

إرشادات الحياة القصيرة | #محاضرة | د. حازم شومان

حازم شومان

إذا مبارك فيه غير مكفي ولا مكفور ولا مودع ولا مستغن عنه ربنا. اللهم لك الحمد كله اللهم لك الحمد كله وبيدك الخير كله واليك يرجع الامر كله. اللهم صل على عبدك ونبيك محمد صلى الله عليه - [00:00:01](#)

وسلم. اللهم صل على الحبيب محمد. اللهم صل وسلم وزد وبارك على الحبيب محمد. وعلى اله وصحبه وسلم تسليما كثيرا. اما وبعد ارشادات الحياة القصيرة. الحياة قصيرة اوي يا جماعة. الدنيا قصيرة وبتروح بسرعة. الله سبحانه وتعالى يقول كلوا وتمتعوا قليلا - [00:00:21](#)

الدنيا كلها قصيرة وبتنقضي بسرعة ولازم الانسان يبقى عارف ازاى يعمل انجاز في الوقت الصغير ده ازاى يقدر يعمل ازاى يقدر يوصل لربنا بأعلى حاجة يقدر يوصل بها لله سبحانه وتعالى في هذه في هذا العمر القصير. ازاى يقدر يعمل حاجة للدين في هذا العمر القصير - [00:00:41](#)

الدنيا محتاجة انك انت تبقى عارف انت بتعمل ايه. قدر الوسع عشان تقدر تعمل حاجة توصل بها لربنا سبحانه وتعالى من شهادات الحياة القصيرة من الارشادات الخطيرة في الحياة القصيرة في قول الله سبحانه وتعالى واعتصموا بحبل الله. اوعى تحول حياتك لمخاطرة. فيه ناس عايشة الدنيا - [00:01:01](#)

هو عايش بس هو مش عارف هو يسمت ازاى. او يكمل ازاى؟ ربنا بيقول واعتصموا. عارف كلمة واعتصموا ديت؟ الكلمة دي مش سهلة واعتصموا بحبل الله الاعتصام ده ما بيبقاش مطلوب غير لما بيكون فيه خطر داهم. فيه خطر رهيب موجود على الانسان. زي ما الرسول عليه الصلاة والسلام يقول اللهم اصلح لي ديني - [00:01:23](#)

الذي هو ايه؟ عصمة امري يعني ايه عصمة امري؟ عصام الاناء لما يكون في حلة مسلا او حاجة فيها اكل. عصام الاناء هو الغطاء بتاعه هو الوبكاء بتاعه يعني بيحميه من الفساد وبيحميه من الهوام. وبيحميه من الحشرات. فبالزبط كده دينك ده هو عصمة امرك. يعني انت حياتك - [00:01:43](#)

كلها تبوز من غير الدين. يعني انت مش هتقدر تبقى سعيد اسريا ولا سعيد اجتماعيا. ولا فيه مجتمع سعيد. ولا انت سعيد في حياتك ولا انت ناجح في حياتك من غير الدين - [00:02:03](#)

من غير الدين ده هو عصمة امرك في الحياة. يعني كل حاجة في حياتك تبوز لو الدين ده راح. فربنا بيقول لك واعتصموا بحبل الله هو ايه الخطر؟ الله سبحانه وتعالى يقول عن سيدنا يوسف عليه الصلاة والسلام في سورة يوسف آآ امرأة العزيز بتقول ايه؟ ولقد راودته عن نفسه - [00:02:13](#)

مش فاعتصم فاستعصم الالف والسين والتاء دي تدل على مدى الجهد اللي سيدنا يوسف بزله عليه الصلاة والسلام عشان عشان يفضل واقف مكانه يقول لك عاملين اعتصام يعني ايه واقف مكاني مش مش هتزعزع عن المكان بتاعي. ولقد الكلمة دي مش -

[00:02:33](#)

