

وصفة السعادة. مع د خالد بن حمد الجابر | #بودكاست_سكينة

الحلقة ٤

خالد بن حمد الجابر

حياك الله دكتور الله يحييك ويرضي عليك ويسلمك. اه اليوم حلقتنا بتكون عن السعادة واحد اوائل الاشياء اللي بيلقاها المهم بالموضوع هو انه كثرة التصانيف والكتب والتنظيرات من فلاسفة ومفكرين عن موضوع السعادة. فالحين نبي نحط هذي السعادة في تصنيف محمد علشان نعرف كيف نتعامل معها - 00:00:00

وش تصنيف السعادة طيب باسم الله الرحمن الرحيم اللهم صلي على محمد آآ اي نعم يعني السعادة استهتوت الناس يعني من منذ القديم ولا توجد تقريبا ثقافة الا وتكلمت عن السعادة - 00:00:20

الا علم النفس الغربي بنتكلم بعد شوي كيف انه يعني جلس فترة طويلة ما يتكلم عن السعادة لاعتبارات مرتبطة بالفلسفة المادية يعني ها لكن والسعادة نعم يعني الفلسفه يمروا باطوار كثيرة - 00:00:38

والثقافات مرت باطوار كثيرة في محاولة تعريف السعادة وكيف يكون الانسان سعيدا واحسن طريقة ان تلخصها في ثلاث اقوال لانه اقوال كثيرة جدا متشعبة ومتداخلة لكن القصة بثلاث اقوال القول الاول هو انه السعادة هي المشاعر - 00:00:55

يا الانفعالات الشعور الايجابي الطيب هذا بالذات الشعور الطيب الجسدي المادي اللي هو البهجة الفرح ليش قلنا الشعور المادي؟ لانه بعد قريب نتكلم عن انواع اخرى من الاحوال الداخلية - 00:01:16

هذا النوع الاول من السعادة هي انك تكون مبسوط ها بالعامية يعني كن مبسوط مستمتع فيه بهجة فيه مشاعر ايجابية مرتبطة بالجسد اللي هي البهجة والفرح الى اخره - 00:01:31

النوع الثاني او القول الثامن قول السعادة لا ان السعادة مرتبطة بالدنيا ان دي دنياك حلوة انت سعيد انه مرتبطة بالمعيشة انه يعني كلما كانت اه اه كان ارسطو يسميه اهل البخت ها - 00:01:46

أهل البخت يعني المحظوظين ها والعرب ترجموها يعني البخت انه يعني توفر لديه المعيشة الجيدة والرفاهية جودة الحياة ويعني متعلق بمستوى المعيشة. المادي مستوى المعيشة المادي هذا المعنى ما يهم لانه بيجي بعد شوي راح نتكلم عن تعريف السعادة في في هذا الزمن - 00:02:03

وهذا كلام قديم طبعا واختاروه الان يعني اختارت هذا المعنى كما سندكر بعد قليل يعني كثير من المراجع الغربية المعاصرة يدخل في هذا النجاح الوظيفي وبعضهم يوسعوا شوي بحيث انه ما يقتصر فقط على النجاحات الوظيفية بدأ تدخل مثلا النجاحات الاجتماعية والاسرية - 00:02:27

يعني الى اخره بنجيه بعد شوي هذا النوع الثالث لا انه السعادة لا شيء معنوي الان واضح الفروق ها السعادة لا ما هي شي مادي ولا هي مشاعر مشاعر مادية بهجة وفرح لا السعادة شيء معنوي داخلي مختلف عن البهجة والفرح - 00:02:45

الذى كانوا يسمون اللذات المعنوية الثقافات مختلفة اختلاف كبير جدا في في اصلا وش معنى اللذة المعنوية اصلا يعني؟ هل هي لذة عقلية ولا دينية ولا انسانية ولا ها يمكن يجيء في النقاش - 00:03:05

الفلاسفة اليونانيين بالذات ارسطو كان يقسم الفلسفة تقسيم مشهور جدا الى قسمين السعادة الاولى يسميتها السعادة الهيدونية هيدونيك مصطلح لاتيني عربوه العرب الى هيدونية وتعني اللذات المادية آآ شراح ارسسطو مترجمي ارسسطو ترجموها الى اللذات

الى السعادة المادية او سعادة الجسد او - 00:03:23

النوع الثاني يسمونه اليودو مونيا او اليودومينية بربو كلمة لاتينية العرب لما ترجموا ترجموها الى اللذات الروحية لكن ارسسطو ما كان يقصد اللذات الروحية بالمعنى العربي يعني معنى الاسلاميين اصلا مفهوم يعني الروح التفرق بين الروح والنفس والقلب والعقل عند ارسسطو ما كان واضح يعني هو نفسه اشتكي من هذا يعني ذكر في رسالته الاولى - 00:03:48

انه يعني هذى مسائل متداخلة لكن ارسسطو بالذات كان يقصد كان يقصد السعادة العقلية باليدومينية اللي هي السعادة غير المادية لانه هو من الفلسفة المعظمين لقضية العقل فالسعادة العقلية هذه عقلية - 00:04:14

الفلسفه فلاسفه الاسلام ما يسمى بفلسفه الاسلام مثل الرازي وابن مسكوي وغيره. اه يعني قسموها قسمة ليست بعيدة اللي هي سعادة روحانية اللي هي اليودومانية هذى والسعادة البدنية اه هم قسموا الهيدونية الى قسمين سعادة بدنية اللي هي بالصحة والجمال - 00:04:33

ها وسعادة خارجية اللي هي بالمال والجاه وكان يعني الغالبية العظمى من الفلسفه كانوا يركزون على قضية السعادة المعنوية انه السعادة الحقيقية السعادة المعنوية وان كانوا يختلفون في تحديد معنى السعادة المعنوية - 00:04:54

لكن كما سيمر معنا الان لا انه مثلا تعريفات هيئة الامم المتحدة للسعادة والمقياس العالمي للسعادة والتعريفات هذى بنجيتها بعد شوي ان شاء الله اذا جاها يعني اذا جا لها طاري اه حلوة طاري يعني اه يعني - 00:05:15

اذا جا لها ذكر انه يعني ان شاء الله نشير اليها. يعني هذا حاولت اختصر قدر المستطاع يعني جميل. كثير تساؤلات تدور حول السعادة هل هي مطلب؟ ولا اصلا المفروض الواحد ما يطلبها؟ آآ هل السعادة على سبيل المثال - 00:05:29

آآ حالة شعورية ولا فكرة آآ تورث مزاج معين ولا كثير اسئلة تدور. وش هي الاسئلة اللي بتساعدنا على فهم عمق السعادة ايه هو يعني ايه يعني دائمًا في المفاهيم المعقّدة زي هذى احسن شي ان تعرف بالضبط ليش الناس اختلفوا اصلا يعني - 00:05:46
ليش الناس مختلفين في تعريف السعد؟ وش الاسئلة المركزية في عدة نقاط في مركبة في ما يتعلق بالسعادة ليش السعادة مشكلة على مدار التاريخ وفيها نقاشات كثيرة مش غريبين اصلا في علم النفس الاسلامي يمكن منه سنة حاذفين السعادة اصلا من نقاش علم النفس نهائيا - 00:06:07

بعدين رجعوا له في الاخير كل هذا لازم تعرف انت شو القصة اصلا يعني فالقصة هي انه وش هي السعادة؟ هل هل المشاعر لها دور في السعادة ولا لأن الدنيا هي المهمة في السعادة - 00:06:25

هل الدين والفظائل والأخلاق لها دور في السعادة ولا ما لها دور في السعادة داخلية ولا السعادة خارجية مثلا خلنا نمسك واحد واحد مثلا ما هو الشعور الداخلي - 00:06:36

الذى اذا وجدته قلنا والله انت سعيد انت تسأل الناس الان سيفاوتون في الاجابة وهذا جربته انا مرة قبل سنوات طرحت سؤال فتفاوت الناس اصلا في الاجابة وش ما هو الشعور - 00:06:50

الذى اذا كان عنده او ما هي الحالة النفسية الداخلية؟ اذا كانت عنده قلت عن نفسك انك سعيد فالناس متفاوتون في هذا ليش متفاوتون؟ لانه اصلا هي الاحوال الداخلية التي يصفها الناس بالسعادة هي اصلا مختلفة - 00:07:03

تجارب الناس مختلفة وبالتالي كل واحد من الناس يتكلم عن التجربة التي يمر فيها هو والتي يرى هو انها هي افضل للسعادة تقريبا نوعين في حصر السعادة بنوع معين من المشاعر اللي هو المشاعر والانفعالات الموجودة في علم النفس الغربي المعاصر الان اللي مثلا الخوف والفرح البهجة - 00:07:17

شو المشاعر هذى اللي هي اقرب الى الجسد البلخي كان يسميه المشاعر الانفعالي العوارض هم كلمة مشاعر اصلا ما كانت موجودة بذلك الوقت يعني. هي مشاعر اصلا يعني ترجمة خاطئة لان كلمة مشاعر في اللغة العربية - 00:07:39

ا تعديل المقدسات مثلا المشاعر المقدسة ايه اه او المشاعر تعني الاشياء التي يحس بها يعني مشاعر كذا التي الادوات التي تحس بها لان هي الشعور اصلا في القرآن الشعور في القرآن هو الاحساس وليس هو الشعور الداخلي. المهم - 00:07:52

هذا يعني لها عجلة حلقة هذى موضوع الانفعالات اصلا ومفهوما الانفعالات مفهومنا للاحوال النفسية الى اخره المفهوم الاول
اللي هو مفهوم علم النفس الغربي. ايه. اللي هو كنا نقول تو نسيت والله. يقول في اكثر من فهم للسعادة. ايه. احد -
الباقيات هذه باقة نعم انها المشاعر التي اقرب الى الجسد بالتعبير يعني بالتعبير العربي القديم يعني وفي نوع اخر يقول لك لا يا اخي
مين قال لك ؟ اصلا هي ممكن تكون السعادة مظهرها السكينة -

اه الطمأنينة ممكن يكون السعادة مظهرها امر ديني مثلا الخشية في الصلة الخشوع في الصلة ممكن يكون مظهرها امر ايماني مثلا
علاقتك مع الله الحب خشية محبة الله خشية الله هذا الشعور الذي يجده المؤمن في علاقته مع الله يخرج وهو وهو سعيد وهو
مرتاح وهو مطمئن وهو ساكن -

قد تكون السعادة مرتبطة بمعاني اخرى كثيرة. مثلا الشعور او الحالة النفسية احسن من كلمة شعور. الحالة النفسية التي تأتيك بعد ما
بعد ما خدمة لشخص اخر عملية اخلاقية ممارسة اخلاقية -

فانت تحس بهذا بهذه الحالة النفسية بهذه الحالة الداخلية تشعر شعور طيب ايجابي اذا اخذنا بكلمة ايجابي يعني المعاصرة
هذا فاما واضح انه الذي يخطر على البال في الذهن مباشرة لكلمة السعادة مختلف من شخص لشخص -
وهذا مهم لانه يبين ليش الناس مختلفين يعني متصارعين اصلا يعني فيما يتعلق مفهوم السعادة اصلا وعشان كذا ولاجل هذا
يختلف الناس اهل الدين يقول لك السعادة في الدين اهل التجارة يقول السعادة في المال -

أهل اللذات يقولون السعادة في المتع المادية اهل الجاه والمنصب ويقولون لك السعادة في الملك والسلطة والادارة وهل السعادة
الانسانية؟ يقول لك السعادة في في الممارسات الانسانية الاخلاقية ورحمة الناس والعطف والعطاء -
فاما اذا هذا هو جواب السؤال الاول انه اصلا الحالة النفسية المرتبطة بمفهوم السعادة هي اصلا متعددة ومختلفة وآآ وفهم هذا مهم
الامر الآخر الذي يعني من الاسئلة المهمة ايضا في موضوع السعادة انه هل الاخلاق والفضائل -

لها علاقة بالسعادة ولا لا وهو نقاش قديم وهم يقولون مثلا انه هل السعادة هي سعادة الفضائل والاخلاق؟ ولا هي سعادة المتع
والقنيات والمادة والدنيا والى اخره وبعضهم يقارن مثلا بين بين ارسطو افلاطون في هذا النقاش يعني -
اه لان افلاطون يعني اقرب الى الثقافات الوثنية في في فهمه وفكرة ويعنيها مع مع شيء من التعديلات نحن نرى انه نعم الاخلاق
والفضائل لها دور في السعادة -

وان الحالة النفسية المرتبطة مع حسن الخلق مع الرحمة مع الممارسات الاخلاقية عموما والممارسات الانسانية عموما انها تستحق
ان ان تكون مرتبطة بالسعادة وهناك نقاش طويل على مدار التاريخ انه هل هذا اصلا مقبول ولا غير مقبول -
الذين يرفضون ادخال الاخلاق ضمن اه مصادر السعادة يرفضون ادخال هذا هذه الحالة المرتبطة بالسعادة الاسئلة
المهمة ايضا من الاسئلة المهمة هل السعادة داخلية او خارجية؟ وبعد احد اهم الاسئلة -

انه عطني فلوس اصير اصير مبسوط ها ان نوع السعادة بالفلوس والمال يعني النجاح والرفاهية الحلم الامريكي ها وشو الحملة
الامريكية؟ هذا لفظ قديم يعني في الأربعينات والخمسينات يعبر عن -
عن المزاج الغربي في ذلك الوقت انه اهم شي انك تحصل دنيا جيدة وآآ وغالبية يعني مقاييس هيئة الامم المتحدة
وغيرها يعني احنا بنتكلم عن جودة الحياة -

