترويح اولاً هو من حاجات النفس. طيب وهنا اول يعني راح نحكي عن بعض الجهات. اول جهالة او مغالطة يقع فيها بالذات طلبة العلم - [00:12:53](#)

انه يرى ان الترويح هذا لا لا هذا مش احنا اللي نروح عن انفسنا ليش؟ يعني مين انت حتى ما تروح عن نفسك؟ طيب؟ الصحابة يروحون عن انفسهم. الرسول امر بالترويح. طيب - [00:13:13](#)

اه كان يقوم به في يومه النبوي صلى الله عليه وسلم لا هو حاجة ويتذكرون لما كنا نقول آآ الحاجات الجسدية والروحية كنا نقول آآ الراحة والحركة فيما يتعلق بالجسم. وكنا نقول بعض الامور المتعلقة بالروح من ضمنها ايش؟ من ضمن - [00:13:24](#)

الترويح انك تروح عن نفسك وراح نجى على معنى كلمة يعني روح اراح ترويح بعد قليل. طيب ولذلك من المعاني اللي كان يقولها العلماء في كتب التراث ان كلمة رياضة عندهم مو مرتبطة بالجسم فقط - [00:13:40](#)

كلمة رياضة عندهم مرتبطة باي نشاط يعود على النفس بشيء من النفع سواء كان فيه اراحة لها او حتى كان فيها شغل بسموها رياضة. ومن ذلك رياضة الارواح. رياضة الارواح قراءة بسموها رياضة الارواح. ما كانوا يسموا الارواح النفس - [00:13:57](#)

رياضة النفس يروض نفسه يروض نفسه ايش يعني؟ يصوم عن الطعام. يروض نفسه يروض نفسه آآ بيكسر الكبر اللي فيه نفسه. يروض نفسه وهكذا يسموها رياضة ايضا. وابن القيم يذكر في المدايح ما كانوا يسمونه المتصوفة. الرياضة اللي هو المشي بعد الفجر والاذكار - [00:14:16](#)

رياضة طيب ايش لا الرياض رياض الصالحين مش من الروض الفسيح من الروض. طيب الحقائق البساتين. طيب اه اذا الامر اول لاهميتها كحاجة. اثنين من ثمرات الترويح. بس ناخذ يعني سرد سريع لثمرات الترويح - [00:14:37](#)

اولاً قلنا انه الترويح فيه يعني يلبي حاجة الحاجة جسمية ولا روحية كلاهما ولذلك سننهي اليوم في الكلام عن الترويح انه هل يجوز او يعني هل ينصح بالجمع بين امور ذكرناها من قبل والترويح كشيء مستقر - [00:15:00](#)

نعم يعني ممكن يكون ترويجي وانا عم بقرأ كتاب؟ نعم ممكن. مرحلة متقدمة. ممكن يكون ترويجي وانا عم بلعب رياضة؟ نعم. ممكن يكون ترويجي وانا اه في حالة تعارف اجتماعي؟ نعم وهكذا - [00:15:18](#)

اثنين حاجات روحية كثيرة مرتبطة بالترويح. اولها الانس شعور الانسان بهذا الالف بهذا السكن بهذا اه اه بهذا السرور خليني اقول خصوصا لما يكون في عامل اجتماعي يعني قد قد تروح منفردا وقد تروح - [00:15:32](#)

مع اشخاص بالحالتين في انس سواء كنت منفردا او كنت مع الآخرين لكن مع الآخرين في فائدة او ثمرة اخرى انه الترويح عادة ينمي مهارات اجتماعية عليكم السلام عشنا وشفنا الناس يعني يستأذنونا من نص بعد عقد القران كل اشي بصير. بعد عقد القران كله كله يجوز - [00:15:55](#)

بعيد عن المبالغات بالله عليكم ضحكتموا مختلفة؟ الروح الخفيفة صارت غير الترويح بالضبط اه ترويح وهو الان يروح نيجي على قضية الترويح الرواح الرواح هو عودة الانسان الى راحته طيب الرواح فهو الان ايش؟ مروح طيب - [00:16:19](#)

آ الان قلنا الاجتماع التربية والتعليم الترويح مفيد جدا في قضية انك انت احيانا لما تريد ان تربى الشخص على شىء معين. مثل المراكز المدارس النوادي اه الموعظة قد تكون ثقيلة احيانا. فلما تروح عن الطالب او تصله الموعظة بشكل بشكل مختلف وربما يعظمها بشكل مختلف - [00:16:46](#)

آ من فوائد الترويح ايضا خصوصا ايضا في العامل الاجتماعي اذا ارتبط بصحبة صالحة انه الترويح احيانا يعرفك على ما لا يعني مثلا الان في هذا المجلس في فرق بين لما تكون بس عم تسمع الدرس - [00:17:10](#)

وفرقت بين انه بعد الدرس طلعتوا اه تمشيتوا مع بعض ولا اه رحتوا اه مم اكلتوا لكم شغلة ولا الترويح يجعل لهذه الصحبة اثر اكثر من مجرد الاجتماع في مكان مع انه في طلب علم وفي خير ولكن ما بيكون حاصل فيه نوع من ما يسمى - [00:17:27](#)

بناء اللفة او كسر الحاجز الى اخر ذلك آ التربة او المهارة الترويح احيانا يجعل النفس تتدرب على شىء معين. يمكن في غير الترويح يصعب عليها ان تتدرب عليه. ولذلك مرات وانت عم - [00:17:46](#)

تروح لنفسك تجد انه اكتشفت في نفسي كمهارة معينة ما كنا نكتشفها في في في يعني في مكان اخر او في موطن اخر. مثل بعض الالعب او غيرهم آ الترويح احيانا يعلم الانسان آ علوم معينة - [00:18:00](#)

او معلومات معينة مثل ايش مثلا اعطوني ترويح بيعلم الانسان غير قضية التربية والتعليم اللي كنت عم بحكيها لأ ايش؟ اه انت بتروح في النقاشات اه عندك ترويح في النقاشات - [00:18:14](#)

طبعاً يعني هو هو بالمناسبة هو بالمناسبة اللي قيل نعم. البعض مثلا اه قد يكون بالنسبة له مادة ترويح ان يرى نقاشا بين اثنين. ان يرى ومناظرة بين اثنين نرى. وين كنت راح اتكلم بعد شوي على ربط الترويح بنمط معين لانه قد يكون في قسوة قلب وهو يظن يظنه ترويحاً - [00:18:29](#)

انه شرط من الشروط اللي سنضعها بعد قليل للترويح ان لا يكون يدس النفس احنا بدنا اياه يزكي النفس فان يتحول الامر عندي بس انه بشوف واحد يقصف جبهة فلان. وبشوف واحد يكسر راس فلان. لا هذا الامر يعني ربما يحتاج الى مراجعة - [00:18:49](#)

آ لا اذكروا لي كيف كيف يرتبط الترويح بالعلم؟ لا انسى الكلام. انا انا عم وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. اهلا وسهلا مرحبا لا اريد الخوض كثيرا الان في موضوع الشطرنج ولكني حاولت فعلا اجد مادة - [00:19:07](#)

تثبت انه اللي بيلعب شطرنج يعود عليه هذا بنفع حقيقي في حياته ما وجدت مرات بعض الاشياء تأخذ هالات عارفين اللي هو ولكن نابليون كان بيلعب شطرنج او بعدين يعني يعني طب ما في قادة ناجحين وفتحوا - [00:19:25](#)

مرات انه هل هذا لا يعني ان الشطرنج فيها ذكاء؟ طبعا فيها ذكاء. فيها حيلة؟ نعم فيها حيلة. طيب. اه يعني لكنه بهذه الطريقة نعم اولاً هو طيب كثير من كثير من من الالعب الترويح في الحقيقة آ تغذي آ علوم معينة بذات ما يسمى بالعلوم العقلية -

[00:19:41](#)

قضية ربط الاسباب بالنتائج الآثار الاشكال الصور. سواء كان هذا الامر للصغار ام للكبار. طيب ايش كمان ايش كمان الاناشيد شو معنا الاناشيد؟ شو العلم اللي في الاناشيد قال بتعلم انه مقام النهاوند يطرب له الانسان. اما مقام الصبا فانه يعني يثير - [00:20:09](#)

جميل احيانا احيانا الترويح نعم قد يدخل لك معلومة معينة بالذات اذا يعني مثلا هذه تقال بمناسبة في المدارس. الاطفال اذا اتيته

بمادة قد تكون ثقيلة اذا نغمتها الخلايا العصبية اللي تشتغل عليها اكثر - [00:20:32](#)

هذا هذا علميا الكلام انه لما تدخل نعمة بيزيد قدرته على ربطها. فالذاكرة عنده بتشتغل اكثر. نعم من هذا الباب ممكن ينظر اليها بتعملوا قصة صحيح. وهذا من التدريبات ايضا. ايش كمان؟ اعطوني ترويح بعلم. ترويح يدخل لك علم - [00:20:52](#)

انا مستغرب والله هذا يعني ايوه هذي كثير الان من الالعب اللي متاحة لذلك في معرض الكتاب الاخير آا انا طلبت من الطلاب في التعليم الحر انه لما تروح روح اشتري الغاز - [00:21:15](#)

تعلم عارفين هاي البطاقات اللي بيلعبوا فيها بتكون مرتبطة مثلا بالسيره. قصص القرآن كذا في منها الغاز فقهية في منها الغاز نحوية في منها طيب هو انت عم بتروح عم بتشتغل نفسك عم يكون في اثاره وتشويق وبنفس الوقت انت عم تطلبها - [00:21:33](#)

اكثر شيء راح عنكم الى الان وانا استغربت ما ذكر ايش؟ ممكن المصارعة مصارعة وبين علم؟ لا انا عم بحكي ترويح زائد علم. هو هذاك في علم نعم انك تنخبط وتعلم ان الخبطة قوية وكذا مؤلمة نعم نعم اذا اذا اردت ان تقول نعم الترويح في الالعب الدفاعية وبالتالي تتعلم منها - [00:21:52](#)