كلمة آآ سيدنا يوسف عن نفسه انا اعتصمت بالله يا امرأة العزيز. ده كلمة امرأة العزيز عن سيدنا يوسف. عارفين الصحابة لما بيقولوا كان اذا حزب هو امر فزع الى الصلاة. النبي ما قالش انا اذا حزبي امر فزعت الى الصلاة. لأ. ده من مراقبة الصحابة للنبي عليه الصلاة والسلام. كل ما بتحصل مشكلة - [00:02:53](#)

الله اكبر. الله اكبر دي كل اللي بعدها مستحيل يبقى زي اللي قبلها. خلاص بتعمل مفرق. بتعمل تحويلة انت اللي بتعمل تحويلة من

تحويلات حياتك بركعتين. كل ركعتين بتصلي الركعتين دول انجاز. يعني انت النهاردة طول اليوم كده لو ما عملتش غير ركعتين انت عملت انجاز. ليلة طويلة - [00:03:13](#)

لو ما عملتش فيها غير ركعتين انت عملت انجاز. الركعتين دول دايمًا نفرق في حياتك. حياتك بعد الركعتين غير حياتك قبل الركعتين. ده قانون. يجب انك انت به وانت ماشي في الدنيا دي. ان آآ في حاجات كده بتنقل عارف النبي لما سحر لما لبيب ابن الاعمص سحر النبي عليه الصلاة والسلام. فالسيدة عائشة بتقول - [00:03:33](#)

ايه؟ حتى اذا كان ليلة فدعا ركعتين ثم دعا ركعتين فقال لي عائشة اشعرت ان الله قد شفاني؟ انت تصدقي ان كل اللي انا كنت فيه راح - [00:03:53](#)

ان كل المشاكل وكل الهدم اللي انا كنت فيه وكل ده راح ركعتين دي بقى اللي هي الابتلاءات الايه؟ الابتلاءات الصعبة اوي الابتلاءات الشديدة قوي في حياتك عايز تعديها ركعتين في ركعتين. فدي قوة ضاربة ربنا مديها لك في الحياة. تخيل كده واحد مدجج - [00:04:05](#)

سلاح واحد ماسك اربى بي في ايده ولا بس آآ يعني حاجات ضد اي بائع اسلحة كيماوية ولا حاجة ومعه زخيرة حية ومعه يعني اسلحة بيضاء للالتحام المباشر. ومعه رشاش ومعه. وفجأة لقي نملة جاية كده وهو واقف كده في الحراك - [00:04:25](#)

ولا في حاجة لا انا لا جاي اتفزع وطلع يبجي وجاء له بنك اناك ونومة فزع. الراجل ده مجنون اهو بالزبط ده المسلم اللي بيتجاذز من مشاكل الدنيا. ده ومن البقين ما تهون به علي مصائب الدنيا. ده مصيبة بس هينة علي بسيطة ليه؟ لانه موقن بالله. فموقن - [00:04:45](#)

ان ربنا يقدر يعدي اي حاجة. هو عنده هو فاهم قوته الحقيقة في الحياة. انت ما فيش حاجة اقوى منك على وجه الارض. ما فيش جن اقوى منك. ما فيش - [00:05:05](#)

الشیطان اقوى منك. ما فيش حسد اقوى منك. ما فيش سحر اقوى منك. ما فيش عدو ظالم اقوى منك. انت اقوى حاجة على وجه الارض. على شرط وكل اللي بيعاديك عامل زي النملة اللي هاجمة على الجندي المدجج. انك تفهم الاسلحة اللي ربنا اداها لك. انت الجندي المدجج ده. انت خايف من الف حاجة لانك ما انتاش فاهم - [00:05:15](#)

هو اللي ربنا اداها لك. او لانك ما انتاش مستعمل الاسلحة اللي ربنا اداها لك. فربنا بيقول واعتصموا. هو انا معي اللي اعتصم به؟ هو انا معي حاجة تديني قوة في الحياة. هو انا معي طرق للنجاة الحقيقة؟ ما انا بقول لك ما تحولش حياتك لمخاطرة. ما تلعبش قمار بعمرك - [00:05:35](#)