او الرضا عن الحياة ما يقصدون الرضا هو الذي نعرفه نحن ها الذي قلنا ان الرضا هو هو في الحلقة الماضية. ان الرضا هو مركب
من من التسليم والسكينة والشعور الطيب والقناعة -
على الرضا هنا المقصود به الحياة تكون جيدة من حياتك تكون جيدة انت تقيمي يسمونه التقىيم الايجابي. هذا من ايات ابي قبور طبعا
من ايات ابي قور اللي هو ايات الرواقية تحديدا ادق يعني ادق الرواقية ادق. من ايات الرواقية اللي هو التقىيمات الايجابية ل الواقع. انه
انت اذا قيمت واقع -

اكثر قيما ايجابيا فانت اللي هو الرضا لا يفسد سفال الرضا عن عن الحياة والنبي صلى الله عليه وسلم يقول اربعة من

السعادة اربع من السعادة المرأة الصالحة والمسكن الواسع والجار الصالح والمركب الهنيء - 00:12:58

واربع من الشقاوة الجار السوء والمسكن الضيق والمركب السوء ان نحن في المنظور الاسلامي لا ننكر لا ننكر آآ وهذا المعنى سيتكرر معنا كثيرا لا ننكر انه الخارج مهم جدا وان السعادة المادية مهمة جدا لكن الذين ننكره ما هو؟ هو اما المبالغة فيها -

00:13:16

او قصر السعادة عليها او اغفال الجوانب الاخرى. كما سيتضح معنا خلال النقاش في هذه الحلقة كاملة انه اصلا كل الحلقة تدور حول قضية انه انت تفهم انه السعادة متنوعة ومتعددة كل ما نوعت فيها وحرضت على التنوع كل ما كان افضل افضل - 00:13:38
افضل لك يعني يمكن هذي ابرز الاسئلة يمكن تجي اسئلة يمكن تمر معنا في خلال النقاش جميل ذكر اه فيه ناس يطرح السعادة كانها مطلب اساسي في هذه الحياة. مش كل نظري واضح يعني يقول انا اسوى كذا عشان اصير سعيد - 00:13:56
وليش تبي تروح هنا ما تروح هنا لان هذا خيار يعطيوني سعادة اكثر فواضح عنده انه احد اه احد الغايات اللي يريد ان يصل اليها.

وفي الخيار الثاني اللي يقول لك لا يعني اه ترى حتى لو خططيته هدف انت كذا تربط - 00:14:10

اه السعادة في داخلك اذا انت خططيته هدف ويدور هذا النقاش فاحنا عندنا في في النظرية الاسلامية هل السعادة بحد ذاتها مطلب كل الناس يغدو هذا حديث عن النبي صلى الله عليه وسلم - 00:14:24

كل الناس يغدو فبائع نفسه فمبقيها او معتقدا واصدق الاسماء حارت وهمام فالانسان يسعى الى ما يريد ان يتحقق في هذه الدنيا هل يصل اليه او لا يصل اليه؟ هذا امر اخر. هل يسلك الطريق الصحيحة - 00:14:43

او يمسك الطريقة الخاطئة هذا امر اخر لكن في نقطة مهمة جدا في المنظور الاسلامي نحن نرى ان من حق الانسان بل ربما يكون من واجبه انه يسعى الى ان ربنا اتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة - 00:15:01

فالبحث عن السعادة مشروع ليش نقول الكلام هذا؟ لانه ليس من المنظور الاسلامي بحسب فهمنا ان الانسان يتوقع انه لا ليس مطلوبنا منك اصلا هذا الامر وهذا ربما يحصل احيانا من بعض الوعاظ المتأثرين ببعض المذاهب المنحرفة - 00:15:15

آآ داخل الصوفية تعرف الصوفية فيها مذاهب ومذاهب بعض المذاهب المنحرفة داخل الصوفية لتقول ابدا الدنيا هذى كلها اتركها وتركا كاملا من هذا نهى عنه النبي صلى الله عليه وسلم ما حصل في عهد النبي صلى الله عليه وسلم فنهى عنه - 00:15:33

وفي عبارة دايما مع الناس يكررونها الدنيا هذى ما فيها سعادة؟ لا كيف اربعة من السعادة حديث ذكرناه قبل قليل. لا الدنيا فيها سعادة لكن السعادة مؤقتة - 00:15:48

بالمناسبة ترى القرآن ما يستخدم لفظ السعادة في التعبير عن السعادة الذي نتكلم عنه نحن هنا كنت بسؤال القرآن من لم يستعمل لفظ السعادة الا في مقام واحد فقط في سياق واحد وهو السعادة في الآخرة - 00:16:03

شقيا وسعيد السعداء فالسعادة هي في الآخرة في المفهوم القرآني طيب القرآن ماذا يستعمل للدلالة عن ما نتكلم عنه احنا الان السعادة يمتعكم متابعا حسنا المتابع الاستمتع يستمتعون الحين او حبا طيبة يمكن - 00:16:20

الحياة الطيبة بنجيتها بعد شوي ها لكن اكتر اللفظ اللي يتكرر كثيرا في القرآن ان المعنى المرتبط بالمتابع ليش المتابع؟ لانه اصلا المتابع في اللغة العربية تعني الشيء المؤقت الذي يستعمل لزمن مؤقت ثم تتركه ثم تغادر - 00:16:43

وتتركه ما تأخذه معك لكن هذا لا يعني انك لا تستمتع اثناء وجوده عندك ولذلك سماه متابع ولذلك شوف الایات اللي جمعت الایات بعضها مع بعض صار السياق متصلا. انه هي مؤقتة - 00:17:03

لكن ربنا اتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة هي مؤقتة صحيح لكن استمتع بها ان هذه الدنيا حلوة خضرة وان الله مستخلفكم مستخلفكم فيها ها وهذه الدنيا مؤقتة يجب ان لا تطفيينا يجب ان لا تلهينا يجب ان نتذكر دائمًا الآخرة لكن نستمتع في هذه الدنيا ونحن في هذه الدنيا بالطريقة الصحيحة - 00:17:22

الهدف من هذه الحلقة هو كيف نستمتع في هذه الحياة الدنيا بالطريقة الصحيحة طبعا بعض الناس قد يحرم على نفسه اشياء من السعادة الدنيوية لاعتبارات غير دينية مثلا هو يقرر انه ما يأخذ هذا الشيء المعين مثلا - 00:17:44

لاعتبارات مرتبطة بتهذيب النفس او رياضة النفس. هذا كل حالة تدرس لوحدها يعني ليس لها ضابط عام. يعني هذا يمكن باختصار قضية انه هل السعادة مطلب او لا - [00:18:01](#)

جميل. اخذنا يا دكتور في بداية الحلقة انه في ناس ينظرون للسعادة كأنها افعالات وفرح وكذا. وناس ينظرون انها سكينة طب احنا في الاسلام وشو التصنيف اللي يوجد تحته السعادة - [00:18:12](#)

اي نعم يعني ترى كثيرين كثيرون تكلموا عن السعادة وظهرت ابحاث معاصرة في يعني في اقوال المتقدمين في في في السعادة يعني انا في نظري انه افضل طريقة تعبر عن المنظور الاسلامي هو ان تقسم السعادة الى الاقسام الاتية - [00:18:25](#)

النوع الاول هي السعادة الخارجية السعادة الدينية السعادة المادية نعطيها هذا الاسم حتى نعرفه حتى نضع لها قواعدها نضع لها قواعدها ونعرف كيف نتعامل معها والى اخره فهذا النوع من السعادة كما عرفناه سابعا هو شعور داخلي ذاتي مرتبط بالخارج المال السلطة الجاه الدنيا الى اخره الى اخره - [00:18:42](#)

ويدخل فيها المتع المحمرة والمتع الحال يدخل فيها الاكل والشرب والجنس واللهو والغناء واللعب والرياض كل هذا هذه كلها من المتع بعضها بعضها المادية الدينية بعضها محروم وبعضا نصح باستعماله بعضها نحذر من من استعماله - [00:19:07](#) هذا النوع من السعادة هو اكثر ما يحرص عليه الناس. الناس اكثر ما يحرضون على هذا النوع من السعادة. وكثير منهم اصلا يؤرخ السعادة هذا هذا المعنى الذين يبهر علينا ان شاء الله بيكرر هذا المعنى كثيرا ان شاء الله - [00:19:33](#)

النوع الثاني من السعادة لا هي السعادة المعنوية. السعادة الداخلية والاسلام يرى في نظري والله اعلم ان ان السعادة المعنوية ايضا انواع قد تكون سعادة دينية بالعبادة والايمان والطاعة والعلاقة مع الله الى اخره. وقد تكون سعادة نفسية بالرضا والقناعة والسكينة والطمأنينة. وقد تكون علاقة انسانية - [00:19:49](#)

الأخلاقية بالاخلاق والعطاء وقد تكون سعادة عقلية المتعة اللي هي ما يسمى بالمتع العقلية المتعة والذات العقلية والذات العقلية انواع منها مثلا القراءة والمذاكرة والدراسة والتأليف والكتابة والكتب تعرف ناس يعني - [00:20:13](#)

النوع الثالث من السعادة يمكن هذا مما يتميز فيه الاسلام هو السعادة الاخروية انه يا جماعة وانت في سعيكم لهذه السعادة الدينية يجب ان تذكروا دائما ان السعادة التامة الكاملة غير المنقوصة لا تكون الا - [00:20:33](#)

في الاخرة وهذا احد الفروق الاساسية بين المنظور الاسلامي وغير المنظورات. الاستحضار المستمر للآخرة الاستحضار المستمر لان هذا الك قاعدة مهمة وقضية جوهرية انه هذا الزمن الذي نعيش فيه هو احد الازمان - [00:20:48](#)

التي نعيش فيها وليس هي هي الزمن الوحيد وان هناك زمن قادم سنحيا فيه وسنعيش فيه. من المهم جدا حين تناقش اي قضية نفسية او غير نفسية ان تربط دائما بهذا المعنى - [00:21:07](#)

لوجود زمن اخر قادم فيما يتعلق بالسعادة وجود هذا الزمن الآخر يجعلك تعرف ان السعادة هي في الاخرة التامة ومن ضمن الاحاديث التي يعني دائما مؤثرة بالنسبة لي هو حديث مشهد الغمسة - [00:21:22](#)

يؤتى حديث النبي صلى الله عليه وسلم متى هل يتكلم عن مشهد من مشاهد يوم القيمة كشفت له بالغيب صلى الله عليه وسلم وهو انه يؤتى بانعم اهل الدنيا او قال اسعد اهل الدنيا نسيت الان - [00:21:43](#)

من اهل النار انعم اهل الدنيا اهل النار فيقال له يعني كان اعطي في الدنيا ملك الملوك قيل له هل مر بك في الدنيا نعيم قط فيقول لا وربى ما مر بي نعيم قط - [00:21:57](#)

هذا يوم غمس في النار. بعد ما غمس احسنت. بعد ما غمس في النار غمسة واحدة بس غمسة واحدة الغمسة هذي الغمسة الواحدة مسحت الذاكرة نهائيا نسي كل النعيم الذي راح لانه لا شيء امام هذه الغمسة - [00:22:14](#)

المشهد الآخر المقابل يؤتى بatus اهل الدنيا. من المؤمنين تعيس اتعس شخص ممكن تتخيله في حياتك فيغمض في الجننة غمسة واحدة هذه الغمسة تنسيك كل الغم والهم والتعاسة الماضية بكل حياته. فيقال له هل مر بك بؤس قط؟ هل مر بك شقاء قط؟ يقول لا وربى ما مر بي - [00:22:31](#)

نسى نسي نسي فهذا المعنى استحضار هذا المعنى باستمرار يساعدك اصلا على ضبط البوصلة يساعدك على تحديد المسارات
صحيحة في اختيار السعادة ولو تلاحظ كثير من النقاشات تدور بين الناس - 00:22:54

في قضايا اجتماعية كثيرة يعني مثلا لما حين يموت غير مسلم تدور حرب ضروسها تترجم عليه قل لي ماذ تدور هذه
الحرب ؟ لانه اصلا جزء كبير من الناس يقول وهذا قدم البشرية فهو في النهاية يتكلم عن المعيار الديني والمعيار المادي - 00:23:13
لكنه ناسي انه في معيار اخر وهي طيب في معيار اخر وهي المعيار الاصغر في تقدير الاشخاص والأشياء والاحاديث والامانة والامان
والثقافات والمعارف مهم جدا ويعطيك بعد مختلف تفهم به كيف تقيم هذه الاشياء وكيف وكيف وكيف وكيف وكيف تزنها - 00:23:30
يعني تقريرا يمكن هذا ابرز جميل هذا تصنيف سعادة في المفهوم الاسلامي طيب وشو تعريف السعادة؟ وش اسبابها؟ وش مواصفات
الشخص السعيد هذا؟ ايه مواصفات السعادة؟ مواصفات السعادة في الدنيا - 00:23:50

اي نعم يعني يمكن قبل ما نعرف مثلاً المواصفات يمكن نحتاج يعني نتكلم عن بعض المحددات الأساسية بعددين اذكر التعريف.
التعريف الذي يعني نقترح ونختاره لتعريف السعادة بحسب علم النفس الاسلامي - 00:24:06

اول شيء السعادة بحسب المنظور الاسلامي متعددة متعددة في المصادر متعددة في الانواع متعددة في الازمنة طيب ماذ نقصد
بهذا هي متعددة في المصادر انه ترى في اكثر من مصدر للسعادة - 00:24:20

الاقسام اللي ذكرناها قبل قليل في اشياء دنيوية وفي اشياء معنوية والمعنوية انواع وفي دنيوية ودينية وانسانية واخلاقية
ومشاعر بهجة ومشاعر اشياء كثيرة جدا معرفتك بان مصدر السعادة متنوعة متعددة - 00:24:39