مسلا بعض ما يتعلق بردود الفعل والمواطن القوية والضعيفة في الجسم صحيح ممكن. بس في شيء انا مستغرب ما ما ذكر قراءة القصص يا جماعة انا استغربت انه يعني ما - [00:22:18](#)

اكثر شيء الآن الآن يستخدم كنوع من الترويح ومن خلاله تدخل معلومة معينة لاحظ حتى البرامج الساخرة السياسية صار يحولها الى تمثيلية صار يحولها الى قصة صار يحولها حتى يدخل لك معلومة تاريخية. طيب الاطفال لما تريد ان ان تهدئهم وان تسكنهم - [00:22:33](#)

احكي لهم قصة لانه القصة مرتبطة بقضية المجهول والفضول وانه شيء في النفس وبيصير في عنده في عنده اه شيء من التحدي يا ترى حيعرف الاحداث القادمة ولا ما حيعرف الاحداث القادمة الى اخر ذلكم - [00:22:53](#)

الى الان يجتمعون الناس مثلا عند صلاة او كذا فاذا ارادوا ان يخففوا على انفسهم يطلبون من الامام قراءة سورة يوسف مع انه حافظيها وعارفينها وعارفين النتيجة وطيب. ومع ذلك سبحان الله القصص ترويح زائدا زائدا علم. طيب هذا الكلام راح اجي عليه بعد شوي - [00:23:07](#)

في المحاذير انه القصة آا استغلت استغلال سيء من دور السينما والكذا فصار الانسان الان بحثا عن موضوع القصة ممكن يشاهد مواد فيها محرمات منكرات ما من اجل القصة. بقول لك انا عم بطلع بس على القصة. مع انه هي عم تدخل معها اه اشياء كثيرة. طيب اه من الاشياء المهمة طبعا الترويح اه انه اه وهذا اظن ذكر - [00:23:25](#)

قبل قليل مثلا من الاشياء التي يعود بها القوة القوة كلمة القوة نعني بها عامة بمعنى قوة الجسم الترويح قد يقوي الجسم خصوصا ان كان رياضة مصارعة كذا. وقوة النفس في قضية اه مشاركة الاخرين قبول التحدي المنافس - [00:23:49](#)

عدم آا يعني عدم التحسس الزائد انه فلان غلبي ولا فلان ما غلبي. الى اخر ذلك من يعني من ثمرات. طيب اه اذا اول ما احنا ما زلنا عم نجيب عن لماذا الحديث عن الترويح؟ قلنا لاهميته ولان كما هنالك حاجة جسدية او جسمية فهناك حاجة روحية وهذه - [00:24:05](#)

من ثمرات سام. القضية اللي بعد ذلك سوء فهم الناس للترويح وهذا اطلت النفس فيه انا في مجالس فقه الفرع الناس اول ما يأتي ذكر الترويح على اذهانهم كما يعني نذكر بعد قليل. بيحي على طول المنكر المحرم الصخب اللامبالاة - [00:24:23](#)

اه اه السرف اه الاذي احيانا وبالتالي هنالك صوفة وهذا الذي يجعل بعض المتدينين بعض طلبة العلم عندما يذكر الترويح يشمئز لان هو مرتبط عند الترويح كل ما نريده من من مساوي طيب - [00:24:43](#)

هذا ايضا من يعني من الاسباب التي جعلتنا نخصص الكلام عن الترويح يلي هذا تلقائيا سوء التطبيق في سوء فهم وفي سوء تطبيق اول ما يجي يروح عن نفسه يقع في منكرات. طيب حتى لو ما كان من اهل المنكر حتى لو ما كان. كيف؟ تجد بعض الطلاب. طلاب علم متدينين ينتسبون الى اوساط دينية - [00:25:01](#)

لما يجي يروح عن نفسه فجأة يخف ويصدر منه ما لا ينبغي ان يصدر منه ويقبل ان ويقبل ان يرى في صورة معينة لو قلت له بعد شوي تعال اوريك صورتك الغيها الغيها. طيب. طب لماذا - [00:25:22](#)

هذا الكلام كله يجعلنا يعني نراجع مفهوم الترويح ونرى انه لو فهم كما ينبغي سيكون فهمه كشيء موجود في خماسية وفي اقل القليل مسألة نافعة ان شاء الله. هذا الكلام يؤدي بنا الى - [00:25:37](#)

اه بعض الجهالات اللي ينبغي ان تكون حاضرة عندنا او او يعني مغالطات متعلقة بالترويح طيب تعالوا نشوف بعض هذه المغالطات اولاً الترويح البعض يستسهله جدا والبعض يستصعبه جدا يعني البعض يرى الترويح - [00:25:53](#)

اه امر سهل الى درجة انه قد يفعل اي شيء وان كان منكرا وهذا نجده الان واحد بده يروح عن نفسه. الان اول ما يخطر على ذهنكم الان لما قلت يروح عن نفسه ايش ايش في بالكم - [00:26:20](#)

يوتيوب يوتيوب طيب مشاهد سهلة ولا صعبة طبعا سهلة. كل ما يحتاجه الامر آآ صلة انترنت وكهربا وجهاز. طيب وفلوس حتى تكون الاشتراك شغال. طيب آآ هذه السهولة تجعلك ترى ان لان الامر فيه وفرة - [00:26:35](#)

فاذا اقبالك عليه اسهل من من امساكك للنفس وبالتالي تقع في منكرات كثيرة لمجرد انه هو اللي منتشر وللأسف شئنا ام ابينا يعني مع كل محاولات انك تجيب انت متصفح مميز بالغاء الاعلانات وكذا ومع ذلك لا - [00:26:59](#)

الامر من منكرات سواء كانت اصوات مع موسيقى صور عارية. آآ موضوعات كما سنقول بعد قليل. ناس اصلا يعني انت لا تريد ان تشاهدهم ولا تريد ان تزيد مشاهداتهم الى اخر ذلك - [00:27:18](#)

في مقابل ذلك الناس اللي يرون الترويح صعب ليش؟ لانه ايضا وفرة الباطل كثرة الباطل انتشار الباطل جعله يرى ان ان الترويح شيء صعب ان يكون ترويح بنفس الوقت حلال. او مباح - [00:27:33](#)

القصة اللي اذكرها دائما هنا آآ لعل بعضكم سمعها مني اكثر من مرة. قصة مين؟ مين مين بيتذكر في قصة اوردتها يعني خلص اربطوا مش عارف قديم ولا جديد يعني مثلا حكيته في مجلس خاص من اه اقل من اسبوع. قال قصة قديمة. القصة قديمة من اول ما بدأنا مكاني - [00:27:54](#)

ايوة صح ايوة باختصار هذي القصة الحقيقة فتحت يعني فتحت بابا لموضوع قديم متكرر لكنه الشاب اللي يعني اه بطل القصة كما يقال سبحان الله اه كان سببا في ان لما تقال القصة يكون اثرها على ناس مختلف - [00:28:18](#)

اه احنا لما بدأنا مكاني في نفس المكان انتوا جالسين هذا اول اذكر اجتماع يعني التقينا فيه بالشباب كان هنا في اكثر من تسعين شخص وكل واحد قام وعرف بنفسه - [00:28:42](#)

اه الشاب اه جاي كان ايامها جاي مع والده وطبعا جاي بهيئة مختلفة شوي. الشعر الطويل المربوط السيجارة الجينز مشقوق ولكن استوقفني فيه صدق والعفوي الشديد اللي كان عم بتكلم فيها. فلما وقفت قال انا فلان الفلاني اه وانا جاي هنا غصب عني - [00:28:55](#)

ثم اشار الى والده قال وهذا والدي اللي جاييني اه قال ولكن اه انا اه متحمس بعد اللي سمعته لانه سمع من بعض الشباب انه انا عندي كذا انا عندي كذا انا تعرفت على مكاني من كذا انا والله كنت - [00:29:18](#)

فقال عبارة آآ يعني يعني استوقفت الناس قال انا اي اشي في ذهنكم انا عملته فانتهم عارفين في تلك اللحظة صارت فيها قال لا لا ما عدا الشذوذ يعني يعني انه على اساس انه يعني هو عم عم بهدي الموضوع الان طيب؟ حقيقة هذا اللي حصل. قال لا لا ما عدا الكذب. طيب - [00:29:33](#)

الشباب بعدها بدأ اه يحضر معنا آآ واحنا الله يرضى عليهم الشباب يعني انا دايم اقول الناس شئنا ما بين مرات بكون في رعي الاول شئت ام ابيت يعني بيكون في ناس بدأوا معك فاهمين القصة - [00:30:00](#)

من فقه الناس وبعدين يأتي ناس دخلاء للأسف ينتسبون الى الفكرة ربما يكون احيانا انتساب يعني جهالة. طيب ذلك الرعية كان فاهم انه هذا الشاب لما يجي وقت الصلاة كان يغادر ما بيصلي معنا - [00:30:15](#)

طيب وكان يطلع برا يدخن وكان ما في حد يتكلم معاه بعض الشباب يجوا دكتور شو اقول له ابدا الدرس كان جمعة مساء الجمعة مساء الشباب وينهم مولات ايامها لسه ما في بوليفارد. شارع الريمبو طيب فكنت اقول هذا الرجل اللي تارك كل هذا وجاي يحضر كلام ثقيل على النفس. طيب - [00:30:33](#)

ما احد يكلمه شوي شوي الحمد لله بدأ يعني يصلي بعدين ترك الدخان كان سلسال وكذا نزعه من يده والى اخره بيوم من الايام رحنا على مادبا. رحلة كانت يوم جمعة - [00:30:58](#)

فغادرنا من يعني بعد الفجر تقريبا. وتلقى ايام مرينا اشترينا عدة طعام وكذا واتجهنا الى شلالات في كان شلالات فيومها طبعاً انتم عارفين صلاة جمعة. اه قرأنا سورة الكهف. اه مم كان في اه رياضة والعب ودفاعات وكذا. واه اللي - [00:31:15](#)
معه العابه الخاصة والكرة وما كرة وكان فيه سباحة. طيب لما رجعنا بالليل انتم عارفين بعد يوم طويل الشباب بكونوا يعني اه مو بس مرهقين بتصير في حالة من الزهضة طيب عارفين اللي هو يعني تشعر بانه في شيه فيه شيه من العقل يعني - [00:31:35](#)
غائب شوي طيب. فاحنا في الباص فاحنا في الباص واحنا راجعين انا كنت جالس اه بالقرب من السائق الشباب بدأوا في ميكروفون في الباص فكل واحد طبعاً حتى الاخ اللي ماسك يعني التنسيق الرحلة وكذا خلاص تعبان فسلمهم الميكروفون. فبدأ كل واحد ايش - [00:31:57](#)