لازم تبقى ماشي في المضمون في حياتك. فربنا بيقول واعتصموا زي سيدنا يوسف كده ولا قدر وطأ عن نفسه فاستعصم. استعصم يعني امرأة العزيز استازة شفاء واحد واقف كده قاعد يدعي ليل نهار قاعد يدعي بالليل وقاعد يدعي بالنهار. وقاعد يتوجه الى الله وقاعد يعتزل الفتنة بتاعتها. فهي نفسها مستغربة - [00:05:54](#)

من المجهود الرهيب اللي هو ببذله عشان ينجو من الفتنة بتاعتها ما هي فتنة تاريخية. يعني مين اللي يقدر يتحط في فتنة زي ديت وينجو منها الا الانبياء والصديقين فتنة تاريخية وسيدنا يوسف بزل مجهود خارق عشان ينجو من هذه الفتنة. ما مش اي مش كل فتنة بتاخذ - [00:06:14](#)

مجهود زي الثاني يعني ما تفتكرش ان الفتن بتاعة الدنيا كلها لأ فيه فتن محتاجة مجهود عشان تنجو منها. وعشان تفضل مكمل وعشان تفضل مواصل. ومش كل واحد كل واحد - [00:06:34](#)

على قد منسوب الايمان اللي في قلبه وعلى قد الصدق اللي في قلبه على قد المجهود اللي ببزله قصاد الفتن. فيه واحد بيتعامل عادي وتصدق ان انا عملتها ونفعت! وفيه واحد تاني يا عم - [00:06:45](#)

مش هغامر في ديني. انا لازم اخذ كل الاجراءات الاحترازية عشان اكمل في سبيل الله. عشان اعيش على الطريق ده وعشان اموت على الطريق ده. واعتصموا يعني ايه يعتصموا؟ ايه كلمة الاعتصام؟ المعصم اللي هو الحطة اللي انت بتربط فيها الساعة. ده المعصم -

00:06:55

المعصم اللي هو الحطة اللي الست بتلبس فيها الغويشة. والراجل بيلبس فيها ساعة. ده المعصم ايه فكرة المعصم؟ فكرة المعصم وده معصم بيتسمى معصم ليه؟ ايه اللي يعني ده بيعصم - 00:07:13

الجسم كله في ايه ايه اللي في الحطة ديت عصمة لجسمك كله من الانهيار ومن الضياع. لما يكون واحد طالع على جبل طالع بيتسلق جبل فهو ماسك بايديه في الصخور. طيب افرض هو ايديه دي خانتته. افرض هو ما قدرش يكمل في لحظة من اللحظات زي -

00:07:23

اللي بيتفلقوا الجبال كده فيبقوموا رابطين المعصم بتاعهم بحبل. الحبل ده في المعصم ده بيبقى العصمة بتاعتهم. لو ايده ما عرفتتش تكمل في لحظة وقع الحبل مسك في ايده وبقى جسمه كله متعلق من المعصم فما يقعش وما ينهارش. ده لو وقع يضيع. فدي فكرة -

00:07:41

المعصم واعتصموا انك تتشبث بالشئ وتربط نفسك بالشئ بحيس ان انت لو ما انتاش قادر تتمسك في حاجة هي اللي تمسكك وفي حاجة هي اللي هتنجيك واعتصموا بحبل الله. آآ بعض المفسرين. طبعاً القول المشهور عند كثير منا ان حبل الله هو القرآن.

وطبعاً ده قول عظيم - 00:08:01

جدا. وقول الجبار وقول صحيح وقول آآ يعني فيما اذكر انه قول قتادة والسدي. اسماعيل السدي اللي هو القرآن. اعتصموا بحبل الله. في قول ثاني اه اه يعني يمكن بعض التفاسير ذكرته قبل قوله ان هو القرآن اللي هو الجماعة - 00:08:21

اعتصم باخوانك انت اوعى تقضي حياتك دي لوحداك. مش هتقدر لوحداك. يعني حاول كده تعيش شهر كده لوحداك من غير اخوانك.