واختيارك للمصادر وتنويعك لهذه المصادر بحيث بحيث انك ما تركز على مصدر دون مصدر ما تبالغ وتغلب في مصدر دون مصدر
 يجعل حياتك متزنة هذا الاتزان شرط اساسي اول لحصول السعادة - 00:24:59

وهذا الشرط مهم لانه هو لان بعد قليل التعريف الذي سنذكره بعد قليل هو يدور حول هذا التعدد وهذا جزء من الابتلاء من ابتلاء الله
سبحانه وتعالى حتى تظهر قيمة التكليف - 00:25:17

انه لم يجعل السعادة فقط للمتدينين او لم يجعل السعادة فقط لغير المتدينين بل جعل السعادة هذى ان الدنيا لا تعدل عند الله آآ جناح
بعوضة لو ان الدنيا تعدل عند الله جناح بعوضه لما سقى منها كافرا شربة ماء فالدنيا اصلا ليست - 00:25:32

ليست هي محل المنافسة محل المنافس وفي ذلك فيتنافس المتنافسون هو المعاني الدينية والاعمال الدينية والايمان. وبالتالي
جزء من الابتلاء انه اصلا انت ممكن تحصل السعادة حتى بعيدا عن الدين - 00:25:52

جزء من الابتلاء انه انت ممكن تحصل السعادة حتى ولو انفمست اكثر في الدنيا فهذا جزء من الابتلاء ولذلك نؤكد عليه يجب ان تنتبه
دائما انه هل انت منوع في السعادة ولا لا - 00:26:08

والصحيح ان السعادة ان السعادة آآ متاحة هي هي من من من اسباب هذه الدنيا التي تتاح للانسان بحسب
الشروط اذا حق شروطها اخذ منها لكن المؤمن يأخذ منها من زاوية والكافر يأخذ منها بزاوية - 00:26:24

وترى كل زاوية لها طعم مختلف ولذلك عند كل ذلك المؤمن بماذا يتميز؟ سعادة المؤمن بماذا تتميز
عن سعادة غير المؤمن؟ انها سعادة متنوعة - 00:26:43

لها اطعم مختلفة لها قيم مختلفة لها زوايا مختلفة وليس فقط محصورة في اتجاه واحد اتجاه مادي فقط والاهم من ذلك طبعا احد
الفروق الفرق الاهم بين مساعدة المؤمن ومساعدة غير مؤمن انه سعادة المؤمن الحقيقة تكون في - 00:26:58

في الآخرة والله سبحانه وتعالى يقول في سورة الروم تكلم عن سعادة المادة يعلمون ظاهرا من الحياة الدنيا وهم على الآخرة
هم غافلون لاحظ انه يعني بدأ في الدنيا ثم قال الآخرة غافلون هم شف اللي الذي يعني يركز على على على الحياة الدنيا اكثر -
00:27:16

ويغفل عن الآخرة الى الاشكال انه ليس الاشكال هو ان يجمع بين الدنيا والآخرة لا الاشكال انه يهتم بالدنيا ويغفل عن الآخرة لماذا
نقول بالتعدد؟ لأن هو الذي يفسر لنا اشياء كثيرة من ضمنها سعادة الكفار مثلا - 00:27:41

ولا يمكن تعريف فهمها الا اذا قلنا بان السعادة متعددة الامر الاخر من المحددات المهمة في تعريف السعادة القمع التي تعرفها. التأكيد على القضاء على الجوانب المعنوية. هذا احد القضايا الاساسية في مفهوم السعادة في - 00:27:59

اسلام. التركيز على التأكيد على عدم الغفلة. وعلى عدم نسيان الجوانب المعنوية الناس ما يحتاج انك تذكرهم انه ترى من مصادر السعادة المصادر المادية والدينوية هم اصلا شغالين في هذا لكن تحتاج ان تذكرهم بأنه ترى في - 00:28:14

مصادر اخرى مهمة جدا للسعادة وهي السعادة الدينية وانسانية وان القدرة على الجمع بين الثنائيات التي تكررها كثيرا حنا ودعاء الجمع بين السعادة المادية والسعادة المعنوية دع الجمع بين السعادة الدين وسعادة الدنيا. ربنا اتنى في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة - 00:28:31

شوف مثلا الحضارة الرومانية مثلا كل الذي يتصور في في ذهنك عنها من من قراءتك في الكتب او او مشاهدتك للصور او الافلام الوثائقية عن الحضارة الرومانية ظهرت الانسان المادي المتكبر المتغطرس - 00:28:52

المنهمك في الدنيا الذي يرى ان الدنيا هي كل شي المعمار الهندسي الضخم انظر مثلا اذا كان ما تبقى من كنائسهم القديمة الظخمة العلاقة قارنها مثلا بمساجد المسلمين كيف هي في بساطتها - 00:29:14

فهذا هذا هو المفهوم قضية يعني قال انه انه الدنيا نعم حنا نحن تقاوتنا ثقافة الجمع بين الثنائيات بين الدنيا والدين لا نبالغ في الدنيا ونغفل عن الآخرة ولا نبالغ في الدين والآخرة ونسى حظنا من الدنيا - 00:29:36

بل نجمع بين الامرين وهذا يجر الى كلام عن قاعدة مهمة جدا وهي ان السعادة فيها فيها عن انواع السعادة. انه السعادة فيها نوع رديء وفيها نوع جيد او فيها نوع رديء وفيها نوع فاخر - 00:29:55

انا كنت تكلمت قبل فترة عن علم نفس الكافيـهـات علم نفس الكافيـهـات النوع الرديء من السعادة اللي هو سعادته في الجانب المادي البهرجي من الدنيا وكافيـهـات ومطاعم واسواق وسفر وسياحة - 00:30:11

ولو واكشن والى اخره طيب طيب وبعدين وبعدين وهو يغذى هذا الجزء من هذا الشق من السعادة لكنه لكن الشق الاخر من السعادة ظامر ويابس وذايل ايه هو اخذ اخذ السعادة يمكن لو تسأل وانا مبسوط ايه بس انت اخذت النوع الرديء من السعادة - 00:30:30

ما اخذت النوع الفاخر ولا ولا نوعـتـ في السعادة طبعـاـ اذا اذا قلنا انه السعادة رديـةـ وفاخرـةـ هذا لا يعني انه الاخذ من من من السعادة المادية ممنوع هذا ويكرر كثيرا - 00:30:53

لكن نقصد الاقتصار عليه. والمبالغـةـ فيه واعتقادـهـ انه هو هو الاسـاسـ واهـمـالـ اهمـالـ المعـانـيـ الـاخـرـيـ من السـعادـةـ وـشـ المشـكـلةـ؟ـ ما المشـكـلةـ في السـعادـةـ الرـديـةـ السـيـئـةـ المشـكـلةـ كلـ الفـلاـسـفـةـ كلـ القـدـيمـ تـكـلـمـواـ عنـ هـذـاـ الاـشـكـالـ انه - 00:31:06

انـهـ تـجـعـلـكـ مـتـعـباـ مـنـهـاـ فـيـ مـطـارـدـتهاـ لـانـهـ خـارـجـيـةـ لـيـسـ دـاخـلـيـةـ وـلـاـ تـشـبـعـ مـنـهـاـ وـتـدـمـنـ عـلـيـهـاـ وـلـاـ بـدـ منـ جـرـأـةـ مـسـتـمـرـةـ دائـمـةـ دـائـمـةـ وـمـتـزـاـيدـةـ وـمـتـزـاـيدـةـ وـلـيـسـ دـوـمـةـ مـتـحـصـلـةـ وـاـذـاـ فـقـدـتـهاـ تـكـدرـ مـزـاجـكـ - 00:31:28

وـهـيـ سـعادـةـ جـسـديـةـ مـادـيـةـ لـاـ تـغـذـيـ الروـحـ لـاـ تـغـذـيـ شـقـ الاـخـرـ وـلـاـ تـرـقـيـ بـنـفـسـكـ وـلـاـ تـهـذـبـ طـبـعـكـ تـصـبـحـ تـصـبـحـ اـنـتـ اـنـسـانـاـ كالـالـلـةـ الفـرـامـةـ تـأـكـلـ وـلـاـ تـشـبـعـ تـصـبـحـ السـعـادـةـ فـيـ حـدـ ذاتـهاـ مـصـدـراـ لـعـدـمـ السـعـادـةـ - 00:31:49

تصـبـحـ السـعـادـةـ مـصـدـراـ لـلـتـعـاسـةـ هـادـاـ هوـ الـلـيـ فـسـرـ لـيـشـ ؟ـ مـثـلاـ بـعـضـ المـشاـهـيرـ فـيـ الغـربـ وـصـلـ الـىـ قـمـةـ السـعـادـةـ كـمـ يـعـبـرـونـ.ـ ثـمـ اـنـتـ حـرـرـ مـثـلاـ.ـ وـشـ الـلـيـ صـارـ بـالـضـبـطـ اوـ اوـ قـتـلـ نـفـسـهـ اوـ 00:32:08

هوـ الـلـيـ صـارـ اـنـهـ هوـ هوـ يـغـذـيـ هـذـاـ الشـقـ منـ السـعـادـةـ المـادـيـةـ وـيـشـبـعـهاـ وـيـشـبـعـهاـ وـلـاـ تـشـبـعـ وـلـاـ تـشـبـعـ.ـ بـيـنـماـ هـذـاـ الجـزـءـ الـاخـرـ مـنـ مـنـ مـاـهـيـتـهـ اـنـسـانـاـ - 00:32:22

ذاـبـرـ وـضـامـرـ وـيـدـخـلـ فيـ هـذـاـ ايـضاـ ماـ يـمـكـنـ تـسـمـيـتـهـ بـعـلمـ نـفـسـ الـانـفـعـالـاتـ حـصـرـ السـعـادـةـ وـقـصـرـهاـ عـلـىـ نـوـعـ مـحـدـدـ مـنـ الـاحـوالـ النـفـسـيـةـ الـذـيـ يـسـمـيـ فـيـ هـذـاـ فـيـ هـذـاـ الزـمـنـ الـمشـاعـرـ اوـ الـانـفـعـالـاتـ - 00:32:38

تدوسـ عـلـيـهـ مـنـ نـفـسـ الـمـعـاصـيـ ليـهـ الـمـشـاعـرـ الـهـائـجـةـ هـذـيـ الـاعـتـكـارـ الـبـلـخـيـ يـسـمـيـهاـ الـعـوـارـضـ الـنـفـسـيـةـ الـاقـرـبـ الـجـسـدـ كـانـواـ الـاطـبـاءـ

متقدمون يصنفونها هكذا يعني وهي التي يهتم بها الاطباء عادة يهتم بها الاطباء عادة - [00:32:54](#)

من خلال هذه المحددات نستطيع ان نقول ان السعادة التعريف المقترن هي احوال نفسية داخلية طيبة ذات مصادر متعددة وانواع [00:33:13](#) وصور متعددة اذا اردنا ان نعرف النوع الفاخر من السعادة - [00:33:13](#)

نقول هي حالة داخلية مستدامة طيبة متعددة المصادر الجيدة المتوازنة او نقول ان السعادة هي هي محصلة مجموع مختلف [00:33:31](#) الاحوال الداخلية اذا اردنا نعطي تعريفا اجرائيا يميز الفرق بين السعيد وغير السعيد انه هي محصن مجموع - [00:33:31](#)

مختلف الاحوال الداخلية فاما ايها يكون اقل لاحظ انا هنا استخدمت لفظة الاحوال النفسية ولم استخدم استخدم استعمل لفظ المشاعر ليش ؟ لانه نؤمن نحن في علم النفس الاسلامي انه الاحوال النفسية الداخلية ليست محصورة فقط في هذه [00:33:58](#) المشاعر - [00:33:58](#)

التي او هذه الانفعالات التي تدرس في في كتب علم النفس وهذا مهم جدا لمعرفة اصلا مفهوم يعني مفهوم النظرية النفسية الشاملة [00:34:21](#) وعلم النفس الاسلامي في قضايا كثيرة جدا الاحوال النفسية الداخلية هذى انواع كثيرة منها ايماني منها انساني - [00:34:21](#) منها امر مرتبط اللذات العقلية ومنهم امر مرتبط المشاعر الایمانية والاحوال او اعمال القلوب او احوال الاحوال النفسية الایمانية هذى [00:34:40](#) وبين هذى اين تضعها هذه ليس لها ذكر اصلا في علم النفس الغربي - [00:34:40](#)

لكن نحن في علمنا في الاسلام جعلنا لها بابا كاملا نتكلم عنه وانواعها ودرجاتها والسكنينة والرضا هناك احوال نفسية كثيرة مهملة آآ لكن باذن الله نحن سنعيد الحياة الهواء سنركز نركز عليها - [00:34:57](#)

لاحظ انه قلنا هنا في التعريف الاخير هذا هي محصل مجموع كامل ما يحصل في الداخل يعني ايها نقطة مهمة هذى لانها تعنى ايضا انه وجود السعادة لا يمنع من وجود قدر من المعاناة - [00:35:19](#)

او وجود قدر من المشاعر السلبية لان العبرة هي بالمجموع عبرة بالمجموع النهائي فلا ينظر وجود بعض المنغصات والمكدرات بل لا [00:35:34](#) ينظر وجود شيء من يعني الحزن فالعبرة هو بمتوسط الحالة الداخلية او محصلة مجموع - [00:35:34](#) الحالة الداخلية وفي المنظور الاسلامي ايضا يمكن يقال ان السعادة نوعان سعادة ناضجة وسعادة متعددة السعادة الناظبة هي السعادة التي يزول مفعولها واثرها بزوال مصدرها فتحتاج باستمرار للتعرض للمصدر لتحقيق السعادة. فعمرها وقتها ولحظي - [00:35:51](#)