ذكريات الطفولة واغاني سبيس تون كل واحد يمस्क عيني اه يعني اه جاءت عليه وهو في اخر الباص عارفين من الضحك سقط على الارض شوفوا هذا يعني عدوى الضحك. طيب. لما وصلنا الناس نزلوا فكل واحد اللي اهله جايين ياخدوه واللي هو رايع بنفسه - [00:32:15](#)

فاخذني على الجنب وقال لي دكتور عبد الرحمن آآ انا بدي اشكرك. قلت له على ايش هذه اول مرة اطلع رحلة ما فيها حرام استوقفتني هذه العبارة قال لي اول مرة اطلع رحلة ما فيها حرام - [00:32:39](#)

كيف يعني؟ قال لي يعني طبعاً هو يتكلم عن الرحلات اللي هو يعيها. انتم عارفين اكيد في رحلات طفولة مع اهله. هو يتكلم عن رحلاته شاباً. طيب بالغاً فقال الطبيعي انه الرحلة اللي احنا معتادين عليها - [00:32:56](#)
آآ دخان حشيش خمرة نساء طيب يقول اليوم انا انتظر ما الذي سيكون في هذه الرحلة؟ طبعاً هو للانصاف ايضاً هو مستعد قبلها. يعني هو المجالس اللي قبلها آآ الدروس - [00:33:12](#)

كانت تنتهي دروس الف باء العلوم كان اسمها تنتهي والشباب في منهم يطلعوا يتعشوا مع بعض او يقفون امام يعني امام مكاني في الشارع لكنه هو ينتظر الرحلة ايش صار راح يكون فيها - [00:33:34](#)

يقول وانا اليوم أتأمل ضحكنا انبسطنا وكذا وما عملنا حرام بل بالعكس عملنا اشيء انا ما كنت اعملها في الحياة اليومية. فضلاً عن ان تكون في رحلة زي انه اقرأ سورة الكهف. نصلي - [00:33:47](#)
في جماعة وقال لي عبارة دائماً آآ يعني اريدها كما هي. قال لي اليوم انا ضحكت حتى وجعني فكي من الضحك حتى وجعني فكي من الضحك بالعبارة بالحرف استخدم هذه العبارة - [00:34:01](#)

قال ومع ذلك كنت اتساءل في ناس يفرحون بهذا الشكل اذن الجهالة الاولى او المغالطة او ان البعض يرى الترويح صعب جداً خصوصاً اذا اراده ان يكون مباحاً لماذا؟ لارتباط الترويح في اذهان الناس بايش - [00:34:15](#)
بالسقافة الغالبة الان ثقافة الاستهلاك الترف السرف الى اخر ذلك هذه المسألة الاولى انه بين السهولة او الترويح السهل والذيد فرح من اجل شخص ولا ولا ابن غزة بكل قالوا ابن غزة طبعاً. قلت لهم ليش - [00:34:37](#)

صاروا يضحكوا عارفين الاجابة لانه احنا صارت الوفرة عندنا واصلة الى درجة انه لا الخبزة وحدها لا تفعل شيه لابد ان يضاف اليها كذا وكذا ونوتيلاً وشاورماً ومش عارف مين طيب اما هذاك بالنسبة له هذه في حد ذاتها ولذلك ان شاء الله - [00:35:01](#)
قريباً راح نسجل اه زي حوارية او بودكاست مع الاخ علي عن تجربته في موريتانيا لما تسمعوا زوجته الله يحفظها قبل ايام كان في مجلس نسائي وتكلمت عن الرحلة الاخوات طالعين بيحكوا لي دكتور يعني احدها بتحكي لي دكتور انا روحت عالببيت مو عارفة انا

يعني يعني احنا وين بتقولي رأيها احنا انضحك علينا في المديين - 00:35:19

اللي احنا عايشين فيها هذي اللي اشعرونا انه هذه المدنية تعطينا السعادة ما في سعادة مع انه سقف النعيم موجود التقنيات والايه اي والمش عارف مين لكن في الحقيقة من الجهالات ايضا - 00:35:41

ان في طريق في طريق البحث عن الترويح للاسف يقع الانسان في التدسية بدل التزكية الاصل انك تفعل الاصل ان الترويح غرضه ان يضاف الى النفس فيزيكيا للاسف من الجهالات التي تحصل ان البعض في طريق الترويح يدسن نفسه. اه راح اجيب بس بعض الامثلة. الادي - 00:36:00

ارتباط الترويح بالاذان شباب يريدون ان يروحوا عن انفسهم فيرتبط الترويح عندهم بتفحيط في السيارات. بصراح بترويح احيانا اذى للحيوانات. طيب اه الاختلاط المحرم طيب الصوت العالي الصخب طيب الاستهزاء البذاءة التحريش السب السخرية الشتم العري - 00:36:24

الكذب النكات اللي اللي مليئة بالكذب طيب طبعا قضية النكات والكذب لها حكم تفصيلي اذا كان البعض يقول اذا كان اللي امامك يعلم انه انت هذا ما عم تحكي في شيء يعني واقعي وانما هو والبعض يقول ما في نكتة الا وفي يعني لها اصل وبالتالي هو ما في كذب حقيقي يعني في تفصيل في قضية - 00:36:50

انه كاتب من المسائل اللي متعلقة التدسية خفة النفس. خفة النفس وصولا الى سلوك ما لا يرجى ولا يرضى. بمعنى الترويح من مشاكله للاسف آآ انه يجعلك في حالة خفة مو ثقيل - 00:37:10

وهذا تجدونه شوفوا الاعراس ترى بعض الشباب يصدر منه في العرس ما لا يقبل ان يرى منه في حالة اخرى طيب بل بعض الشباب عضوا وانا كنت اقولها قبل اي يعني قبل فترة - 00:37:29

بعض الشباب لو شغلت له اغنية تافهة وكلماتها سيئة في لحظة العرس في لحظة الخفة يقبل ان يدبك عليها ويرقص مع انه لو قلت له لحظة شوي انت سامع ايش يقال - 00:37:43

اعوذ بالله كيف اه وين راح تعود بالله هذه ايش السفه يعني يتقاطع معاها بس هذا مو تحديدا السفر. لا لا. قد لا يكون سفيها قد لا يكون سفيها خفة العقل - 00:37:56

اه هذيك حالة دائمة. السفه سفيه في في التصرفات في الافعال في التصرف في المال في الكذا. هنا انت عم تتكلم عن لحظة يعني تجد شخص يعني صاحب مروءة ورجل لكنه في لحظة معينة يقبل يعني المشكلة الواحد ما بده يحكي كلمات معينة. مرة كنا في عرس - 00:38:14

فاخذت احد الشباب على جنب وقلت له شوف الان ماذا سيحصل الشباب انتم عارفين شغالين عم بيحاولوا يعني يرفعوا العريس فبدت احكي كلمات مو مفهومة ما بدي احكي حكيت كلام مو مفهوم يعني انت لو الصخب ما لو ما في صخب - 00:38:35

انت بتحكي لي ليش عم تحكي انا بس عم بحكي احرف منغمة والشباب صار يضحك قلت له شايف ايقاع هم بس يريدون ايقاع طيب قلت له طيب راح ازيد الجرعة - 00:38:57

حكيت كلمات مشتهرة لمسلسل الكلمات سخيفة جدا وسخيفة جدا وشغالين عمبيرقصوا عليها طيب هذه واحدة من مشكلات الترويح. ان الانسان لحظة الترويح لحظة الخفة هذه قد يقبل ما لا يقبله في مكان اخر. ولذلك من الامس اللي بجيبها انا دائما - 00:39:16

تجده في من بيئة فلسطينية محافظة ولا اردنية محافظة وابن عشائر وكذا يوم العرس يقبل لزملائه الذكور او ابن العم ان يأتي ويتراقص بالقرب من زوجته العروس اللي هي مغطية نفسها ومش عارف مين - 00:39:37

وعادي الامور ماشية ليش؟ يلا ما احنا ما احنا في حفلة. طيب كيف يعني باختصار لما الادريينالين يطيش آآ العقل يطيش معه ايضا. طيب لذلك راح نجى على تعريف مهم جدا بعد قليل اللي هو الجد - 00:39:52

انت ممكن تكون تروح عن نفسك وفي حالة جادة. الجد لا يعني النكد راح نجى على هذا بعد شوي من المسائل اللي اللي مهمة ربط الترويح بما لا طائل منه او بالمحرم. صار مرتبط عند كثيرين انه الترويح معناها انه لازم اعمل شيء اه - 00:40:10

ما له نفع؟ ما له أهمية؟ لا انت بامكانك تروح لنفسك لو ما عاد على نفسك الا بشيء من من الراحة يكفي لا هو بالنسبة له انا لا يعنيني هذا انا يعنيني ان ان افعل الشيء لمجرد فعله. طيب - [00:40:28](#)

هل ستحاسب عليه يعني هو مو مرفوع عنك القلم لانك عم تروح عن نفسك ما في خانة عذرا موجودة عند عند ملك يعني عند ملك السيئات هو ايش والله الان في حالة ترويح مرفوع عنه القلم لا - [00:40:46](#)

هذا يؤخذ عليك ولذلك عارفين الحديث الكلمة يلقي بها لا يلقي لا يلقي لها بالا. تهوي في جهنم والعياذ بالله. اه من ذلك مثلا صحبة اهل الباطل والسوء يقبل الانسان في لحظة الترويح ان يصحب اناسا سيئين - [00:41:02](#)