من غير بكل بقى المشاكل وبكل المعطلات اللي في وسط الصحبة وفي وسط انما فعلياً المجموع انت اللي كسبان - 00:08:37

انت اللي كسبان انت اللي كسبان ان فيه صحبة انت اللي كسبان ان فيه ناس بتشداك. انت اللي كسبان ان فيه ناس بتاخذ بايدك. انت اللي مش مرتبط بصحبة ده بيلعب قمار - 00:08:55

بعمره بيلعب قمار في الايام بتاعته. واعتصموا بحبل الله. تخيل اما ربنا يسمي الصحبة بحبل الله. هو ايه فكرة الحبل اصلاً؟ فكرة الحبل دي ثلاث حاجات الحاجة الاولانية زي الحبل السري كده اللي انت كنت متعلق منه في الرحم. الحبل السري ده مش مجرد حبل ربطك في الرحم. ده الحبل السري ده بيقوم مقام تمن - 00:09:05

جوة جسمك. يعني حبل رحمت امداد. حبل امداد مستمر. فدي اول حاجة ان فيه امداد مستمر من الله. الحاجة الثانية اللي عايز يطلع جبل بيتربط بحبل بحيس ان هو يقعد يشد الحبل ويطلع بسهولة. الحاجة الثالثة اللي بيغرق في بحر. بيمدوا له طوق نجاة.

طوق نجاة ده ممكن يبقى حبل. يمस्क - 00:09:27

تكفيه عشان يطلع من الهاوية اللي هو فيه. فده دور الصحبة الصالحة في حياتك. حبل امداد. حبل ارتقاء للقامة. حبل انقاز. من ضياع يبقى دي من ارشادات الحياة القصيرة. ما تجربش في نفسك. دي قاعدة خلاص خلصانة. من ايام سيدنا ادم لحد دلوقتي القاعدة دي -

00:09:47

واعتصموا بحبل الله جميعاً. لازم يبقى معك الصحبة الصالحة. من ارشادات الحياة القصيرة. لان الدنيا قصيرة. لا تحتمل انك انت

تدفع عمرك تمن انك انت تفهم فيها. من ارشادات الحياة القصيرة بيقول لك كان فيه ثلاثة - 00:10:07

عايزين يطلعوا يعني ساكنين في الدور السبعين. في الثلاثة الاسانسير عطلان دي مش البتاعة القديمة يعني مش القصة القديمة.

فالاسانسير عطلان فالتلاثة عايزين يطلعوا فقالوا ايه نسلى بعض بقى كل واحد يحكي شوية ايه حاجات كده واحنا طالعين -

00:10:22

المسل ده جميل قوي يا جماعة. يعني اسر في قوي قوي بصراحة فالتلاثة آآ عايزين يطلعوا فقالوا كل واحد يسلينا شوية. كل واحد

يسلينا عشرين ثلاثين دور كده. فالاولاني بدأ يايه وهم يعني والتلات اشخاص الاولاني كانت شخصية مرحة - 00:10:38

اوي وكان شخصية لزيذة وشخصية طعمة كده وعنده حكايات جميلة كتير ومسلي وياما سافر واتفسح فعنده كلام جميل قوي كتير

يعني ونكت وحاجات في اول عشرين ثلاثين دول خدهم موتهم على روحهم من الضحك. وانبساط ويعني حاجة بقى ما حسوش بولا دور. مش بولا سلمة ما - [00:10:53](#)

بولا دور. خلاص بقى بعد عشرين ثلاثين دور تعبت بقى يا مولانا خلاص حد يستلم مني بقى. الشخصية الثانية من الثلاثة كان شخصية جادة اوي وكان حياته كلها كفاح تغطية وإدارة وإدارة وقت وتحمل مسؤولية وجدية ومرحلة وكحرتة فخداهم عشرين ثلاثين دور تانيين كلهم - [00:11:13](#)