وتختفي مع بمجرد زوال المصدر يختفي الاثر. وهذا خارجي وهي تفقد قدرتها مع الزمن وآآ احيانا احيانا يمل الانسان منها احيانا [00:36:14](#) يطلب المزيد واحيانا يصل الانسان الى مرحلة الاشباع يعني شيء شيء يشبه يشبه الادمان - [00:36:14](#)

وهذا المعنى ترى متكلم فيه من ايام الثقافات الوثنية لانه امر مدرك يعني لا يحتاج الى الى كبير الى ذكاء لفهمه وادراته [00:36:39](#) والنوع الثاني السعادة المتعددة تدوم فترة اطول - [00:36:39](#)

لا تفقد قدرتها على التأثير مع الزمن ولا ترتبط بعامل خارجي وهي السعادة التي يمكن تحصيلها من مصادر متعددة بسيطة ميسرة بدون تكلفة وهذى ان شاء الله بيجهيزها بعد شوية بتتكلم عن قواعد اصلا يعني كيف تحصل السعادة المادية النوع الفاخر من السعادة [00:36:55](#) المادية حتى يعني - [00:36:55](#)

يمكن يقال ايضا ان السعادة ايضا نوعان نوع اه سطحي دنيوي جسدي وهو اغلب ما يتكلم الناس عنه ونوع لا يعني عميق ومعنى [00:37:17](#) وهو ضروري وان كان كثير من الناس وان كان كثير من الناس - [00:37:17](#)

يفعل عنه يعني لعل هذا يكون مفيدا ان شاء الله على طاري المصدر اللي لا ينضب اه الداخلي للسعادة في سؤال هنا عن العلاقة ما [00:37:34](#) بين معرفة النفس والسعادة هل بينهما علاقة طردية ولا ما بينهم علاقة - [00:37:34](#)

الا يعني الا معرفة النفس عموما في علم النفس الاسلامي معرفتك بنفسك وصدقك مع نفسك احد احد القضايا الاساسية في علم [00:37:51](#) النفس والاسلام معرفتك بنفسك وصدقك مع نفسك تساعدك في تحقيق السعادة الصحيحة في اختيار الطريقة الصحيحة - [00:37:51](#)

يعني مثلاً ما معنى مفهوم الغفلة الغفلة مفهوم يدل على ان الانسان يكون متخدًا طريقة سائرا فيها فترة طويلة من الزمن هذه الطريق خطأ او ليس هي الافضل ويكون سيرا فيها فترة طويلة من الزمن ولا ينتبه - [00:38:16](#)

بمعنى الغفلة تبي تتعلق بالسعادة ممكناً ان الانسان يكون يمشي فترة طويلة ويتجدد بمصادر معينة من السعادة وهو يظن انها سعادة لكن النوع الرديء من السعادة او يأخذ الجوانب من السعادة ويغفل جوانب اخرى من السعادة - [00:38:36](#)

او على العكس ربما يكون الانسان اصلاً يعني معرضاً عن كل ما يجعل له السعادة ومعده عن الدنيا اعراضًا ليس محموداً ارضًا مذموماً ولا ينتبه لذلك. تعرف بعض الناس قد يكون وحداني منعزل منقبض بعيد عن الناس ما يشارك - [00:38:53](#)

ها فيكون هذا بعيد عن السعادة وهو الا ينتبه لذلك ولذلك كلما كان الانسان ابصر بنفسه البصيرة بالنفس هذا احد المصطلحات الأساسية في علم النفس الاسلامي وباذننا نحن سنخصص حلقة كاملة ان شاء الله عن - [00:39:10](#)

يعني كيف تعرف نفسك وكيف تصل اليها وكيف يعني تعرف مداخلها ومخارجها وتعرف ما الذي تحبه وما لا وتكرهه الى اخره وهذا يساعدك في انك تصل الى السعادة الصحيحة جميل. مر علينا دكتور لفظ المتعة ولفظ السعادة - [00:39:27](#)

وش الفرق بينهم اي نعم السؤال هذا يتكرر كثيراً يعني الفرق ما بين المتعة والسعادة يعني باختصار فيه قوله في قوله في المسألة اما اننا نوسع اما ان نوسع مفهوم السعادة او نوسع مفهوم المتعة - [00:39:45](#)

غالبية الناس اه يوسعون مفهوم السعادة اه فتصبح السعادة اوسع من من المتعة وتكون المتعة هي المتع المتع اللذات المادية المؤقتة وان السعادة اوسع من ذلك ولذلك يقولون مثلاً الكفار غير سعداء لأنهم هم مستمتعين لكنهم غير سعداء - [00:40:05](#)

لكن ترى كثير من علماء الاسلام على العكس يوسعون معنى المتعة لأن هذا هو المعنى القرآني الوارد يوسعون معنى المتعة فيقولون هناك متع مادية وهناك متع معنوية هناك متع يعني ابن تيمية نفسه كان يتكلم عن لما كان ينقد نظرية اللذة والالم المعروفة عند الفلسفه كان يقول - [00:40:31](#)

انه الافضل هو ان نوسع هو اقتراحين مهمين جداً اول ان نوسع مفهوم المتعة واللذة بحيث تكون اللذة آآ اللذات انواع لذات دينية ولذات دنيوية محمرة ولذات مباحة ولذات جيدة ولذات غير جيدة. والمعنى الثاني اظافه ابن تيمية ايضاً مفهوم الزمن - [00:40:52](#)

انه اللذات المؤجلة افضل وافخر من اللذات الحاضرة واضاف معنى ثالث وهو الداخل في المعنى الثاني انه اللذات التي تكون في الزمن البعيد او الزمن الاخرة هي اعظم اللذات الناس طبعاً غالباً تجد السعادة مفهومها اوسع والمتعة يعني هي هي اللذة لكن دائماً النقاشات العميقه غالباً - [00:41:13](#)

في احيان كثيرة تكون خلاف ما يعنى يعني يظن الناس يقدرون خاصة انه كما ذكرنا مفهوم المتعة هو هو مفهوم القرآني اصلاً لما نتكلم عنه نحن بانه هو السعادة هو الذي يسميه القرآن المتعة والمتاع والاستمتاع - [00:41:41](#)

يمين وهذا عكس الشائع ان المتعة مدمومة هون. عكس الشاعر. اه طيب في اللي يقول هنا برضو انه السعادة تراها قرار يعني. تتخذها وتلقها تنتهي الموضوع وتسعة لا وفيه اللي يقول لا انه ترى سعيك وركذك وراها - [00:41:58](#)

سيفقدك ايها اه وش النظر لمثل هذى النقاشات كانه قريب هو من سؤال اه هل السعادة مطلب او او غير مطلب؟ هي كأنها في نفس المعنى انه يعني كلمة قرار هذى من المصطلحات الجديدة طبعاً يعني - [00:42:14](#)

قد لا تكون دقيقة جداً او انه هل الانسان يسعى للسعادة فيحصلها او لا هي جزء من القضاء والقدر قد يسعى الانسان للسعادة فيحصلها وقد يحرمنها ونحن نعرف احصائياناً وواقعياً الذي نشاهده امامنا ليس كل الناس سعداء بكل تعريف السعادة يعني - [00:42:32](#)

بكل معنى السعادة قد لا يكون في انسان لم يحصل اي نوع من انواع السعادة ونجد انسان امامنا قد يكون قد يكون فيما نرى نحن في الظاهر انه غير سعيد فقير ومربيض وتعبان ومشاكله كثيرة لكنه في - [00:42:53](#)

يكون سعيداً وقد نشاهد اشخاص فيما يظهر لنا انهم سعداء ومبسوطين لكنه في الداخل غير سعيد هذا هو اللي يؤكّد ان المنظور الاسلامي في مفهوم السعادة انه اوسع المنظورات وافضلها لانه يعطي رحابة واسعة لفهم الظاهرة النفسية بشكل افضل - [00:43:08](#)

جميل. لما ذكرنا ان في القرآن ما فيه حديث عن السعادة الا في الآخرة اه جاء ذكر الحياة الطيبة فقلت بنتكلم عنها بعد شوي اه مفهوم الحياة الطيبة في القرآن وفي المقابل. اه ومن اعرض عن ذكري فان له معيشة ضنك. يعني هذي كيف نفهمها؟ اي نعم يعني -

00:43:29

مفهوم الحياة الطيبة ومفهوم المعيشة الظنك الطريقة العلمية الصحيحة ان نرجع الى ما ذكر المفسرون ما نألف شوف ماذا قال المفسرون ونجمع كلام المفسرين نحو نرتبه فجمعنا كلام المفسرين في الحياة الطيبة ماذا قالوا؟ رحهم الله -

00:43:49

فوجدنا انكم تكلموا كلام جميل جدا صراحة في معنى الحياة الطيبة وان الحياة الطيبة يعني هي اوسع حتى من من مفهوم السعادة المادية او مفهوم المعنى الظيق من السعادة كأن الحياة الطيبة هي المرادف للمعنى الافضل للسعادة او المعنى الصحيح الموسع للسعادة -

00:44:09

ذكرناه ذكرناه قبل قليل فالحياة قد تكون طيبة ولو كان اصحابها فقراء او لديهم معاناة او امراض سواء امراض جسدية او نفسية الحياة الطيبة الكاملة لا تكون الا في الآخرة -

00:44:34

ومن كلام المفسرين ان الحياة الطيبة في الدنيا تشمل خيرات الدنيا ووجوه الراحة من اي جهة كانت وفي الحياة اشياء كثيرة غير المال تطيب بها الحياة حتى ولو كانت في حدود الكفاية -

00:44:53

الحياة الطيبة في الاتصال بالله والثقة به والاطمئنان والاطمئنان اليه سبحانه وتعالى الحياة الطيبة في حلاوة الطاعة. الحياة الطيبة في الصحة والعافية الحياة الطيبة في الرضا بالقضاء والرضا بالبركة والقناعة -

00:45:10

الحياة الطيبة في هدوء القلب والطمأنينة والسكنينة حياته الطيبة في سكن البيوت والمودات التي تكون بين الناس الحياة الطيبة قد تكون هي الرزق الحلال الطيب ولو كان قليلا ولو كان قليلا -

00:45:26

اه الحياة الطيبة هي هي في الدين وفي اه في الاسلام وفي العلاقة مع الله سبحانه وتعالى قال صلى الله عليه وسلم قد افلح من اسلم ورزق كفافا. وقنعه الله بما اتااه -

00:45:45

النبي صلى الله عليه وسلم هنا الان يتكلم عن الفقراء تكلم عن سعادة الفقراء رزق كفافا هذا الفقراء. يعني اوساط الناس. اللي هو يعني اقل من الوسط بقليل لكنه رزق امرin -

00:46:05

مسلم وقانع راضي فصار فقره هذا او رزقه الكفاف رزق الكفاف لا يعتبر فقير يعني هو فوق حد الفقر لكنه اقام المتوسط لكنه جمع بين الاسلام وبين القناعة والرضا والتسليم -

00:46:22

فقال صلى الله عليه وسلم قد افلح هذا هو الفلاح اذا الحياة الطيبة هي مفهوم اسلامي جميل جدا. يدل على معاني موسعة اه تساعد على فهم اصلا معنى السعادة انه هي هي مرادفة للمعنى الصحيح الموسع من السعادة -

00:46:40

اما المعيشة الضنك اه وفيها قولان مشهوران عند المفسرين بحسب ما وجدنا في كتب التفسير انه اما انها في الدنيا او انها في الآخرة غالبية كلام المفسرين على ان المعيشة الضنكية في الآخرة -

00:47:00

اما في عذاب القبر او في في جهنم لكن ايضا جاء ان المعيشة الظنك تكون في الدنيا ثم المفسرون الذين قالوا ان المعيشة ضنك في الدنيا قالوا ائمة انها تكون -

00:47:17

المعيشة الظنك بالاعراض عن الله والبعد عنه والتتعلق والمكاسب الحرام انا لاحظت في في قراءتي في تفاسير الحياة الطيبة وللمعيشة الضنك تركيز المفسرين على قضية الرزق الحلال ويكررون كثيرا ان الرزق الحلال هو -

00:47:30

ومصدر للسعادة ويجلب السعادة والبركة والقناعة والرضا يتكلمون عن المكاسب الحرام بانها تجلب التعasse وهذا مفهوم اسلامي عميق جدا يعني يمكن يحتاج نجلس عليه جلسة كذا ونحاول نحلله ونفهم كيف ربط هذا بهذا -

00:47:50

ايضا المعيشة الظنك الركظ خلف الدنيا او يكون المعيشة ضنك هي الضنك بمعنى فقد الطمأنينة وانشراح الصدر والقلق والهموم فهو ليس تشخيصا طبيا ما هو وصف وصف عام عن ان الانسان غير يعني يعيش يعيش معيشة ضنك -

00:48:10

هذا هو ما يتعلق بالحياة الطيبة والمعيشة الظنك جميل طب في الجهة المقابلة اعلن النفس الغربي اه كيف يقدم لنا السعادة لا هو علم

النفس الغربي جلس يمكن اكثر من مئة سنة محفوظ السعادة. شف علما النفس الغريب حذف اشياء كثيرة. حذف الدين طبعا -

00:48:30

حدث الاخلاق حدث السعادة هدف كثير من الصفات النفسية لاعتبارات مرتبطة اللي هو الاطار الكلي الغربي اللي هو مرتبطة بالفلسفة المادية تتعامل مع الانسان باعتباره كائن عضوي متتطور من كائنات اخرى سبقته او ويتميز عنها فقط بأنه اذكي والى اخره. فلذلك السعادة بقيت محفوظة اكتر - 00:48:49