بل بالعكس واحدة من اكثر المشكلات بالذات عند الشباب اللي كانوا في جاهلية ثم تابوا مرتبط الترويح عنده بصحبة الجاهلية لا يستطيع ان يفكر في الترويح الا بجلسة الارجيلة او عذرا بالعبارة بالشمة او بمسكة الدخان او معين ولا معين ولا كذا. هو مرتبط عنده. واذا جاءت - [00:41:22](#)

سيرة الشباب الصالحين هنقول غير ما عندهم حالة الزهزة اللي كانت موجودة في الجاهلية. هذي ايش هذي ايضا من المشكلات. من المشكلات اه قلناها قبل قليل رفع السقف اخر شيء علوي - [00:41:45](#)

الروبيضة ومن لا قيمة لهم الروبيضة الرجل السفه يتحدث في امر العامة هكذا عرفه النبي صلى الله عليه وسلم ايش؟ نفس التافه اللي هي باختصار ان يرتبط الترويح عندك باكساب مشاهدات لشخص انت يمكن ما تقبل دخله على بيتك - [00:42:01](#)

ولو طرق الباب لخطبة ابنتك ما بتقبل ولاختك ما بتقبل طيب؟ ومع ذلك مرتبط عندك بانه الترويح اه انا ما بضحك الا اذا شاهدت فلان وهذا فلان عم بكسب مشاهدات على على حسابك - [00:42:22](#)

تذكروا قتلها قبل فترة انه هؤلاء اطفالنا يحكمون العالم تذكروا انه اطفالنا عم يكسبوا هؤلاء مشاهدات عالية. هؤلاء بصيروا ما شاء الله متحدثين في امر العامة. ويستقبلون في الفضائيات ويستقبلون عند السياسيين - [00:42:41](#)

مين اللي صدرهم اطفالنا ليش؟ احنا معلمين اطفالنا انه الترويح لا ضوابط لهم طيب هذي كانت بعض الجهالات اللي يعني لازم الواحد يعني يحذر منها. طيب نأتي الان الى فقه نفس الترويح كيف اروح عن نفسي - [00:42:58](#)

من منظور فقه النفس اولاً تعالوا نراجع اشياء من مجالس فقه النفس من اول ما بدأنا الى الان كلها تصب في فقه نفس الترويح جميل حلو محاولة جيدة ما هو السؤال الاول الذي يسأله عادة في فقه النفس - [00:43:16](#)

ما الذي تبحث عنه النفس ما الذي تبحث عنه النفس؟ ونقول الناس عادة يقولون السعادة. وين المشكلة؟ ايش تعريفك للسعادة هذا اول شيء ان تعريفك للسعادة تطلب ان ان يعني ان تمارسها او آآ او ان آآ تشعر بها فيها اشكال - [00:43:33](#)

طيب بعد ذلك بعد ذلك طبعاً مناسبة للكلام عن السعادة والطمأنينة مهم ليش؟ لا اريد ان اراجع كل شيء هناك كل ما كنت مطمئن ترويجة سهل ولا صعب؟ صار اسهل. وسعادتك صارت اسهل. لكن لما تربط الامر بانه الطمأنينة نكد وان السعادة هي بالطريقة المغلوطة - [00:43:53](#)

طيب من المسائل اللي بتذكروا كيف تتشكل النفس صح كم من الاسئلة كيف بتشكل لنا؟ وفي الاجابة عن كيف تتشكل النفس اول اجابة فترة كسب طب ايش علاقة الفطرة والكسب بالترويح - [00:44:13](#)

الانسان فطرة يحتاج الى الترويح هذه فطرة هذا مطلب فطري هذا مو امر انت يعني آآ يعني تدم على انك طلبته لا لا هذا امر فطري. ويأتي هنا اللي يعودك على - [00:44:30](#)

ان يكون الترويح صح ولا خطأ تجد طفل في نفس الفين وخمسة وعشرين ميلادية. طيب الف واربع مئة وستة واربعين هجري بالنسبة له اذا اعطيت جزرا يستمتع واذا اعطيت آآ كرة هيك معمولة من قماش مستمتع - [00:44:46](#)

وطفل اخر اذا ما كانت الكرة موقعة من فلان الفلاني اللي في النادي الفلاني. وما كان البلوزة اه براند اصلي ومش عارف مين. لا يستمتع. طيب هذا موجود وهذا موجود. لا تقولوا لي هاي الفطرة اللي عملته هيك. لأ. الكسب هو الذي - [00:45:05](#)

ساهم في هذا ما فهمت الفطرة النفس مش الفطرة. النفس تحتاج الى الترويح فطرة. اه يعني بحسبك اه التجربة يعني. اه طبعاً

اه اه طبعا طيب من المسائل المهمة اه المدخلات - 00:45:23

المدخلات غاية في الاهمية في قضية الترويج. لانه المدخلات الاعلامية المتكررة اللي هي جزء من الكسب تربط عندك الترويج بانه انا لا استطيع ان اروح الا اذا شاهدت هذا الكرتون - 00:45:55

الا اذا شاهدت هذا الفيلم الا اذا شاهدت هذا المسرحية هذا طبعا ايش الحل المباشر طالما ذكرناها مزاحمة المدخلات اسألوا انفسكم واسألوا اناسا تعرفونهم. كيف تحول الامر عنده من انه في يوم من الايام كان لا يروح عن نفسه لا يستمتع الا سين -

00:46:07

فصار لاحقا اذا تذكر سين يستغرب كيف كان يروح عن نفسه به. بالدافعة بمزاحمة المدخلات بصحبة صالحة اعلاء الهم والتفكير في اشياء اصلح. طيب صار صار عندما اقرأوا هنا الرسالة اللي اشرنا لها اكثر من مرة من - 00:46:28

قال ان الغناء حرام. نقرأها هنا. مين قرأها؟ هذه من اروع ما قرأت في حكم الغناء. يعني الرجل صحفي غنائي آآ فني كان مدمن على الغناء الان وطبعا لما يكتبها يكتبها بصدق شديد لدرجة انك تنتهي - 00:46:48

قراءتها وانت تتساءل فعلا بعد كل هذا الكلام الغناء مين يقول انه الغناء يجوز؟ بالطريقة هو طبعا من قال ان الغناء حرام. طيب. بس يورد ما كان هو فيه. لدرجة انه عملوا معاه مقابلة وكان من ضمن - 00:47:08

المقالة وتكلم انه هو الان يعني هو الان حتى الشعر الشعر يرى انه يمكن لا حاجة له فيه. فالقضية انه المدخلات تلعب دورا كبيرا. من ضمن الاشياء اللي تكلمنا عنها ايضا التربية والعرف والكلام. ايضا يلعب دور كبير. يعني مثلا احنا في اعرافنا ارتبط الترويج بايش -

00:47:28

بالسرف والطعام. بالسكر الزائد. باظاعة الاوقات بالمولات بالاستهلاك. بانه الزيارة تكون اربع خمس ساعات لا طائل منها. طيب؟ يمكن اول ساعة تكفي. لكنه خلاص هذا كله ايضا من الكسب. من المسائل المهمة اللي انت اوردتها فقه الايام والامم - 00:47:48

القصص او تاريخ النفس. ايش علاقة تاريخ النفس؟ الترويج. لا. يعني مش لأ يعني لأ ليست الاجابة التي اريدها. لكن نعم هو القصص جزء من الترويج. رؤية تفسير بعض ارتبط ارتبط الترويج بشيء توارثه الناس من ايام المدرج الروماني وجمع اللاعبين والمصارعين

والشيران - 00:48:08

كذا والناس يجتمعون ويستمتعون بامر في الحقيقة فيه منكرات كثيرة. لذلك انا دائما اقول للناس وانا اقول لهم الروماني وكذا واليونان والاولمبيات وبدايتها اقول اغمظ عينك يلا افتحها الان برشلونة مدريد فاميلولا مصارعة كذا هي نفسها ترى - 00:48:38

هي نفسها اختلفت الاسماء النفوس لكن هي نفس الفكرة. تعالوا نصرف على هذا ونجيب لكم موسم كذا اجيب لكم مغنيين ونجيب لكم وابقوا في هذا. لا تفكروا في شيء جاد. لا تفكروا في ارض سليبية. لا تفكروا في وحدانية غائبة. لا تفكروا - 00:48:58

خليك مع هذا. لذلك قراءة كيف نشأت آآ مثلا كيف صناعة الفاحشة كانت مهمة جدا عشان تعديلوشن للكاميرا. طيب ما علاقة سينما هوليوود بالسياسات ما علاقة المسرح؟ المسرح باعلاء ناس في الحقيقة هم عبارة عن مهرجي مهرجي طواغيت وسلاطين وكذا

وصار - 00:49:18

هذا اذا انت ما قرأت تاريخه كيف تطورت صناعة الالعاب؟ كيف الان الالعاب والانيميا وغيرها هذه بتدخل بليانز ملايين الدولارات سنويا وانت يعني ضحية وهم عم بكسبوا منك طيب من المسائل المهمة ايضا اه الوجود واثار لما انتقلنا الى ونفس انه اه عذرا قبل

ذلك حق النفس اولاً. حق النفس انه الترويج هو حق للنفس - 00:49:46

ومن الخطأ ان ترى ان هذا لا يجوز انانية لا هذا حق للنفس. الوجود واثاره. احنا قلنا كل موجود كل موجود له اثر وبالتالي ينبغي ان تحذر من اناس لهم اثار في حياتك قد تكون سيئة - 00:50:17

مثل اللي ذكرناهم قبل قليل. طيب روبيضة ولا ممثل ولا كذا ولا كذا ولا مغني. انا من من المشاهد ذكرت سابقا هذا الكلام. من المشاهد اللي تستوقفني لدرجة ان قضية هذا المغني ليكون على منصة والي يبدأ باول كلمتين وست الاف عشر الاف جمهور امامه -

00:50:33

يردد وراءه ويكمل الاغنية انا اقول هؤلاء لما سيجمعون يوم القيامة. ويقال لهم اقرأ وارثقي. طيب ايش راح يقرأ هذا؟ ايش بلاش

بلاش يوم القيامة لما صارت لي لما صارت لي قضية السكتة وكذا ورحت عملت كانت طولت ساعتين تقريبا - [00:50:52](#)

فهذا الاخ اللي يدخلني آآ حكى لي انه اذا محتاج شئ في جرس يعني فانا ساكن طيب كل شوي دكتور انت معاي؟ بحكي لهم فلما خلصت بيحكي لي اه انا بعرف يمكن ازعجتك كده بس انا مستغرب انك كنت ابدأ ساكن ولا طبعا هو اللي بيشف الام ار اي انت كانك

فايت في قبر تابوت طيب - [00:51:14](#)

وانت ما بيدخل معاك شئ. ما بصير معك اه جهاز تلفون كذا يقول بعض الناس بمجرد ما يدخل الى المكان يغمى عليه قال لي بقبلي.