كلام بقى عن الجدية في الدنيا تحمل المسؤولية ما فيش وقت نضيعه فطلعوا بقى ايه خلاص ودانهم بتطلع دخان من الحماس والسخونية والجدية لحد ما خلصوا العشرين ثلاثين دول خلاص بقى ما عدش قادر. فالتالت بقى التالت كان شخصية حزينة قوي. كان شخصية خنيفة وكنيبة - [00:11:33](#)

كل يوم يفتح الجرايد يقرأ صفحة الوفيات وصفحة الحوادث. واللي قتلت جوزها واللي ولع في مراته. واللي كب بنزين على ابوه ولع فيه اللي انتحر تحت عجلات المترو. واللي رمى نفسه من الدور العشرين واللي شنقت نفسها وانتحرت. فقاعد مسكهم بقى حزايني في حزايني. لدرجة - [00:11:53](#)

ان هم خلاص خنقهم كأبهم من من القصص الحزينة اللي هو سلامهم بها في اخر عشرة خمستاشر دور. وحسوا بسلمة مش حسوا بدور دور دور من كتر الخنقة اللي هم فيها حسوا بسلمة سلمة. بعد ما وصلوا بقى السبعين دور بقى. فواحد بيبص للتاني فبيقول له مفتاح - [00:12:13](#)

فين ؟ قال له مفتاح ايه ؟ ما عاش مفتاح. طب وانت المفتاح فين ؟ ما عاش مفتاح. مفتاح يا نهار ابيض! ده احنا نسينا المفتاح. نسينا المفتاح مع البواب تحت - [00:12:33](#)

اهو بالزبط دي قصة حياة الانسان. ده ملخص حياة البني ادم. البني ادم رحلة حياته هي ثلاث مراحل. المرحلة الاولى مرحلة شباب اللي هي معزم اللي قاعدين دلوقتي فيها مرحلة اللزاة والمرح ها عشان كده دايم اقول لاخواني اقول له يا ابني انت انا عايز اضحي. يا ابني كل دي مشاعر شباب - [00:12:43](#)

انا اه اريد ان اجاهد في سبيل الله. يا ابني كل ده حماس شباب. يا عم حماس ما انا عايزك الاول تبقى متجوز وعندك اربع عيال وبعد كده نتكلم. اما هتقول كلام - [00:13:03](#)

يقين ساعتها انت عندك يقين. اما هتقول كلام التضحية من اجل الدعوة ساعتها انت عندك تضحية من اجل الدعوة. انما لسة وانت انت لسة في عشرين ثلاثين دور بتوع المرح والفرفشة والضحك واللعب وما فيش مسؤوليات حقيقية في الحياة. او ما فيش وعي عندنا في المجتمع اللي وراك مسؤوليات في الحياة. ما فيش وعي طبعاً ده ده يعني - [00:13:13](#)

نوع من انواع الجاهل المركب اللي احنا عايشين فيه. انما هو فعلياً عايشين ثلاثين سنة. عيش يا عم اللي انت عايزه. بعد كده العشرين ثلاثين سنة التانيين من عمرك. عشرين ثلاثين سنة - [00:13:33](#)

بقى المسؤوليات. اتجوزت يا نهار ابيض! ده انا بقى مطلوب مني دخل مع كل عيل بقى مطلوب منك الف الفين ثلاث تلاف جنيه زيادة اصلاً. عفيه شهرها عشان تقدر تكفي احتياجاته وتعليمه ومدارسه. لأ ده العيال دخلوا سانونية عامة لأ ده العيال في الجامعة لأ ده العيال بيتجوزوا. لأ هجيب مصاريف جوازهم منين مطحنة - [00:13:43](#)