مئة سنة وهذا يعني له اعتباراته التاريخية والمعروف طبعا و ثم بدأت حركات تصحيح داخل الثقافة الغربية انه لا يعني هناك مشكلة وانه يجب ان نرجع الى ما كان الناس عليه سابقا وانه نحن اخطأنا في ابعاد السعادة - 00:49:11
وظهر ما يسمى بعلم النفس الايجابي لكن طبعا على طريقة الغربيين يعني اظهروه وكأنه اكتشاف جديد كأنه اوه هذا علم جديد مع انه هذا يعني هو الاصل يعني هو هو خطأ حذف - 00:49:32

الآن يصحون بالرجوع اليه. فيظهورون انه كأنهم اكتشفوا شيئا جديدا يعني هو علم النفس الايجابي فيه كلام كثير لكن باختصار هو يمثل حل غربي لمشكلة غربية نحن لا على لا علاقة لنا بها - 00:49:44

غالبا عنده مشكلة اخطأوا في في في فترة طويلة من الزمن ثم بدأوا يصحون لكن نحن اصلا ما عندنا ليس عندنا هذه المشكلة اصلا يعني ليست موجودة بحيث اننا نقول اوه نحتاج الى علم جديدي - 00:50:01
يصح ثم ايضا هم بينهم ارتكبوا كثير في المصطلحات علم النفس الايجابي اكبر مشكلة فيه انه ارتكب المصطلحات السعادة او العافية او هم هم لما جاءوا يعني كانوا يتكلمون عن السعادة - 00:50:16

بعدين قالوا لا الهينوس ما تصلح اختار مصطلح ثاني نختاره والبينج فلما اختار ويلي بينج العرب المعاصرین تورطوا في الترجمة كيف يترجمونها؟ لا هي في هذا السياق هي تعني السعادة - 00:50:34
لكن هم هم الغربيين ارادوا ان يهربوا من السعادة لاعتبارات مرتبطة بالسيكومتری غالبا يعني اللي هو بالمقاييس بالمقاييس النفسية القياس النفسي غالبا من القياس النفسي والا لأنهم يظنون ان او العافية او ترجمت الترجمات كثيرة او الرفاه او الى اخره - 00:50:46

ترجمات كثيرة وانا عندي قاعدة المصطلح اللي يختلف العرب في ترجمته يجب ان تراجعه مليون مرة تتأكد اصلا هو مش ما هي سلسلته التاريخية وكيف نشأ اللي يسمونه الجذور كيف نشأوا - 00:51:06

وتكتشف في نياتي ان هو مصطلح هو نفسه السعادة لكنه يعني هربا من مفهوم السعادة لان مفهوم السعادة مرتبط عند العلم النفسي الغربي انه مفهوم فلوفي وغير قابل للقياس والى اخره وهم لا يحبون مثل هذه المعاني - 00:51:20
غالب تقارير السعادة العالمية تقرير السعادة العالمي رقم كذا السعادة رقم كذا يستند الى ماذا بالجهد المادي. ايوا يسند الى عمجموعة عوامل هي يسمونها جودة الحياة او عندهم ست عوامل غالبا نصيب الفرد في الناتج المحلي الاجمالي - 00:51:35
متوسط العمر الحرية السياسية او سخاء الدولة مع المواطنين الدعم الاجتماعي وغياب الفساد في الحكومات والاعمال وغالبية مقاييس السعادة تقيس هذه هذه المقاييس هذه العوامل الا يذكرك هذا بشيء بالاصناف ذكرناها قبل قليل - 00:51:54

ما يتعلق بالدنيا انه الحياة الدنيا الجيدة حياة الدنيا الجيدة واحيانا يسمون هذا هم الرضا عن الحياة لا هو هو ليس الرضا عن الحياة هو هو مقدار تقييمك او او جودة الجزء المادي من الحياة - 00:52:12

بينما الرضا في الاسلام مختلف عن هذا طبعا كما كما كما شرحناهم الكلام في علم النفس الغربي يعني و موقفه من السعادة يعني يطول مثلا هناك كتاب مشهور اكسفورد او او كتاب اكسفورد في السعادة اظننه الف و زواية من الصفحات - 00:52:33

وأجتماع فيه يعني كبار المتخصصين في مواضيع السعادة وعلم النفس الايجابي والى اخره طيب خلاصة الالف صفحة ذي ما هي؟ هل اتوا هل حققوا اختراقات نوعية جديدة يعني؟ اضافوا معرفة بشرية جديدة فيما يتعلق بالسعادة هم اضافوا صفحات - 00:52:56

صحيح. لكن اظافوا اختراقات نوعية في السعادة ما اظافوا نفس الكلام القديم خلاصة كلامهم في تعريف السعادة ان السعادة هي الحياة الجيدة الفاخرة الفارهة الرفاعي المسكن والملابس والمركب والهواء والبيئة والظروف الاقتصادية والفنون والموسيقى واللام الغنية والظروف السياسية والديمقراطية برقم واحد - [00:53:15](#)

رقم اثنين الصحة الجسدية الخالية والنفسية الخالية من الامراض والانسان النشيط الحيوي الذكي المتعلم. ثلاثة المواطن الصالح بالمفهوم الغربي للمواطن الصالح والاب الصالح والام الصالحة والصديق الجيد والموظف الملائم رقم اربعة الحالة المزاجية والنفسية الايجابية - [00:53:39](#)

آآ اللي هو التقييم الايجابي لحياتك طيب طيب هل هذا التعريف اللي خرجت به كتاب الف صفحة؟ هل هو يعني يعبر عن المنظور الاسلامي للسعادة يعبر اصلا عن المنظور الاسلامي للحياة والدنيا - [00:54:02](#)

هذا الذي نقوله نحن نقول انه لا يمكن ان يوجد علم نفس منعزل ومستقل عن الثقافة التي نشأ فيها عن بلد المنشأ وهذا الذي نؤكد عليه انه من المهم جدا - [00:54:20](#)

ان ان كل ثقافة تطرح رؤيتها تقدمي ما عندك خاصة الحضارات القوية يعني زي الحضارة الاسلامية ليست حضارة هامشية بحسب انه والله ما عندها شيء اصلا الحضارة الاسلامية تقدمه تقدمه للبشرية - [00:54:33](#)

في مقابل اه اسياط السعادة المادية او ذكرت السعادة المعنوية هنا يجي سؤال للمليون حق الحلقة اللي هو طب كيف نحقق هذي السعادة المعنوية عند كل حلقة عندك سؤال مليون؟ اي دايما سؤال كيف هو سؤال المليون؟ ايوا لا اجل بس عندك سؤالين مليون باقي السعادة المادية كيف نتحققها ايضا؟ فيصير عندك سؤالين مليون طيب ايوا نعم - [00:54:48](#)

السعادة المعنوية الداخلية كيف اتحققها؟ كيف احصلها؟ احنا قلنا انه التعريف الصحيح للسعادة بالمفهوم الاسلامي هي السعادة الموسعة ومتعددة واحد الجواب هذا هو الجوانب المعنوية. طيب ايش الجوانب المعنوية هذى - [00:55:12](#)

اولا قبل ان نبدأ يجب ان نؤكد انه كلمة معنوية لا تعني وكرناه كثيرا في هذا اللقاء. لا تعني المشاعر والانفعالات المعتادة مثل الفرح والحزن والاكتئاب والقلق لا لا هناك انواع اخرى كثيرة من الاحوال النفسية الداخلية والظواهر النفسية التي اهتم انها - [00:55:28](#)

بدراستها مثل راحة البال والطمأنينة السكينة يعني وهذا النوع من الاحوال جدير بان يدرس وان يفصل وان توضع له تعریفات ومقاييس واضحة ماذا نقصد بالسعادة المعنوية الداخلية؟ هي السعادة الرضا النفسي السكينة الداخلية الصفاء الطمأنينة القلبية - [00:55:45](#)

يمكن يمكن كلمة السكينة يمكن انها تجمع يعني تلخص جزء كبير من من هذا الامر لكن السكينة هي احد احد صور السعادة المعنوية والا فان السعادة المعنوية انواع - [00:56:08](#)

او الاسباب الجاري من السعادة المعنوية انواع. اولا الایمان الجانب الديني متقدمين عندهم عبارة لطيفة يقولون الجنة المعجلة ان في الدنيا جنة من لم يدخلها لا يدخل جنة الاخرة هي الجنة المعجلة في الدنيا يقصدون فيها هذا هو - [00:56:27](#)

الحياة الایمانية والروحانية والعلاقة مع الله والتصورات العليا واليقين من من والسلامة من الحيرة والشكوك والرضا والتسليم كل ما يدخل في السعادة الایمانية وما وما يلحق بها. النوع الثاني السعادة المعنوية النفسية - [00:56:50](#)

وهي جزء كبير مما تكلمنا عنه في الحلقة الماضية الرضا والصبر سكينة القلب وصفاء الذهن ومحاضرة الرضا مهمة جدا او حلقة الرضا السابقة والصبر مهمة جدا تشرح جزء من هذا المعنى - [00:57:12](#)

نوع اخر ايضا من السعادة المعنوية اللي هي السعادة الانسانية الاخلاقية فعل البر والخير والنفع العام للناس وان تلاحظ في ناس هذا جزء من الصدق مع النفس. في ناس مثلا يجد نفسه مثلا في اعمال البر والاغاثة. ويجد سعادته هناك. يقول والله فلان وجد سعادته هناك - [00:57:31](#)

هو وجد هذا النوع من السعادة لكن هذه يجب ان لا تقتصر فقط على المشتغلين في الاعمال الاغاثية يجب ان يكون كل واحد منا عنده هذا القدر من السعادة المعنوية انسانية والجلوس مع الاهل وينوع ايضا في السعادة الانسانية هذى الاجتماعية. ما تكون فقط

الجلسات مع الزملا والاصدقاء لا تكون بر الوالدين اللي هي الجوانب اللي فيها الفعل الالهي المحس الممارسة الاخلاقية المحسنة وهذا يأتي المعنى الرابع اللي هو اللي هو الاله والفضائل - 00:58:09

سعادة الاله والفضائل انه هل هناك سعادة تنشأ من الالتزام الالهي او لا الصدق مثلا العدل الامانة التزامك بالمبادئ الاخلاقية. هل هي تورث لديك حالة نفسية مرتبطة بهذا المعنى طبعا - 00:58:25

طبعا وهذا هو احد احد المعاني احد المعاني النفسية من السعادة المعنوية تتكرر كثيرا في كل الثقافات ومن ضمن الثقافة الاسلامية البساطة في الدنيا بحد ذاتها وان كانت هي - 00:58:43

اخذا للسعادة المادية لكن تأخذها بطريقة تجعلها معنوية يمكن هذى ناجلها شوي نشرحها لما نتكلم عن لما يجي بعد شوي نتكلم عن السعادة المادية. اذا اضافه الجوانب المعنوية الانسانية نية - 00:59:00

للمصادر المادية للسعادة يجعل هذا المزج وهذا الخليط بين السعادة المادية والمعنوية يجعله افضل يجعله فاخرة يعني يمكن هذا يعني يشرح جزء من مما يتعلق السعادة المعنوية وانواعها ودرجاتها جميل حديثكم عن علاقة السعادة بالفضائل والاخلاق ذكر بكتاب - 00:59:16

مجتمع الاحتراق النفسي ترجم اتوقع في السنين الاخيرة اه لما مر على نظرية فوكو ثم نقضها ثم اه حنا رنت ونقظها ثم اه مر بشكل عاجل على المفهوم اللي طرح حول السعادة المقابلة للاحتراق النفسي - 00:59:41

اه ذكر انها اه توجد في الخطوط للواجب. هذا شي يعني بخلاف الطرح اللي يعني متوقع يقرأ في كتاب مترجم يعني مهم بالفلسفة آآ طيب دكتور آآ لما ذكرته في البداية انه - 00:59:58

اه قد يكون المتدينين سعيد وغير سعيد وقد يكون غير متدين بل غير المسلم قد يكون سعيد او قد يكون غير سعيد. هل هذا ينفي وجود اي صلة ما بين التدين - 01:00:16

سعادة آآ علاقة المؤمن بالغاية بالله هل هذا لا يؤثر هذا احد الاطياء التي يقع فيها كثير من دارسي علم النفس حينما يجدون انه المتدين قد يكون سعيدا وقد يكون غير سعيد غير سعيد - 01:00:26

ويجدون غير المتدين او غير المؤمن حتى الكافر يجدونه سعيدا او غير سعيد فيقولون اذا الدين ليس له علاقة لكن هذا خطأ الدين له علاقة لكن لكنه ليس هو الوحيـد - 01:00:45

انتصار الدين هو له علاقة بالسعادة لكن ليس هو العامل الوحـيد بمعنى ان الدين احد المصادر التي تمنحك السعادة لكنه لا يضمن لك السعادة المطلقة الكاملة اذا انتفت الاسباب الاخرى اذا ذكرنا ان السعادة هي من الاسباب الدنيوية التي تتحقق بوجود شروطها - 01:00:58

وبذل الاسباب لها ولذلك اذا انت يعني تتكلم عن السعادة الجيدة الفاخرة بحسب المنظور نفسه الاسلامي السعادة الجيدة الفاخرة المكتملة الشاملة المستدامـة لا تكون الا للمتدينين يعني المتدين عنده فرص اضافية غير موجودة لغير المتدين - 01:01:19
المؤمن لديه فرص غير موجودة للكافر غير المؤمن وهي الجوانب الدينية وكل ما يتبع الجوانب الدينية حتى الاخلاقية لأن لأن المتدين التزامه بالجانب الالهي آآ الدين يساعدـه على التزام الجانب الالهي اكـثر - 01:01:43

لكن انت تتكلم عن السعادة بمفهومها العام طبعـا. من كان يريد العاجلة من كان يريد العاجلة عجلـنا له فيها ما نشاء لمن نريد لاحظ قال ما نشاء لمن نريد يعني ايضا حتى سعادة الكافـر - 01:02:00