قلت له والله انت تستحق انك تكتب كتاب. يعني لانه رجل سنوات يعمل. قلت له انت تستحق تكتب كتاب عن حالات الناس في

دخولهم على جهاز طيب - [00:51:38](#)

الشاهد يقول البعض نصل به الى انه نخدره حتى ندخله بنخضره فيقول البعض لما يدخل كل شوي طلعي. يقول المشكلة احنا بنكون

في وسط الصورة والصورة غالية يعني كل شوي راح - [00:52:01](#)

فهو يقول يقول فانا اقول والله هو مش يعني مش انا ذكرته وهو يقول هل الواحد شو حيسوي في القبر فعلا هو هو هو بروفة.

بروفة. انت وحدك الان مع افكارك - [00:52:19](#)

ومع مخيلتك ومع اذكارك ومع وردك ومع كذا. ايش اللي مخزنه انت؟ راح يطالع الان من المسائل المهمة انه آآ المخلوقية وما يتعلق

بالمخلوقية من حاجة الراحة ومنها المسخرات والنعم. اذا بتذكر المسخرات والنعم واحنا قسمناهم الى نفس - [00:52:34](#)

والانفس نفسي نفسي مسخرة وبالتالي الانسان اللي معطي نفسه حقها يستطيع ان يروح حتى لو كان منفردا بعض الناس يا اخي

للقيمة مو طيبة لما ما بيكون في حد معاي. لا والله انا طيبة لما بكون حالي ما عنديش مشكلة. انا طيبة وما عندي اي مشكلة -

[00:52:53](#)

لا عن جد بعض الناس واصل الى درجة من التعلق اللي قد يكون مرضي احيانا انه لا يأنس الا بوجود اخرين هذي مشكلة يرحمكم الله

القضية الثانية الزمان الزمان انت الترويح يتعلق بالزمان باشياء كثيرة اولاً - [00:53:12](#)

احيانا اذا كانت نفسك حاضرة بضع ثواني كأنها كانت ساعات واذا كانت نفسك نكدة ساعات لا تشعر بانك استمتعت فيها الامر الاخر

الزمان مطلوب منك ان ان تحافظ عليه نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس راح نجى بعد اشعة تعريف الصحة والفراغ. تضاع

الاوراق ساعات طويلة وحفلة - [00:53:30](#)

ساعات طويلة آآ اوبريت ساعات طويلة جيم ساعات طويلة وبعدين بيحي يقول لك اجعل احكام الطهارة اجعل اركان الكذب من

المسائل المهمة ايضا المكان وما فيه البعض يأنس بمجرد الطبيعة. يروح عن نفسه بس انه يتمشى في مكان ما. طيب. يتأمل بصاحب

له عذرا حيوان ولا - [00:53:56](#)

ولا يربي له خروف ويمشي فيه هيك بالسوق. عارفين هاي الموضوعات تبعت انه كل واحد مربى خروفه وماشي فيه. ايش ايش

اليوم بكونوا موجودين واحد ماشي هاي قلت لكم اياها في احد الاخوة الله يرضى عليه اه كان في مدرسة امريكية عملوا لهم يوم

مفتوح فاجا طالب معاه كلبه - [00:54:20](#)

فقالوا ليش قالوا يعني عشان طب اربي خروف على الاقل هتستفيد منه جت؟ اه الفلانتين اه عشان هيك. اه هسة تذكرتها اليوم

الفلانتين يا جماعة يعني كان لازم والله من البداية حقيقة يعني - [00:54:43](#)

ترويح ترويح. انت لا جاي من كل هسة بحكي لنا انا فاطمة دير بالك. الله يرضى عليك طيب آآ قضية المكان نعم تلعب دور كبير.

البعض يروح عن نفسه في مكان مهما كان بسيط. والبعض لا يقبل الا منتجع فايف ستارز. اه خمس شهر غسل في مكان معين -

[00:55:02](#)

وبالعوض طالما انه امن في مكانه ما في اذى ما في قصف ما في صاروخ نزل عليه اموره طيبة من المسائل اللي بعد ذلك الانفس بعض

الناس الترويح عندها مربوط بالانفس بطريقة مرضية. بعض الناس مرتبطة بصحبة سيئة كما قلت. والبعض يأنس باي انسان -

كان اسمي كبير سن في نفس السن يأنس فيه طيب آآ من ضمن الاشياء اللي ذكرتها قبل قليل مثلا آآ ارتباط الترويح عند الشباب مثلا بالانسان مع النفس بالجنس الآخر - [00:55:41](#)

انه لا يستطيع ان يأنس الا اذا كان في بنت وبالتالي يدخل في علاقات محرمة يدخل في على اساس شلل. وزي اختي والكلام الفاضي هذا. طيب. ولا داعي يعني ازيد الكلام هنا الزواج - [00:55:56](#)

يعني مطلب مهم فيعني نتجاوز الامر الان. ايوة. طيب. في مثال سيء نعم. اه في ناس بقولوا الجنة بدون ناس ما بتنداس. بقولوا جربوا بعدين. جربوا بعدين. الله يجعلنا من اهلها. اه من المحاور اللي جاءت في فقه - [00:56:09](#)

من قبل اللي هو بعد المسخرات والنعم ايش المعنى المهم بعد ما سخرت النعم لا قبله فقه الزهد مهم كلما فقهت الزهد ترويحك صار اسهل كلما زهدت بالدنيا - [00:56:28](#)

صار في اللذة سهلت لكن كما قلنا لم يرتفع السقف اه وبعدها فقه الالم. فقه الالم اكيد متعلق بالترويح. ليش الترويح مرتبط به اولا بعض الاشياء اللي تروح مؤلمة. صح ولا لا - [00:56:45](#)

بعض الاشياء الممتعة مؤلمة ارتباط الترويح عندك بلا الم معناه في عندك مشكلة واحد بقول لك بدي اروح عن نفسي شو اسوي ؟ هاي كنج. تسلق جبائي انت من اه بالعكس وفعلا والدراسات تقول انه هذا فعلا اه بيربح واموره - [00:57:06](#)

طيب مع انه عم بمارس شيء ايش ؟ صعب. فالترويح اولا مو بالضرورة يخلو من الالم. القضية الثانية انه اذا احتملت الالم صار الترويح لاحقا ايسر واسألوا اهل الرياضة في البداية يستصعب - [00:57:23](#)

بعدين بصير يستغرب كيف عم بمر عليه يوم بدون ما يلعب بل بيصير ترويح في ما كان يوم من الايام ايش ؟ مؤلما. وهذا تكلمنا عنه في فقه الالم. وآخر شيء الغاية والقصد والنية - [00:57:40](#)

انت ليش موجود اصلا ؟ مش مخلوق انت مو مخلوق لاضاعة الوقت انت مو مخلوق هيك كلمة هيك او جاسميكوز او لا انت مخلوق للغاية. والغاية هذي وانت ماشي لها بالطريق نعم تحتاج محطات ترويح - [00:57:51](#)

لكنه انت مو مخلوق حتى تروح وهذه مشكلة المصانع اللذة الان يجعلك كأنك مخلوق فقط علشان تروح علشان تستمتع علشان شوكولاتة علشان اكل علشان عصير علشان سفرة علشان تلف وهذه مشكلة - [00:58:07](#)

هدول اللي تصويره دائما في فنادق خمس نجوم اه في بلد مش عارف مين. دخلتوا اكبر سجن في المش عارف مين. اه جربت اه ايش الويك اند بالضبط الثقافة الامريكية باختصار اللي هو انك تشتغل تشتغل تشتغل علشان تصرف كل اللي جمعتوه - [00:58:24](#)

في اه ليلة في في نهاية اسبوع كما يقال. طيب. نعم ما هي تابعة لفقه الالم ؟ اه. يعني هو من الذي يسأل عن الشر اكثر الذي ادمن الترويح اللي يريد ان تكون حياته كلها ايش لذة. فيأتي شوية الم لماذا خلق الله الشر - [00:58:40](#)

وهل انا مسير المخير ؟ عارفين فجأة طب وين كانت هذه الاسئلة قبل ؟ لا لانه انا ما كنت مرتاح مبسوط ما بتيجي الاسئلة الا لما بتصير في مشكلة. طيب اذا اذا كان بدك تدخله في قضية انه اه مم - [00:59:05](#)

يعني مثلا ممارسة بعض الامور اللي تدخل على النفس شيء من الانسان زي قضية الدندنة الطرب الشعر المؤانسة كلام اه بس هي ممكن ادخلها بالغاية والقصد. انه انا انا ليش عم بعلم لغاية عظيمة ؟ من ترويحني اني ارفع ضغطي مع الاولاد مثلا. طيب - [00:59:23](#)

طيب آآ صعبة صعبة انه استشعر الاجر شيء واروح شيء اخر. يعني اسأل اي بني ادم يتعامل في قضية شو اسأل اي بني ادم عنده تعاطي مع النفوس البشرية ؟ النفوس البشرية صعبة - [00:59:49](#)

اطفال او كبار يصعب ان اقول والله في بني ادم آآ يروح عن نفسه في التعامل مع الناس اما هربان من شيء. طيب اما انه نعم يستشعر الاجر ؟ نعم في اكيد في لذة معينة يعني لكنه ايش ؟ في قدر من المتعة طبعا طبعا في قدر من المتعة لكنه انا عم بروح عن نفسي - [01:00:04](#)

من الساعة الثامنة صباحا الى الثاني عشر وانا امامي ناس اهاليهم مش مربيينهم. بدهم كسر راس او عم بروح عن نفسي. كيف عم