هي مرتبـة بالاسباب ببذل الاسباب ان حصلـها وقدر الله له ذلك حصلـها حصلـ السعادة ما اراد الله لذلك او هو قصـده في الاسباب ما يحصلـها هذا هو معنى معنى ما نشاء لمن نريد - 01:02:16

لكن السعادة التي يحصلـها غير المؤمن بمحاسبـ المنظور النفسي اسلامـا سعادة رديـة لأنـها مرتبـة بالجسد فقط سعادة آآ ناقـصة جزئـية وناقـصة وردـية لأنـ ليس فيها تنوع وليس فيها الجانب الدينـي وهي سعادـة مشروـطة - 01:02:33

لأنها مرتبطة بمصدر خارجي وهي اهم من ذلك كله سعادة لا تنفعه في الآخرة الدين مفید نفسياً قطعاً قطعاً
مفید نفسياً لكن العلاقة ليست خطية مباشرة - [01:02:55](#)

فورية يعني مثلاً واحد يريد أن يشعر بالسعادة فيروح يصل إلى يشعر بالسعادة. لا هو أصلاً واعبد ربك حتى يأتيك اليقين مفهوم
المداومة والاستمرار والترقي والتدرج وحصول حصول المكافئات الدنيوية أو المادية من الدين مطلوبة - [01:03:18](#)

ارحنا بها يا بلال ويطلب الراحة لكن مع ذلك هذا لا يحصل من أول صلاة أو ثاني صلاة إنما يحصل مع مداومة الصلوات ومداومة
العبادة ومداومة حسب الأحصائيات على العالم كله المتدينون من كل ثقافة - [01:03:41](#)

أقل اصابة بالمشكلات الدينية من غير متدينين مشكلات نفسية أقل اصابة بين المشكلات النفسية من غير متدينين. أنا ماذا قلت؟ أه
مشكلات الدينية لا لا أقل اصابة بالمشكلات النفسية من غير من غير المتدينين - [01:03:59](#)

وهذا في كل الثقافات في الإسلامية في النصرانية وهذا واضح ومفهوم لأن الدين يعني عقلاً مفهوم لأن الدين يعطيه فرص إضافية لا
يمنحها لا يجدها أه في في في غير الدين - [01:04:16](#)

والدين ضروري جداً لتحصيل النوع الجيد الفاخر المتنوع المتعدد من السعادة وأنا في ظني أن السعادة بدون الدين مرهقة لماذا
مرهقة؟ لأن الإنسان يعتمد على نفسه فقط في تحصيلها نعتمد على قوته وعلى عقله وعلى ذكائه دون سند من الله سبحانه وتعالى -
[01:04:33](#)

وهي مرهقة لأنها مرتبطة بالخارج الذي يجب أن يستمر في الوجود إذا انقطع الخارج هذا انقطعت السعادة ولذلك يعني
الذي يجعلنا نؤكد على أهمية علم النفس الإسلامي أن علم النفس الغربي يطرح نفسه باعتباره - [01:04:56](#)

يقدم حلولاً للناس تعطيهم السعادة بدون الدين لذلك يقولون دائمًا الدين لا علاقة له بالعلم عموماً والدين لا علاقة له بعلم النفس ماذا
يعني هذا؟ يعني أن علم النفس قادر أن يعطينا السعادة يعطينا الصحة النفسية بدون الدين - [01:05:20](#)

الحادي عشر اعراض الأساسية التي يعترضها المتدينون في كل الثقافات وبالذات نحن في في المنظور المنظور الإسلامي أه طب دكتور
لما نجد في بعض النصوص في الأحاديث النبوية في الآثار أه لتحدث عن أن الدنيا سجن المؤمن - [01:05:35](#)

أولاً الجنة حفت بالمكاره أه هل هذا يعني أن السعادة هذه المستدامة آآ متعلقة بشدة وجدية العيش والمكاره وآآ مفهوم سجن المؤمن
مفهوم سجن المؤمن لا يتعارض مع السعادة سجن المؤمن المقصود فيه أنه أحسن الشروح لها أنه سجن في مقابل ما سيحصله في
الآخرة - [01:05:54](#)

مهما كان في هذه الدنيا من نعيم حتى ولو كان انعم المنعمين فهو مقارنة بما سيحصله في الآخرة هو سجن والمعنى الآخر للسجن ما
معنى سجن المؤمن؟ أه انه لا ينتقل إلى الآخرة إلا إذا فتح الباب - [01:06:26](#)

واخرج عنه وخرج من هذا السجن بالموت وذهب إلى الآخرة لكن المعنى الأول أكثر عمقاً وهذه الشبهة من أكثر
الشبهة التي تنتشر بين الناس خاصة جيل الشباب انه - [01:06:42](#)

يعني طبيعة طبيعة الحياة المتدنية أنه المتدينين ذولاً حياتهم صعبة حياتهم جافة وحياتهم ناشفة شف إذا هو يقصد بالحياة الجافة
الناشفة أنه ما فيها القدر الذي يتصوره هو من الأكشن - [01:07:00](#)

والملائكة والآيات الجسد وتحفيز الغرائز نعم غير محدودة غير نعم هذا غير موجود لأنه أصلاً خطأ لأنه خطأ والحياة التي تجر
إلى الغفلة والحياة البهيمية الحيوانية هذه هي هي أسوأ من الحياة الجادة - [01:07:21](#)

إذا كان هو يخشى من لكان هو يخشى من الحياة من حياة التدين أنها تكون جادة. فإن الحياة البهيمية الحيوانية هي أسوأ بكثير من
هذه الحياة الجادة الحياة عموماً هي حياة جادة - [01:07:47](#)

الحياة عموماً جادة وهذا الذي يتكلم في هذا تجده جاداً في تحصيل الدراسة جاداً جداً في تحصيل الوظيفة ويتعجب فيها يتكلم
بفخر أنه عنده دوامين وأنه يداوم من الصباح إلى العصر بعدين يكمل من العصر إلى - [01:08:03](#)

ثم والله حياة متدينين جافة طيب يعني أنت الآن بماذا تصف حياتك هذه ولماذا يقول هذا؟ لأنه مستمتع جداً بهذه الجدية. وهذا ما

اردت ان ما اريد ان اقوله الان - 01:08:21

انه ميزة التدين انه يجعلك تتمدد يجعلك تستمتع بالحياة الجادة يجعلك تستمتع بالتدين والعبادة والصلوة يجعلك تستمتع انك تقوم في قبل الفجر والدنيا مظلمة وتزيل عنك الغراش وتنزل وتنوّأً تذهب الى المسجد تصلي - 01:08:35

او تصلي في السجادة هذه اللذة التي تجدها انت في ممارسة الاعمال الجادة الدنيوية المادية مثل وظائف وطلب العلم او السفر او الترحال او غير ذلك وتحمّل المشاق فيها لأن فيها متعة لك - 01:08:54

ترى ايضا التدين فيه متعة ومتّعة المتدين يعني لا تكاد لا تقاد تقارن اطلاقا بالمتّعة التي يجدها اهل الدنيا بدنياهم. لكن قد يحصل من بعض المتدينين شيء من الابتعاد عن الدنيا غير محمود - 01:09:12

ربما هو اقرب الى الطبيعة النفسية اكثر من كونه وصية دينية وهذا يحصل يعني وترى حتى يحصل حتى من يحصل حتى من بعض الجادين المنهمكين في الوظائف المادية تجده اصلا هو يعني - 01:09:36

هو خلاص يعني هو جاد في الدراسة وفي الوظيفة وحتى زملائه يعرفون هذا عنه انه ما يطلع معهم في الطلوعات ولا يروح الخرجات ولا يتمشى ولا يسافر لأن هو جاد اكثر من اللازم. وان كانت في امور الدنيا - 01:09:51

فهي وهو مرتبط بالطبيعة النفسية اكثر من كونه مرتبطة الطبيعة المادية. اذا الكابة والرتابة قد قد تحصل من من الجهتين اه ذكرت يمكن في احد الكتب اقتباس يقول والجد حسن كله حتى في الهزل - 01:10:06

فانت لو بغية تلعب لعبة لها قواعدها تلعبون كرة قدم تجي واحد يمسك الكرة بيده يقول ترى كلها لعبه لا لها قاعدة ما تستمتع الا بتحقيق القاعدة تلعب اوكي ما تممسك كافي وتدخلها بيديك لا لازم - 01:10:23

تلتزم بقواعدك لتقييد اللعب لكنها هي سبب اه البهجة اللي تكون في اللعب دخلك متبهجة الحين المشكلة في حساسية المصطلحات المفروض نضبط الموضوع آآ طيب لما نبي نسأل لما تكلمنا الحين عن - 01:10:33

السعادة المعنوية نبي نسأل ما هي مفسدات هذه السعادة المعنوية وكثيرة الذي يفسد السعادة المعنوية كثير اه منها مثلا المقارنات يقارن يعني امور داخلية هي امور داخلية يقارن بين وضعه وبين اوضاع الاخرين. التطلع لمن هو افضل - 01:10:49

الطلب المزيد دوما الحسد البخل ارتفاع سقف التوقعات والطلبات من حياتي مم كل هذه اشياء داخلية هي معنوية يعني هي هي هي اشياء معنوية تفسد عليك تفسد عليه كثير من جوانب الحياة - 01:11:19

واصلا علم النفس كله يشتغل على هالجوانب المعنوية الداخلية هذى وكل نظرية لها طريقتها وكل مدرسة وكل ثقافة لها طريقتها في التعبير عما يجول داخل النفس فنحن في علم النفس الاسلامي مثلا نستخدم عبارات الجزاء السخط الانهماك في الدنيا الاخلاص الى الارض - 01:11:40

المقارنات مع الاخرين الحسد البخل الى الى اخره الى اخره. يعني يمكن هذا باختصار يعني ما يتعلق بهذا السؤال اه الدكتور ذكرت في بداية الحلقة انه السعادة ما تعني عدم وجود الحزن والقلق - 01:12:02

وهذا يمكن شوي بس يعني احداث ربيكة اي نعم اي اي يعني لانه انت شف اذا انت اخذت السعادة بالمعنى الذي شرحناه السعادة معناها المتنوع فلا فلا يتناقض وجود اكثرا من نوع من انواع الاحوال النفسية الداخلية في نفس الوقت - 01:12:20

وهذا احد الميزات الاساسية في المنظور النفسي الاسلامي انه انه هذه النفس قد تجمع داخلها مجموعة من الاحوال في نفس الوقت فمثلا قد يكون الانسان حزينا لكنه في نفس الوقت قد يكون مطمئنا ساكنا - 01:12:43

هذا هو مفهوم الحياة الطيبة. يعني قد يكون فقيرا تعيسا ومتآلم. ومزاده متعرّك. لكن هذا التعكر يحسنه يلطف منه ويخفف منه وجود قدر عالي من الطمأنينة والسكنينة والرضا بالله والصبر والاحتساب الاجر - 01:13:01

هذا المفهوم مهم جدا غرسه في الناس والتأكيد على قضية انه ليس كل علم النفس هو انفعالات لا علم النفس يجب ان يكون اوسع من من حصره فقط في الانفعالات - 01:13:23

والجوانب المعنوية او الاحوال النفسية غير الانفعالات كثيرة يعني مثلا كيف نفسر نحن ان الانسان قد يكون مكتئبا ثم مثلا يصلى

ويشعر براحة ومع الاكتتاب موجود كيف حصل هذا بفهم امكان الجمع بينهم امكانية احسنت امكانية الجمع بين مجموعة من الاحوال في في اه في نفس الوقت - 01:13:40

لكن ارتفاع معدل المشاعر السلبية قد يؤثر على كمال تحصيل السعادة قد يؤثر على كمال تحصيل السعادة شوف ترى يعني علم النفس الاسلامي المتقدم ما كانوا يركزون كثيرا على الانفعالات هذي كانوا يسمونها العوارض النفسية - 01:14:07
الحزن. بينما علم النفس الغربي مركز عليها وجعلها هي المركز وهي الاساس وهي اهم شيء وهي المعيار في التشخيص الطبي. وهي المعيار في الصحة النفسية وهي المعيار في هذا بين مغاربة الثقافات اصلا لا تنظر الى الانفعالات بهذه المركزية والجوهرية والاهمية - 01:14:32

وهناك كلام كثير باذن الله سنخصص حلقة للكلام عن الانفعالات والمشاعر السلبية لأننا ايضا مرة اخرى لا يعني هذا اننا لا نهتم بها لكن نضعها دائما اي قضية اتكلم عنها كثير من النفس الاسلامي قضية التنوع والتعدد ولذلك نهتم بالمشاعر السلبية لكن نضعها في وزنها الصحيح - 01:14:55

كارها الصحيح جميل. اه نختم سؤال العلاقات بسؤال عن العلاقة ما بين السعادة والاستمتاع بالدنيا وش التلازم اللي بينهم اي نعم يعني يعني هنا كنا يمكن في الاسئلة السابقة كله كان كلامنا عن السعادة المعنوية السعادة المعنوية. طيب السعادة الدنيوية السعادة المادية هذي - 01:15:15

ايض وضعها هذي؟ كيف كيف هل السعادة هي هنا السؤال المركزي؟ هل السعادة ان تستمتع اكثر بالدنيا والماديات والقنيات؟ او ان تكون حذرا من الاسراء فيها هذا السؤال هو الذي اشغل الفلسفه من بدء الحضارات المدونة المكتوبة - 01:15:39
وكل الثقافات طرحت رأيها فيما يتعلق بهذا الجانب وغالبية الفلسفات متفقة على الاطر العامة وان كان مختلف في التفاصيل انه لأن الدنيا هذي تأخذ منها بقدر لأنك اذا اكثرت منها صارت مشاكل - 01:16:02