بتروح عن نفسك؟ بلعب يوم طيب على اي حال - 01:00:23

آآ طيب نأتي الان الى آآ فقه اللسان. يعني في فقه اللسان آآ المفردات التالية الجد الجد او الجد الروح ويتعلق بالترويح والفراغ والفراغ. اول شيه الجد. الجد في اصله اللغوي - 01:00:39

هو امتلاء مع شدة وصلابة امتلاء مع شدة وصلابة. هذا في اصله اللغوي ومنها اه تأتي الجد بمعنى ضد الهزل ضد الهزلة. سبحان الله! الهزل في المقابل ان نقصوا الخفة. لاحظوا الجد هو امتلاء مع شدة وصلابة. طيب في اصله ارض جديدة جد - 01:00:56

الجدال الجدد طيب العكس ايش؟ الهزل. الهزل خفة ونقص فانت عندك الجد عبارة عن انك اه شيه انت انت قوي فيه اكثر الجد بالاصطلاح هو الاستغراق والانهماك في الامر تقول هذا الامر جد ماخذ اهتمامي - 01:01:16

انا مشغول به ولذلك انا دايمًا بجيب مثال حتى الناس يعني يستوعبوا كلمة الجد بطريقة صحيحة يقول فلان عم بلعب وما بحب حد يشغله عن اللعب فهو جاد في لعبه - 01:01:40

واضح هو جاء يعني هو مستغرق يصعب انك تزحزحه عن لعبه ولذلك بتشوفوا مرض بتحصل انه حتى الاولاد الصغار واحد عم بيلعب فبيجي صاحبه كل شوي ايش يسوي له ينكش وكذا خلاص بلا هبل بلا هبل طب انتوا ايش عم تسوي - 01:01:57

لأ انا جاد في هبلي هذا هبل جاد طيب ليش؟ لانه مستغرق في الامر. لانه مستغرق في الامر. فالجد باختصار هو هو كما قلنا هو هو شيه من الامتلاء والكلام. والبعض يقول هو عدم الرخاوة او عدم التميع. هذا الجد - 01:02:15

وقد يوصف بالجد الحق او الباطل وقد يوصف بالجد الحق او الباطل. يعني قد تكون ما تفعله حقا جاد. وقد يكون باطلا وانت جاد فيه احد عنده دليل من بالايه - 01:02:35

بالايش؟ بالعلم بالعلم. بالعلم اي علم؟ لا لا قصدي دليل شرعي. اه ايش ايوه وين كلمة الجد العظمة عليكم السلام ورحمة الله لا عارف عارف مثل هذاك معنى ثاني - 01:02:53

ثلاث طيب الامر نفسه قد يكون جاد بغض النظر عن ما لاته قصده الى اخره. طيب غير كلمة الهزة للمقابلة كلمة جاءت في التراث ايضا معناها فراغ الشيه مما يحمد. لاحظوا الفراغ والخلو - 01:03:19

رأوا الخروج بذكرك بايش يا استاذ عامر ثلاث تعريفات مبارح حكيناها بالزبط الجيم والهاء واللام الصوارف. الجهل خلو النفس من العلم والعمل النافع الهوا خلو النفس مما يثقلها والغفلة خلو النفس من ادراك اليقظة. طيب الكلمة الثانية اللي من ضد يعني ضد الجد السبילה - 01:03:45

سبילה اني لاكره ان اري الرجل سبילה لا في عمل دنيا ولا في عملي اخره اللي هو هالاياام احنا بنسميه ايش قاضي طيب ما عم بعمل شيه نافع طيب كلمة سبيله معناها انه بيقول لك رجع الرجل سبيله راح يؤدي شيه ورجع ما في بايده شيه ما جاء معه شيه -

01:04:12

هذا المعنى الاول. المعنى الثاني الترويح. الترويح مر علينا وين؟ هي مجالس ونفس مر علينا وين؟ تعريف كلمة ترويح اه من وين طبعًا لما ذكرنا الجسد والروح وكلمة روح واصل روح في الجدر اللغوي اه الانبساط والسعة - 01:04:37

والفسحة طيب هذي كلها من معاني الترويح ولذلك مثلا منهم الريح النسيم الخفيف الروح النفس او روحوا النفس المروحة. ايش هي المروحة ابطل طبعًا الجيل اللي نشأ في المكيفات هو بطل عارف من روحه. ما يلقي روحه. الالة التي يستجلب بها الريح. طيب انك انت تجيب فيها هوا. طيب - 01:04:59

طيب ومنها الرواحل اللي قلناها قبل القليل. العودة الى موطن الراحة وعادة تربط بالعشي. يعني يقال غدو ورواح. طلع الصباح وعاد مساء ولكن كلمة رواح عادة تعني انه عاد الى موطن راحته الى مقامه الى مكان راحته. طيب ومن هون الكلمة الشائعة - 01:05:24

في بلاد الشام روح هو حايش يعني ايه يعني يعني ذهب عاد الى بيته عاد الى منزله عاد الى سكنه. سواء كان عزما او متزوجا او مش قاصد اشي انا بس يعني عموما - 01:05:44

ايوا مختلقها طيب او كيه يقول لك مختلف على اساس العزب هو اللي راجع زي القرد الحزين يعني ما فيش ايوا ما جرى ايوه قل لي

اسيوط لسه ما جئ اصله روح. نعم. روح انبساط انتشار سعة شمول لطف - [01:05:58](#)

راحت اليد تسمى راحة راحة. راحة البيت ساحته طيب طيب اه اما الترويح اما الترويح كمعنا هو فعل ما يريح النفس فعل ما يريح النفس وقالوا هو راحة او سرور بعد تعب - [01:06:22](#)

واخيرا نشاط ذو فائدة ونفع نشاط ذو فائدة ونفع. طبعاً هذا الاخير انا عندي تحفظ عليه. لانه الترويح قد يكون قلنا ايش مش

ضروري ينفع مش ضروري ينفع خصوصاً اذا كان في شيء باطل طيب - [01:06:43](#)

نأتي الان الى معنى الفراغ. فرغ فرغ خلع الفراغ خلو الشيء والفراغ خلاف الشغل ضد الشغل فانت يا مفارغ يا اما مشغول مشغول

حتى في الفيزيا ايش هو الفراغ لا. شكراً جزيلاً. حقيقة الترجمة الفورية هذي يعني قناة الكنب يعني ايوه - [01:06:58](#)

خلو الحيز من المادة. خلو الحيز من المادة طيب آآ ومنها يقول الحمار فرار وفرس فريغ سريع المشي لخلوه مما يثقله انه الدابة بتكون ما في اشي يشغلها فهي سريعة. على اي حال. اه باختصار الفراغ الذي يعيننا خلو النفس مما يشغلها من علم او عمل فيه -

[01:07:29](#)

دين ودنيا ان يصل الانسان الى مرحلة انه ما عنده شيء عم بعمله لا بفيده في دين ولا بفيده في دنيا ليستبهله اللي ذكرناها قبل قليل

الفراغة تنحى مربوط عندنا بفقه النفس بايش - [01:07:57](#)

صح الفراغ فساد. الفراغ فساد. الفراغ مفسدة. طيب فسد ايش معناها فسد برضو خلوغ والله انا مو متقصدها. المعاني هيك معظم

الاشياء اللي فيها بلاوي فيها طيب؟ الفساد هو خلو الشيء من من المقصود منه - [01:08:10](#)

يعني انت الاصل هذا انه في انت عامله لمقصد معين نافع. خلوه منه يعتبر فساد يعتبر فساد طيب نأتي الى اخر شيء متعلق اليوم

بعد هذا الكلام كله كيف اروح عن نفسي - [01:08:37](#)

كيف اروح عن نفسي اول شيء عادة في الكيف ايش بنسوي عادة احنا التخلص من الصوارف ثلاثية جيم هالام. وهذه تكلمنا عنها في

الجهالات طيب اتكلمنا عنها في الجهالات بعد ذلك آآ ضروري ما في ترويح حقيقي الا لما تعرف من انا ولما انا - [01:08:53](#)

ليش انت مخلوق اما تسعى الى الترويح وانت ما بتعرف هدفك من الخلق صعب الامر الاخر هنا كيف اعرف اني فارغة وفارغة لابد ان

يكون هنالك اعراض معينة ليش عم بحكي هذا الكلام؟ البعض يظن نفسه مشغولاً لكنه فارغ - [01:09:12](#)

مين بيتذكر متى قلنا هذا الكلام تذكرون في مجالس اقرأ في الجهل وعلاقته بالصحة النفسية مثال الكاشير اللي يظن نفسه مشغولاً

لكنه في الحقيقة فارغ معتاد على اعمال معينة لكنه في الحقيقة مليء بالسواوس مليء بالخطرات مليء طيب - [01:09:29](#)

ولذلك انت لا اسأل نفسك سؤال هل انا فارغ وممتاز؟ كيف اعرف اني انا فارغ؟ ثلاث نصائح ثلاث نصائح اذا سألتك عما تفعل الان هل

عندك اجابة تلقى بها الله - [01:09:54](#)

يعني ايش عم بتسوي عم بدرس ليش والله لانه بدي اساعد والدي. بدي اه لقمة عيش حلال. بدي اتزوج بدي ممتاز. اما هيك هذي ما

هذي صعبة. طيب اذا اولاً لو سألتك عما تعمل - [01:10:09](#)

هل عندك اجابة انا اشتراط انها تكون شيء تلقى به الله؟ يعني تكون اجابة صحيحة اجابة حقيقية هذي علامة من اضاءة الوقت طبعاً

واحد عم بقضي تشات مع صاحبه ساعة وشوي - [01:10:25](#)

شوفوا انتم بس يعني دايماً تطلبوا التشاد. وانظر الى كم من هذا التشاد تريد ان تلغيه ما له فائدة طيب خصوصاً في هاي سهولة

الكتابة او سهولة الكلام. اذا اولاً اسأل نفسك ما افعله الان لو سئلت عنه عندي اجابة هذه الاجابة القى بها الله - [01:10:45](#)

انا عادة اقول كلمة ثانية تنزل معي قبوري والقي بها ربي؟ طيب اثنين هل عندي من العمل هل عندي من العمل الذي يشغلني كفاية

حتى لا ابحت عن عمل يعني - [01:11:02](#)

انا عارفين الجملة الشهيرة يا دوب احك راسي لا والله لا احك راسي وافليه وعندي نص ساعة تحت وكذا هذا فراغ فراغ يعني انا

عندي اعمال ولكن عندي وقت كثير اه لا ما نعرف اسوي فيه شيء - [01:11:19](#)

اما اذا عندي اعمال لا والله بالعكس عارفين بيقولوا احياناً انا بودي اشتري من الناس اوقاتهم. لا اذا انت امورك طيبة وثلاثة وهذا

المهم لما افكر في الترويح لما افكر في الترويح - 01:11:37

اساليب اه حاضرة عندي سهلة ولا صعوبة ايش هذا بالفراغ واعراض الفراغ حتى انها صعبة بروح اذا كان ممتلك صاحب الاعمال عادة بالكاد يأتي على ذهنه انه يروح. لانه هو الترويح كما سنأتي بعد قليل هو شيء طبيعي في حياته عم بيمارسه وعم -

01:11:56

باسهل ما يكون رocht على نفسك اليوم والله لما رجعت جلست مع زوجتي والبنات هيك انبسطنا شوية وكذا شو انبسطوا يعني

لعبتوا؟ لا ما لعبنا اكلت ايس كريم؟ لا ما كان ايس كريم - 01:12:27

شو سويتوا؟ بس عم نحكي نعتبر هذا ترويح الحمد لله اما لما يكون الترويح عندك شيء يشغلك الى درجة انك تحاول تدور وتعمل

غالب الظن انك فارغ غالب ظلمك فارغ - 01:12:40

الاخيرة بس فيها استثناء واحد انك تكون مهموم وهذي حالة استثنائية. انا مشغول نعم ولكن عندي هم عندي كآبة عندي ضيق صدر

عندي كذا فابحث عن الترويح كعلاج لهذه الحالة - 01:12:57

بس هذا استثناء انا بعنبره هذا مو الاصل. الاصل نكتة ماشي في حياتك وابتلاءات الانسان اذا حالة مرضية وكذا هذا هذا شأن اخر.

طبيب آآ من المسائل اللي انصح بها - 01:13:12

ان يقرأ شيء ذكرناه من قبل اليوم النبوي كتيب اليوم النبوي على صاحبه الصلاة والسلام. طبيب. اقرأ حتى تعرف حياة النبي كيف

كانت بعدها اقرأ حياة خير القرون. هذول الجماعة كيف كانوا عايشين؟ سترى انه ما - 01:13:28

انت ترويح لازم وضروري هو ليس ترويحاً لازماً وضرورياً. والحياة ابسط من ذلك ولزك اعود مرة اخرى ان شاء الله لما رايعين نعمل

البودكاست يعني مع مع علي راح تشوفوا انه لا في ناس عايشين في واقعنا الان حياتهم بلاش الاخ هذا - 01:13:42

راح على يعني بلاش المهم راح على راح على ارض ساكنين فيها بشر رجع بقول لي دكتور يعني نفس الشيء يعني الناس الناس

مبسوطة والعادات والاعراف عندهم مختلفة. طبيب مع انه يعني مع انها بلد بين قوسين اوروبية. طبيب - 01:13:58

لكن لكن كثير مما نظنه ان انه يعني لا يكون الترويح الا به لا يحتاج الى مراجعة. مرة اخرى انصح بكتاب كتيب اليوم النبوي يقرأ اه اه

ان تقرأ سير الصحابة - 01:14:18

حتشوف انه حياته كانت الحياة سهلة والترويح عندهم من اسهل ما يكون. يعني لما يقول لك يتبادحون بالبطيخ شو اه عادي قشر

البطيخ بيرموا على بعض خلاص انبسطوا شوي وين بالمسجد؟ وهم الذين يجاهدون ويفتحون البلدان طبيب - 01:14:32

اه ما عدا ذلك في مراجع انا حطيتها وفي كتاب اه اسمه الترويح عن النفس اثار واهداف ووسائله وضعت على القناة قبل قليل

وايضا في المادة النصية اللي وضعتها في رابطين لجلسة اولى وثانية على قناة واثنى. الله يبارك فيهم اختين عملوا. هي طبعا

مخصصة للانثى كانت. بس المقدمات - 01:14:48

انا انصح بالاستماع اليها الخلاصة اللي اريد ان اقولها انت بامكانك اذا عملتي اللي عليك واديت الواجبات سيبقى من وقتك ما

تستطيع ان تستمتع به بكل سهولة بعد ذلك عاد آآ الترويح اموره سهلة ايش يعني؟ يعني بامكانك انك مجرد جلوسك بمفردك انت عم

بتروح - 01:15:09

عم تشرب اه اه مي نقي ترويح. عم تشرب مي منك ترويح. عم تاكل لك اه اه ساندويش لذيذ ترويح. طبيب عم تجلس معه صحبة

صالحة ترويح عم تسمع لك مادة طربية مباحة ترويح - 01:15:30

لكن ايش الشرط في هذا كله دائما نقول الا يعود الترويح بما يهدم ما سبق يعني مو معقولة صلاة على وقتها. اه ركعتان في ورد

يومك بعدين بيحي التراويح. يهد لك كل شيء - 01:15:46

آآ اروح اتابع لي واحد من الرويبضة آآ يوتيوب فاشل يوتيوب تعبانة آآ عارية وعاهرة ومش عارف مين وكذا لا لا راحوا شوي هذا ليس

ترويح او هذا ليس الترويح الذي نعينه. طبيب. ما عدا ذلك اه سترى انه الترويح اسهل مما تظن - 01:16:01

اسهل مما تظن وسترى ان الترويح بالمناسبة كلما اطمأنت واستقرت نفسك اكثر ترويحك كثير في اليوم ترويح الكثير في اليوم

مزحتك البسيطة سلامك على احد الاخوة ادخالك السرور على قلبه بشاشة معينة. اه ملبسة اعطاك اياها. طيب ترويح ترويح ترويح
ترويح - 01:16:20

واذ بك غارق في الترويح وانت في الحقيقة تظن ان الامر اصعب من ذلك لذلك انا هنا دائما اقول من اراد ان يروح عن نفسه ترويحاً
طبيعياً طبيعياً بس يتأمل الاطفال - 01:16:40

مساء ايه يا اطفال؟ الطبيعيين اللي هم ما اغرقوا في الوفرة والاستهلاك والمادة المصنعية عالم الرقمي هتشوفوا ان الاطفال
بيتبسطوا باي شئ من ايام آآ في النادي جايب انا معاي كيس - 01:16:55

اه في شوكولاتات مكسرها وحاططها اه اشياء هيك بتكون متبقية عندي وحاططها هاي العلة اللي اه مهند هاي. طيب اه الشاهد فكنت
اميها اقول لطلاب يلا اللي بجواب كذا بيطلع له مش عارف مين المهم بيجي ياخذ - 01:17:15

واحد قال لي لا انا بدي شئ اخر. هو يريد ان يتميز عن اللي باخذه. ايش كان باقي في الكيس؟ شئ انا جايبه الي. جزيرة فانا هيك
يعني عملتوا هيك من وين اجيب لهم اشي يعني - 01:17:36

اول ما طلعت راح طيب. وصار اكلها هلاً ولا اكلها بعدين صارت الجزيرة بالنسبة له جائزة لذينة طيب راح يشعر بها بالمكافأة طيب
الاطفال بيستمعوا باي شئ. هون يعني يصح ان ان نقتبس من عالم التنمية البشرية عبارة اطلق الطفل الذي في داخلك - 01:17:51

طيب هو يقول اطلق العملاق الذي في داخلك. احنا بنقول اطلق الطفل الذي في داخله. عن جد ستري انه الترويح اسهل مما تظن لو
والله لما نجتمع مع الشباب احياناً هنا - 01:18:16

وبيكون في توديع احد الاخوة ولا كذا يعني ضحكنا بيصل الى الخارج في لحظات معينة تأمل واقول اللهم لك الحمد انه هذه
النفوس مجتمعة على اقل قليل ومبسوطة. مبسوطة ما في داعي ان تقع في فخ ان يرتبط الامر عندك بالشئ الصعب - 01:18:26

طبعاً تبقى بعض الامور اللي يعني يعني المادة اللي احالت عليها ان شاء الله تكون تكون يعني يعني نافعة لكن باختصار بس يبقى
مسألة هنا اه هو احياناً اه يتجاوز الانسان في بعض الترويح - 01:18:46

اللي قد لا يعني قد قد لا ينبغي ان يكون عنده عادة بمعنى لما تكون جالس مع اهل بيتك يعني انا عذرا انا لما يكون مع زوجتي وبناتي
في السيارة قد اتجوز معهم ما لا اتجاوزاه او او اقبله مع - 01:19:03

اخرين يعني آآ الرجل في في اهل بيته يختلف احياناً مع صحبة معينة يعرفونك وتعرفهم وانت هذول نفس الصحبة اللي انت عم
تعتكف معاهم. هذول نفس الصحبة اللي انت عم بتقوم الليل معاهم. قد يكون بينك - 01:19:18

وبينهم من المزاح ونوع من الترويح اللي لا يصلح مع غيرهم لانه هؤلاء لا انتم ماشيين باكيديج كامل عارفين آآ متعودين على بعض
فهذا ايضاً ينبغي ان يعني ينبغي ان يوضع بالحسبان. احياناً قد تقبل بترويح معين - 01:19:33

ربما يكون فيه حتى نوع من التأثم بمعنى سمعت مادة طربية ومرت فيها كلمتين ثلاثة هيك مش بتمشيها انا بقيس هذا الكلام على
شعر الجاهلية الصحابة كانوا احياناً يتبادلون فيما بينهم شعر الجاهلية معنى شعر الجاهلية - 01:19:48