هذا باختصار خلاصة كلام الفلسفه والمفكرون وهو متوافق مع المنظور الاسلامي انه يعني انه النفس هذي اولا هي تأكل ولا تشبع و اذا انت اكثرا اذا هي اذا هي اكثرت من الاكل - 01:16:19

تسمن وتصبح بدينة ولم تعد نفسها رشيقه وانت لا تجوعها لكن ايضا لا تسمنها هذه هي القاعدة النورانية الخالدة فيما يتعلق بالتعامل مع النفس فيما يتعلق بالدنيا تحديدا الدنيا والمادة احد مصادر السعادة قطعا لا شك. لكن - 01:16:39

تأتي المشكلات من وين تأتي المشكلات اما غالبا يأتي تأتي مشكلات من مستوى الاقبال على الدنيا وعدم التوسط والاتزان في الحياة والناس اصناف في ناس يحرم نفسه للأسباب كثيرة قد تكون اسباب دينية وقد تكون اسباب - 01:17:01

مرتبطة بالطبع بطبيعته النفسيه واحيانا تكون مرتبطة بأنه بالغفلة يعني منهمك في حتى حتى قد يكون منهمكا في جوانب مادية العمل والدراسة ومهمل امتاع نفسه وهذا امر تقر به المدرسة النفسية المعاصرة بالذات علم النفس المعرفي السلوكي بالذات المدرسة السلوكية يعني - 01:17:21

فهو لا يستمتع ولا يشجع الاخرين على الاستمتاع بالدنيا وهناك طرف مشدد على نفسه يحرمه من المتعة والبهجة او يبالغ جدا في المتعة المحسوسة ولا ينوع في المصادر هذا الذي هذا الذي يبالغ في المتعة المحسوسة ويلهث وراءه ويلهث وراءه واذا فقدها تأثروا - 01:17:45

قارن هذا مثلا بمن عنده مصادر اخرى من المتعة يستمتع بالقراءة يستمتع بالجلوس مع الابناء شف مشكلة الدنيا ما هي؟ انها غيرة وانها انانية انه كل ما استمتعت بها اكثرا تظعن للأسف انها تظعن الجوانب الأخرى - 01:18:12

وتصبح انت ما تنبسط بالجلوس مع الاهل ما تستمتع بالصلة ما تستمتع بالامور الجادة ما تستمتع بالقراءة الكتب ليش؟ لانه لان الحيز واحد آآ المتقدمين عندهم عباره جميلة يقولون القلب - 01:18:34

لا يتسع لا يتسع ما يكبر قلب مساحة وحده ف انت اذا ملأته بحب الدنيا ما لم تجد مكانا لاستمتع فيما يتعلق بالمصادر الاخري من من السعادة الدينية والانسانية كل الجوانب المعنوية. لذلك دائما تكون - 01:18:53

منتبه ومتزن لأن المساحة محدودة مساحة المشكلة هي في نمط الحياة المادي اللهث والركاء والركض ورا الدنيا وليس في اي جوانب معنوية وجفاف روحي وديني ولا في اعمال انسانية - [01:19:15](#)

وسيطرة حب الدنيا والمال بشكل كبير علم نفس الكافيـات هذا السفر والغرفةـة والكافـيات والمطاعـم والاسواق طـيب وبعـدين وبعـدين شـوف لو تلاحظ الثقـافة الغـربـية الان خـاصـة في السنـوات الاخـيرـة اصـبحـت تـظـفـطـ بـقوـةـ في هـذـا الاتـجـاهـ [01:19:36](#)

استهلاك استهلاك طبعـا وراءـه معـرـوف التجـار الرـأسـمـاليةـ لـانـ التـاجـرـ يـتـاجـرـ بـصـحـتـكـ النـفـسـيـةـ ويـعـرـفـ انـكـ اـنتـ يـعـرـفـ انهـ اـسـهـلـ لـكـ تـغـذـيـةـ الجـانـبـ المـادـيـ فـهـوـ يـلـاـ اـعـلـانـاتـ وـغـيـرـ وـبـدـلـ وـاثـاثـ جـدـيدـ وـسـافـرـ وـنـقـسـطـ لـكـ بـسـ اـهـمـ شـيـ بالـسـعـادـةـ فـيـ الـاعـلـانـ نـفـسـهـ بـالـاعـلـانـ

نفسـهـ نـعـمـ الـبـهـجـةـ وـسـعـدـوـ الفـرـحـ [01:19:56](#)

الصورـ والـكـلامـ صـحـيـحـ وـاـنـ جـمـعـتـ مـجـمـوعـةـ كـبـيرـةـ مـنـ الـاعـلـانـاتـ السـعـادـةـ فـيـ كـذـاـ كـيـ اـشـعـرـ بـالـسـعـادـةـ غـيـرـ غـيـرـ اـعـلـانـ عنـ حـمـامـ

اـكـرـمـكـ اللهـ عنـ حـمـامـ كـيـ فـيـ تـرـظـيـ بـالـلـيـ اـنـتـ فـيـهـ [01:20:26](#)

غـيـرـ حـمـامـكـ عـشـانـ كـيـ تـشـعـرـ بـالـسـعـادـةـ هـذـهـ الرـأسـمـالـيـةـ التـيـ تـطـحـنـتـاـ هيـ تـسـتـثـمـرـ وـبـينـ؟ـ هيـ عـادـ تـعـرـفـ انـ النـفـسـ تـمـيلـ الـىـ الـجـوـانـبـ

المـادـيـ اـكـثـرـ فـتـغـذـيـهـاـ بـالـاعـلـانـاتـ وـالـدـعـيـاـتـ فـانتـ تـنـجـرـفـ وـرـاءـهـاـ لـكـ اـنـتـهـ [01:20:43](#)

انتـ الـانـ اـهـمـلـتـ الجـانـبـ المـهـمـ جـداـ فـيـ السـعـادـةـ نـحـنـ لـاـ نـقـولـ لـكـ اـتـرـكـ هـذـاـ كـلـهـ وـلـكـ نـقـولـ لـكـ اـنـتـهـ اـنـتـهـ السـعـادـةـ الصـحـيـحةـ الشـامـلـةـ

المـكـتمـلـةـ هـيـ السـعـادـةـ الـمـتـنـوـنةـ شـفـ كلـ شـيـءـ فـيـ الـافـلـامـ فـيـ [01:21:02](#)

وـسـائـلـ التـواـصـلـ فـيـ الـاعـلـانـاتـ التـرـكـيـزـ عـلـىـ اـشـعـالـ فـتـيـلـ الـادـرـيـنـالـيـنـ اـنـاـ كـنـتـ اـطـلـقـتـ مـرـةـ عـبـارـةـ عنـ سـمـيـتـهـاـ سـعـادـةـ الـادـرـيـنـالـيـنـ اـشـعـالـ

هـذـاـ فـقـتـيـلـ اـدـرـيـنـالـيـنـ هـذـاـ هـرـمـونـ يـفـرـزـ فـيـ جـسـمـ آـخـلـقـهـ اللـهـ سـبـحـانـهـ وـتـعـالـىـ الـهـدـفـ مـنـهـ اـنـهـ مـثـلـ الـحـرـيقـ وـمـثـلـ الـبـنـزـينـ يـعـنـيـ

فـيـ الـاـوـقـاتـ [01:21:20](#)

تحـتـاجـ فـيـهاـ الـىـ اـنـفـعـالـ وـكـذـاـ يـعـطـيـ طـاقـةـ وـيـشـعـلـ جـسـمـ بـالـكـامـلـ فـالـسـعـادـةـ كـلـهـ مـتـرـكـزـةـ عـلـىـ سـعـادـةـ جـسـدـ الـمـرـتـبـةـ الـمـشـتـعـلـ

بـالـادـرـيـنـالـيـنـ وـالـمـحـفـزـ وـحـبـسـ الـانـفـاسـ وـخـطـفـ الـابـصـارـ يـاـ اـخـيـ حـتـىـ الـمـلاـهـيـ وـالـالـلـعـابـ يـعـنـيـ الـالـلـعـابـ الـلـيـ تـلـفـ بـعـنـفـ وـبـشـدـةـ [01:21:41](#)

هـمـ يـتـاجـرـونـ عـلـىـ رـفـعـ الـادـرـيـنـالـيـنـ وـالـجـنـسـ وـالـعـنـفـ وـالـاـكـشـنـ وـتـكـوـنـ مـرـدـودـ الـاعـصـابـ وـالـافـلـامـ يـعـرـفـونـ يـعـرـفـونـ تـنـوـعـ اـذـوـقـ ذـائـقـ

الـنـاسـ الـلـيـ يـبـيـ اـفـلـامـ عـنـفـ يـعـطـونـهـ اـفـلـامـ عـنـفـ الذـيـ يـحـتـاجـ فـيـ اـفـلـامـ جـنـسـ حـيـثـ اـفـلـامـ اـكـشـنـ مـثـالـ يـعـطـونـهـ اـفـلـامـ [01:22:05](#)

اـكـشـنـ وـاـثـارـةـ مـعـ الـوقـتـ تـغـيـرـتـ الـذـائـقـ الـنـفـسـيـةـ عـنـ النـاسـ لـمـ تـعـدـ المـصـادـرـ الـمـعـنـوـيـةـ قـادـرـةـ عـلـىـ اـنـ تـؤـدـيـ دورـهاـ فـيـ حـيـاةـ

الـنـاسـ بـسـبـبـ الـاـغـرـاقـ الـكـبـيرـ الـكـبـيرـ فـيـ هـذـاـ نوعـ منـ [01:22:26](#)

مـنـ السـعـادـةـ الـمـادـيـةـ الـمـتـطـرـفةـ هـذـاـ هوـ الـذـيـ يـقـصـدـ كـثـيرـ مـنـ الـمـفـكـرـيـنـ الـغـرـبـيـيـنـ حـيـنـماـ تـكـلـمـوـنـ عـنـ مـوـتـ الـانـسـانـيـةـ لـمـ اـنـتـشـ اـتـكـلمـ عـنـ

موـتـ الـالـهـ ظـهـرـتـ كـتـبـ كـثـيرـةـ عـنـ مـوـتـ الـانـسـانـ اـنـهـ الـحـقـيـقـةـ الـذـيـ مـاتـ الـانـسـانـ [01:22:41](#)

اـنـهـ اـنـتـ قـتـلـتـ الـالـهـ تـعـالـىـ اللـهـ عـمـاـ يـقـولـونـ طـبـاـ فـانـكـ فـيـ النـهـاـيـةـ سـتـقـتـلـ الـانـسـانـ الـانـsـانـ سـيـصـلـ الـىـ هـذـهـ الـمـرـحـلـةـ الـتـيـ الـانـ اـصـبـحـناـ

نـشـاهـدـهـاـ باـعـيـنـاـ نـحـنـ فـيـ الـمـنـظـورـ الـنـفـسـيـ الـاسـلـامـيـ نـقـولـ اـنـهـ السـعـادـةـ الـمـادـيـةـ لـيـسـ مـرـفـوـضـةـ [01:22:56](#)

بلـ بلـ هـيـ مـطـلـوـبـ لـكـ بـاـتـزـانـ بـاـتـزـانـ وـعـرـ الثـقـافـاتـ الـخـلـافـ طـوـيلـ بـيـنـ كـيـفـيـةـ هـذـهـ الـوـزـنـيـةـ لـوـ تـلـاحـظـ مـثـلـاـ عـنـدـنـاـ طـرـفـانـ الـانـ

وـاظـحـانـ الـانـ الثـقـافـاتـ الـوـثـنـيـةـ الـشـرـقـيـةـ اـمـاتـةـ الـجـسـدـ وـاـمـاطـةـ الـجـزـءـ الـمـادـيـ لـاـقـصـيـ درـجـةـ مـمـكـنـةـ [01:23:11](#)

بـحـسـبـ فـلـسـفـاتـ آـآـ يـعـنـيـ الـبـوـذـيـةـ وـالـهـنـدـوـسـيـةـ اـنـهـ آـآـ كـلـمـاـ اـمـدـتـ هـذـهـ الـجـسـدـ سـمـتـهـ الـرـوـحـ وـارـتـقـتـ لـاـنـهـ اـصـلـاـ مـفـهـومـهـ هـمـ لـلـمـهـيـةـ الـنـفـسـ اـنـ

الـانـسـانـ عـبـارـةـ عـنـ نـفـسـ يـسـكـنـ جـسـداـ نـفـسـ تـسـكـنـ جـسـداـ بـيـنـماـ فـيـ الـمـفـهـومـ الـاسـلـامـيـ لـاـ الـانـسـانـ هـوـ مـجـمـوعـ هـذـيـنـ الـاـمـرـيـنـ [01:23:35](#)

بـمـقـابـلـ الـثـقـافـةـ الـمـتـطـرـفةـ الـاـخـرـىـ الـثـقـافـةـ الـغـرـبـيـةـ وـكـلـ مـنـتـجـاتـهـاـ الـعـلـمـيـةـ وـغـيـرـ الـعـلـمـيـةـ الـتـيـ تـرـكـزـ عـلـىـ الـاـثـارـةـ وـالـجـسـدـ وـالـمـادـةـ الـمـنـظـورـ

الـاسـلـامـيـ هـوـ الـمـنـظـورـ الـقـادـرـ عـلـىـ الـجـمـعـ وـالـتـواـزـنـ بـيـنـ بـيـنـ هـذـيـنـ الـاـمـرـيـنـ فـمـطـلـوـبـ منـ الـانـsـانـ اـنـ يـسـتـمـتـعـ [01:23:55](#)

قـلـ مـنـ حـرـمـ زـيـنـةـ اللـهـ الـتـيـ اـخـرـجـ لـعـبـادـهـ وـالـطـبـيـاتـ مـنـ الرـزـقـ زـيـنـ لـلـنـاسـ حـبـ الشـهـوـاتـ حـبـ الـلـيـ مـنـ مـنـ دـنـيـاـكـمـ الـطـيـبـ وـالـنـسـاءـ الـىـ