ليس كله يعني مقبولا. طبعاً لما اقول تأثم ما يكون مادة حرام. يعني ما يكون في كلام فيه كفر ولا كذا. لكن انتم عارفين مرات الغزل
لانه بعض الشباب يصل الى مرحلة انه - 01:20:08

لا يقبل يعني حتى المرات في الاعراس تجد احد الاخوة ماخذ جنب اقول له يا فلان تعال لا دكتور يعني الكلام هذا طلع الكلام كلام
عادي ايش؟ بس كلام غزلي اللي هو الغزل العفيف - 01:20:21

يعني يعني موطن خاص جداً هون على نفسك. بين قوسين روح روحوا القلوب ايوه ولذلك في احد اقوال الحنابلة تجويز حتى الدف
في المناسبات للرجال في احد الاقوال طيب آآ هذا ما هذا ما كان عندي اذا كان في اسئلة ربما يعني لما يجوا يعني مجلس الاسئلة ان
شاء الله نأخذ الاسئلة المتعلقة - 01:20:33

بقضية الترويح لكن يعني ما قلناه ان شاء الله في فائدة نعم. السؤال في ليه. اه ايش؟ واحد بيعرف ان هو روح هو الترويح ايش
قلنا لغة لأ السعة الراحة حتى يقول لك رجل اريحي - 01:21:03

من وين جاي كلمة اريحي؟ عجبنتني اللفظة اريحي الرجل المرتاح او الواسع الخلق يقول لك فلان اريحي مش مش متكلف مش اه طيب من هذا من تعريف الروح عموما والترويح الاصل انك انت بعد ما روحت شعرت شعرت بانك زاح عنك شيء - [01:21:28](#)

آآ ما كان ما كان ضيقا اتسع بين قوسين. طيب ما كان ثقيلًا خف هذا الغرض من الترويح آآ مثلا اه ايش؟ هاي هاي متقدمة خلينا نتعارفوا يلا عنجدد يعني مثلا انك تتكلم معه انه مثلا ليش يعني هل بتحس انه لو ما - [01:21:56](#)

دخان راح يتضرر بس هاي خليها بعدين حنيجي على يتعارفوا فقه الدعوة وبطاقات دعوية وكذا راح نتكلم فيها. لكنه مبدئيا يكون في اه ماشي انت وبالقرب منك عامل نظافة السلام عليكم الله يعطيك العافية. وانت حاط في نيتك هذا جزء من التعارف اليومي. طيب. مش ضروري التعارف يعني انك تسأله عن اسمه واولاده لا لا. بس تكسر - [01:22:25](#)

الحاجز لانه احنا عنا اشكال كبير في انه العالم الرقمي عم بخلينا الا من رحم الله. انطوائيين ونظن انه لا لا هذا جزء من الانماط الشخصية. لا لا عم بتصير - [01:22:47](#)

مشكلة الرسول يقول لا خير في من لا يألف ولا يؤلف راح نتكلم عليه في في تعارفوا. انت الاصل انه الالف عندك جزء من طبيعتك. انت سمي الانسان انسانا لانه يأنس - [01:22:57](#)

ويؤنس به طيب انا كاتب مسألة هنا ليس من التفاعل المقصود هنا مجرد القاء السلام على الاهل في البيت بفوت السلام عليكم يابا ايش تعارفت لا التفاعل تدخل السلام عليكم. اه جايب لكم معاي شغلة - [01:23:08](#)

معاهم والدك عم بحضر مادة ليست على هواك بتنجر وتقعده معاه وتشغله وتحاول تاخده وتعطي معاه بالكلام واذا قال لك اخرس عم بتفرج على العاهرة طيب تحاول انك تخرس وما تتطلع عالعاهرة وتاخذ وتعطي معاه هادا حينمي عندك بر والدين حينمي عندك مهارة اختي الفقه الاختلاف اللي احنا بنتكلم - [01:23:26](#)

لاحقا القضية مو اما او سبق اني ذكرت انه نقرأ سير الصحابة والصحابي ابوه كافر وامه كافرة وبار بهم وانت عندك مشكلة مع والدك اللي يشاهد مادة فيها معاصي لاحظوا هذا اللي عم بقوله الان عم ببسلنا لاحقا لتعارفوا - [01:23:46](#)

يعني هذه المهارات ماذا احتاج الان؟ ممتاز ستأتي مجالس لتعارفوا لكنه مثلا من التعارف اليومي. انت جالس في المهنة ما تحكي الكلام اللي انت معتاد عليه لا لا اليوم انا متعمد اني افتح موضوع غير اعتيادي - [01:24:07](#)

اسأل زميلي عن اهل بيته لاني سمعته قبل ايام عم يحكي انه ولده دخل عالمستشفى انه كان عندهم عرس انه اه زميلة لي زميلة لي عم بتكلم مع الاناث. طيب او كي عشان طيب. زميلة لي مثلا في دراسة ولا كذا. اه مم اه كانت مريضة اروح - [01:24:25](#)

احكي لها فلانة سمعت انك انا كتبت المحاضرة اذا حابة والله اسلمك الملزمة ابادل بعض الاهتمامات مع الاخرين هذا هو التعارف اليوم المقصود مو المقصود انه يلا انشأ لي مجموعة لا لا مو بالضرورة مو بالضرورة وان كان لاحقا ممكن - [01:24:44](#)

تنشأ مجموعة رقمية تنشئ كذا لكن المهم انه يكون في قدر من التفاعل كما سميت مدرك مقصود. طيب الافضل في التفاعل الاجتماعي الحي المباشر. ولا بأس من التفاعل الرقمي عند الحاجة. طب انا جالس في بلد كلها كفار - [01:25:02](#)

الكفار هدول يعني اه كائنات فضائية يعني يعني ما فيه لا انت بامكانك حتى هذا الكافر وتعطي معاه يعني خمس سنوات في اميركا كنت استغرب كيف بعض الجاليات هناك لا يكاد يكون لها اي صلة بالجار الامريكي - [01:25:19](#)

خايف انه يكون حوله امريكان غير مسلمين يسكن فقط في الاماكن العربية اه طالعة الى المسجد الى الكازية اللي هو يديرها ومش عارف مين. والله بعضهم رحت اعطي دورة صار لهم كذا وعشرين سنة قالوا لي دكتور لو سمحت لما تتكلم احكي عربي - [01:25:36](#)

انا رايع اعطي دورة للفاعيين طب الانجليزي للاسف لانه يعني عربيتهم قالوا لي لا الاهل ما بفهموا انجليزي نعم بالكاد يتكلم الانجليزية اللي بيمشي فيها في الحياة اليومية ليش؟ ما في ما في اي نوع من الاختلاط او التعارف بين قوسين - [01:25:53](#)

حتى لو كنت في هذه الاماكن في قدر من التعارف اللي ممكن تقوم به. في قدر من التعارف اللي ممكن تقوم به. ايش؟ عشان لازم انه بعد شوي في جاهب مثلا - [01:26:14](#)

وغدا في جاه اليوم جاهها وغدا جاهها نعم دكتور نعم التعارف في بيئات العمل المختلطة انا راح اجي على قضية لتعارفوا مرة اخرى

في فقه الدعوة راح نتكلم وقضية التعامل مع الجنس الاخر. لكن انا ما يعينيني هنا انه - [01:26:25](#)

يعني مثلاً زميلة لي اه قالت لي اه فلان تفضل انا انا لو سمعت هذا الكلام راح يكون جزء من التطبيق العملي اللي قمت فيه كيف كيف اوصل لها رفظي لهذا التواصل - [01:26:46](#)

بس بطريقة لبقة فلانة الله يرضى عليك مشكورة بس يعني انا انا لا احب انه يكون في شيء من خلاص خليها سلام عليكم السلام بس طيب انا باعتبار هذا من تعارف - [01:27:02](#)

لانه الغرض اني انشئ مهارة معينة انا محتاجها للخروج الى اللي يتعارفوا لاحقاً لكنه حتى لو كنا في بيئة مختلطة عذرا ترى حتى في البيئات اللي منفلة فجأة بتلاقي الشباب بيحكوا مع مع حالهم والبنات بحكوا معهم يعني نعم بيكون في تقاطع - [01:27:13](#)

بس نادر ان تجد انه الشباب نسيوا الشباب وطول وقته قاعد بحكي مع مع بنات. انا عذرا حتى لما كنا في اميركا بتلاقي الشباب اهتماماتهم طيب وكان يحصل تقاطع مع البنات - [01:27:31](#)

لكن لا اريد اني ادخل اليوم في قضية الاختلاط وما اختلاط الى اخره. طيب هذا كان فيما يتعلق بالخماسية. اذا لاحظوا احنا الخماسية مرينا على على اه انحاء كثيرة نفسية اللي يحتاجها الانسان - [01:27:45](#)

علم عمل اه مساء العقلية. مساء المتعلقة بالتزكية النفسية. مسائل متعلقة بالمهارات الاجتماعية. اه اعطاء حق الجسد حق الروح. طيب هذه الخماسية مرة اخرى ازمع بانه الانسان اللي يعتني بها يقوم بها سيشعر بعد قليل انه كأنه حضر دورة تدريبية - [01:27:59](#)

لكنه عذرا مش ضروري تكون دورة مدفوعة الاجر حتى واحد يحكي لك يلا. حنمشي واحد وعشرين يوم عارفين اليوم جماعة واحد وعشرين يوم لا لا نبدأ بها اليوم وانوي رمضان القادم - [01:28:21](#)

انه هذا الامر يظلوا معاك وبعد رمضان شوف اين كنت واين واين اصبحت ومع ذلك اكرر اكيد حيكون في اسئلة معينة ولكن نكتفي بهذا وربما ان شاء الله بعد رمضان لما نجي على الاسئلة يعني آآ - [01:28:32](#)

يعني تتضح بعض الامور اللي ربما يعني لم تكن واضحة اه اخر شيء اذكر اذا ربنا يسر الجمعة التي تليها اللي هي قبل رمضان مباشرة ستكون عن الله علنا اخر وبهذا نكون انهينا مجالس - [01:28:49](#)

ونفس آآ ان شاء الله ثم نتوقف ونبدأ لتعارفوا بعد العيد اذا ربنا يسر سبحانه اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت - [01:29:03](#)