اـخـرـهـ اذاـ الـاـغـرـاقـ فـيـ الـدـنـيـاـ يـعـطـيـكـ سـعـادـةـ رـدـيـةـ [01:24:14](#)

ناقصة جزئية مشروطة واهمال الدنيا ايضا يعطيك سعادة ناقصة ايضا المنظور الاسلامي يقول مهم جدا التوازن بين بين هذه وبين هذه الامور من القضايا المهمة جدا في في التحصيل الجيد للسعادة المادية هي التعريفات - 01:24:31

الصحيحة المفاهيم الكلية مرتبطة بالحياة فهمك للسعادة فهمك للنجاح اذا انت فهمت السعادة بالمعنى اللي ذكرناه قبل قليل المعنى الصحيح للسعادة فان هذا سيجعل اه تحصيلك للسعادة صحيح - 01:24:56

اذا فهمت النجاح بمعنى صحيح ايضا ساجعل تعريفك لحصولك للسعادة ايضا صحيح. اذا فهمت الحياة اصلا وهدف الوجود البشري الانساني في هذه الحياة فان هذا سيجعل حصولك على السعادة المادية - 01:25:12

صحيحا هذا هو الذي يجعل يفسر لماذا القرآن يكرر كثيرا المعنى الصحيح للدنيا دائما يذكرنا بالدنيا ان الدنيا متاع وان الدنيا مؤقتة وان الدنيا زائلة. يريد منا ان نفهم التعريفات الصحيحة لسبب لسر والسبب لوجود - 01:25:28

في هذه في هذا الزمن الذي نعيشه قبل ان ننتقل الى الزمن الآخر. اذا السعادة ليست في الشهوات فقط بعض الناس اذا حذره مثلا من من الامور المحرمة آآ قالوا انتم تكرهون الحياة - 01:25:46

لا نحن لا نكره الحياة لكن نكره هذا هذا النوع وهذا النمط من الحياة القائم على الملذات فقط المشبع للجزء الذي يمشي بشق مائل المشبع لجزء من الانسان ومهمل ومجموع للجزء الاخر هو هو الحياة التي نكرهها - 01:26:04

التدبر سيرحرمك من الشهوات المحرمة. لكن الطبيات اكثر بكثير من ذلك من المفاهيم المهمة ايضا فيما يتعلق بالسعادة مفهوم تكتيف السعادة من الموجود من المتاح لا يلزم ان تكون السعادة فاخرة جدا وخمس نجوم او سبع نجوم او ست نجوم - 01:26:26

بالامكان تحصيل السعادة من اشياء بسيطة جدا وكلما كلما استطعنا ان نحصل السعادة من من المتاح والموجود كلما كان سعر السعادة صار اقل ف بدلا من ان يكون لا نستمتع الا بالمطعم الذي تكون فاتورته بالمئات - 01:26:46

واذا اكلنا طعاما في المنزل اقل من ذلك ما شعرنا بالسعادة. فانت في الحقيقة انت رفعت فاتورة السعادة على نفسك ايضا من القضايا المهمة في لحظة السعادة لا تعكر مزاجك باشياء اخرى خارج الموضوع - 01:27:09

في العيد مثلا خلاص استمتع بالعيد ذهبت انت واولادك للنزهة استمتع انت واولادك بالنزهة لا تجلب اشياء تفسد عليك لحظة السعادة التي التي انت فيها من المعاني المهمة ايضا في تحصيل السعادة المادية الدنيوية الطريقة الصحيحة لتحصيل السعادة اللي هو السكينة - 01:27:24

كيف تستمتع بالحياة بسکینة ترى لا يلزم لو تلاحظ الحياة الان اصبحت مشدودة الاعصاب ركزوا وجريوا ولهاث ومطاردة مطاردة الحياة الجادة تحتاج الى الى جدية صحيح بس ان تستطيع ان تحصل كثيرا من المتعة بكثير من السكون من السكينة - 01:27:44

بمزيد من السكينة والطمأنينة والطمأنينة في طريقة تحصيلك للسعادة اصلا يعني لا ترفع سعر السعادة لا تغلو ثمن السعادة لا يجعلوا السعادة غالبة الثمن بكثرة رفع السقف التوقعات المستمر المستمر - 01:28:11

وهذا هو معنى انك تكون منتبه لنفسك يعني نفسك تقول والله انا ابغى فندق خمس نجوم ابغى ابغى كذا ابغى اريد كذا اريد كذا لا تحرم نفسك من المتعة بس انت وانت تمارس هذا انتبه ترى مع الوقت - 01:28:36

سيكون لا يرضيك الا خمس نجوم اقل من ذلك تشعر انه انت تعيس وانك ما استمتعت بالرحلة او بالسفرة او او او ايضا القضايا المهمة انه انت استمتعت بالدنيا لكن لا تتعلق بالدنيا - 01:28:50

في كتاب الزهد للامام احمد رحمه الله قال عيسى ابن مريم عليه الصلاة والسلام ان اشدكم حبا للدنيا اشدكم جزعا على المصيبة فانت كل ما تعلقت اكثرا بالدنيا كلما خفت اكثرا اذا ضاعت منك وفقدتها وهذا معنى فلسفيا موجود في كل الثقافات - 01:29:08

يسمونه القنوات فوائق النبات انه الاشياء تقتنيها اذا فقدتها اه شعرت بالتعاسة ولذلك اصلا بودا فلسفة الكل مبنية على هذا السطر ان كل ما اذا انت عندك دنيا تتعب اذا الحلوى ان تسقط من الدنيا - 01:29:27

هل الافضل لك هو الاكثر من الدنيا ولا التخOLF منها يعني دائمًا قانون التخفف والبساطة وتكثيف المتعة من من المتاح بدلا

من التعلق بالأشياء الأكثر والأكثر والاغلى والافخم والافخر - 01:29:48

دائما هو افضل لا تتصور انه انت كلما ازدادت المقتنيات المادية الفاخرة عندك انه هو انت حياتك افضل لا بالعكس ترى يعني في القرآن ولا تمدن عينيك قاعدة مد الاعين هذى - 01:30:06

مد الاعين انه انت دائما يعني تتتجوف للاكثر في الطعام وفي اللباس وفي المشرب وفي المأكل ولا تمدن عينيك كلما مدت كل ما مدت العينين كلما صارت السعادة اصعب عليك - 01:30:27

ايضا ايضا المفاهيم المهمة وهم الفردوس الارضي وهم انه انه انت يجب ان تبذل كل طاقتكم لتحصيل اكبر قدر ممكن من هذه السعادة لانه لا تقدر لسعادة واحدة اه لازم تدل له حياة واحدة - 01:30:47

عندهم عبارة مشهورة بالانجليزي انه يعني انت انت تعيش حياة واحدة ولذلك استمتع بها. لا انا انا اعيش حياة قصيرة لكن في حياة اخرى هي هي الاهم وهي يعني هذه بعض المعاني - 01:31:03

حديثكم عن اعادة تعريف لما جاءت شريعة باعادة تعريف الغنى ان الغنى غنى النفس وليس بكثرة العرض برضو اعادة تعريف الافلاس انه تدرون من المفلس ؟ فقالوا اللي ما عنده فلوس ؟ قالوا لا. الا المفلس اللي يأتي يوم القيمة عنده حسنان لكن - 01:31:21
كان ظلم الناس فيفقد حسناته. يعني هذى استمرار الانسان في اعادة تعريف الاشياء بيساعد في هذه المعنى برضو حديثكم عن اه توقعات كأنه يعني يساعدك مثل اه سينيكا اظن الفيلسوف القديم اللي اظنه يربط - 01:31:39

آآ السعادة بتخفيض التوقعات اجمالا واظن حتى عنده عبارة متطرفة لي لا تنجب ابنا في الصباح اذا كنت لم تضع في يعني توقعك او في آآ خلdek انه قد يموت في الليل - 01:31:57

فهذا الدخول كل صبح واحد يمسح توقعاته في البلاط هو سبب يعني السعادة عنده وان كان امثلة متطرفة صحيح ايه نعم آآ وهذا قد يكون مدخل جيد للسؤال عن العلاقة ما بين السعادة والمال حنا نحتاج ثلاثة مليون في هذه الحلقة لان هذا سؤال مليون برضه -

01:32:11

اه وش العلاقة ما بين السعادة والمال؟ اي يعني هو هو دائما السؤال عن العلاقة بين السعادة والمال والناس يظنون العلاقة خطية انه لديك فلوس اكثر لديك سعادة اكتر انا اقول انه من مشكلة هذا الذي ينظر علاقة خطية انه ينظر هو الى الاغنياء السعداء - 01:32:31
او الفقراء التعبس. لكنه لم ينظر الى الاغنياء التعبس ولم ينظر الى الفقراء السعداء ولو نظر الى هذا لفهم العلاقة بشكل خلاصة الكلام في السعادة ان علاقة السعادة بالمال ضروري لتحقيق قدر معين من السعادة - 01:32:50

من كان امنا في سربه عنده قوت يومه فكأنما حيز لو دنيا بحذافيرها. اذا هناك قدر اذا هناك حد ادنى. لكن العلاقة ليست خطية بمعنى انه انه يعني اعطي مالا اكون سعيدا. ليس عندي مال لا اكون سعيد. هذا غير غير صحيح. لاسباب كثيرة جدا يعني - 01:33:10
منها ابسطها واولها الجوانب النفسية الداخلية الذاتية انه قد يكون عنده اموال لكن النفس النفسية مشكلات كثيرة جدا في المقارنات وعدم الرضا والتسلط وو الى اخره مما لا تشعر بالسعادة - 01:33:27

المال مصدر من مصادر السعادة لكنه ليس شرطا قد يكون موجودا والسعادة مفقودة قد يكون مفقودا والسعادة موجودة هناك متع كثيرة اصلا لا تحتاج للمال من الانواع التي ذكرناها قبل قليل انواع كثيرة من السعادة المعنوية والانسانية ولا تحتاج اصلا الى الى الى المال - 01:33:46

قدرة المال على احداث السعادة لها سقف معين توقف عنده لا تستطيع تجاوزه. يعني ومثل المنحنى يرتفع يرتفع ثم عنده نقطة معينة يسمونها البلاطوه خلاص يقف بل انه ربما عنده نقطة معينة ينزل - 01:34:11

العلاقة مع الماء الماء بين المال والسعادة تصبح عكسية بدأ من ان تكون يصبح كل ما زاد المال معين يمكن في اخر المنحنى نعم او في عند درجة معينة من المنحنى - 01:34:29

قد يكون مرتبطا لكن وجود المال ايضا ترى له مشاكل يعني وجود المال يرفع سعر تكلفة السعادة عليك. تصبح انت ما تأخذ الا خمس نجوم والفاخر الدرجة الاولى؟ الدرجة الاولى ما ترضى باقل - 01:34:41

تصبح الاشياء البسيطة غير قادرة على عزاءك سعيدا. ما يسعدك الا الاشياء الفاخرة الكثيرة المكلفة ولذلك ثمن سعادة الاغنياء فترى

اغلى من ثمن سعادة القراء مع انه ربما نوع الاحوال المحصلة هي قد يكون هو نفسه - [01:34:58](#)

قد يكون هو نفسه الخلاصة انه سواء معك مال اذا معك نفسية جيدة اذا معك اه مصادر متنوعة للسعادة فانت يعني بخير. واسأل الله تعالى ان يجمع لي ولك - [01:35:17](#)

السعادتين سعادة دنيا وسعادة الاخرة ونعم المال الصالح في يد الرجل الصالح جميل دكتور الله يعطيكم العافية اذا في بالكم خاتمة لهذه الحلقة اي نعم يعني لفت نظري في ثلاث ايات في القرآن تتحدث عن نوع من انواع السعادة - [01:35:33](#)

المادية والذين كفروا يتمتعون وبأكلون كما تأكل الانعام والنار مثوى لهم يجعل حياتهم القائمة على المتعة فقط هي حياة انعام يعني حياة بهيمية حيوانية وفي الاعراف والفرقان ولقد ذرنا جهنم كثيرا من الجن والانس لهم قلوب لا يفقهون بها ولهם اعين لا يبصرون بها بعد ذلك لا يسمعون ثم قال اولئك كالانعام - [01:35:53](#)

ام بل هم اضل اولئك هم الغافلون في الفرقان انهم الا كالانعام بل هم اضل سبيلا يعني القرآن دائمًا يربط وهذا مرتب بمفهوم العقل اصل مفهوم العقل في القرآن انه القرآن دائمًا يربط ان الانسان الذي - [01:36:20](#)

لا يستعمل السعادة بالطريقة الصحيحة انه كانه فقد عقله وكأنه اصبح في منزلة الانعام بل هو اضل من الانعام. ليس اظل من الانعام؟ لانه اعطي هذه الاداة وهي العقل ولم يستعملها - [01:36:44](#)

وهذه قاعدة قرآنية مهمة انه اذا انت لم تأخذ بالمعنى الصحيح للسعادة فانك في الحقيقة تنزل من درجة الانسانية تنزل عن درجة الانسانية وبالذات اذا كانت اذا كان الجانب الديني والايمني والأخلاقي مقطوع نهائيا - [01:37:01](#)

فان تكون اضل سبيلا ولهذا اذا رأيت في نفسك نفورا من الانواع الجيدة من السعادة واصبحت نفسك تصر على معنى نوع على نوع ما ادي فقط محدد من السعادة - [01:37:22](#)

اذا عليك ان تشتغل على نفسك وتعدلها لكي تتجه الى الى الطريقة الصحيحة يا دكتور يعطيك العافية. الله يعافيوك. الحلقة القادمة. جزاك الله خير. سلام عليكم ورحمة الله وبركاته - [01:37:38](#)