طحن طحن طحن وما فيش عندك فرصة انك انت تفلفص مسؤولية. خلاص اتجوزت ليه وخلفت ليه وبقيت مسئول عن اسرة ليه؟ لحد ما خلصت المهمة الحمد لله توصل بقى لآخر عشرة خمستاشر عشرين سنة في العمر. ودول يعني الحقيقة يا جماعة ان في احيان كتير نسأل الله العفو والعافية - [00:14:03](#)

نعوذ بالله ان نرد الى ارضنا العمر. احيان كتير بيبقوا سنوات خنيفة في العمر. سنوات انتزار الموت بقى. اللي هو بقى ايه؟ انت كنت مشغول في الاول في اللعب فرح وبعد كده بقيت مشغول في الجدية والمسؤوليات وتجويز العيال وتعليم العيال والتطور الوظيفي والتحضير بتاعة شهادتك عشان تحسن دخلك - [00:14:23](#)

ولا اسافر برة آآ عشان اجوز العيال لما اسافرت. خلصت المرحلة. دخلت بقى في مرحلة ايه؟ هي مضاعفات السكر والضغط هيبقى شكلها ايه؟ هو فيه قلب هو انا هعمل عملية هو الواحد رقد ولا ما رقدش. دخول مستشفى مش دخول ما عدتش قادر ما عدش فيه طاقة. طب انا نفسي اتحرك بس ما عدتش قادر. طب انا سنوات بقى - [00:14:43](#)

انتزار الموت. سنوات بقى المرض. سنوات بيبقى عند ناس كتير نسال الله العفو والعافية. تبقى سنوات صعبة اوي. وسنوات حزينة وسنوات خائفة وسنوات صدمة هي الدنيا طلعت كده انا ما كنتش اعرف السنين المرحلة الثالثة دي بتبقى عايزة استعداد من وانت عندك خمستاشر سنة. لو انت راجل واعى في الحياة وفاهم مراحل الحياة كويس. عايزة استعداد مالي - [00:15:03](#)
صحي وايماني وروحاني واتصال بالله ودعائي واستعداد من وجوه كتير. المصيبة ان بعد التلات مراحل دول انت وصلت عايز تفتح بقى. يا نهار اسود! ده انا نسيت المفتاح. هو ايه المفتاح؟ بعدها رحلة السبعين سنة في عمرك نزلت مفتاح الجنة. نسيت مفتاح ملكوت السماوات - [00:15:23](#)

هطلع فين؟ انا ما عيشش مفاتيح اصلا. انا اول تلت في عمري اتشغلت بالفسح. واتشغلت اللي كان في مزاجي باعمله طلعت في دماغي انزل فوتوا على اصحابي بقى افوت. طلعت في دماغي انزل اتعشى فول وطعمية انزل. طلعت في دماغي انزل لعب كورة انزل. انا مش ما فيش حياة مسئولية اصلا. التلت الثاني انا كنت مطحون - [00:15:43](#)
يا رب اصلا في المسؤوليات. التلت التالت انا كنت يا رب اصلا من دكتور لدكتور لمستشفى الكشف التحليل لعيادة القاعدة في البيت لدوا اكتاب نسال الله العفو والعافية. انا انا كنت مشغول في مرضي ومعاناتي والامي والعيال اللي ربتهم سابوني - [00:16:03](#)
قاعد لوحدي في بيتي واعمل ايه؟ ومين يسندني؟ انا انا كنت مشغول. يا ابني انت ما كانش ينفع اي حاجة من التلات مراحل تشغلك عن المفتاح اوعى تنسى المفتاح. وانت في مرحلة الفسحة في اول عمرك كان لازم تفتكر العبادة والعمل الصالح. وانت في مرحلة الجدية والانشغال وعنق الزجاجة - [00:16:23](#)

مطحنة كان لازم تفتكر اللي معه مفتاح عربية بتلاتة اربعة مليون جنيه. اهي العربية تحت امره. اللي معه مفتاح خزنة فيها ملايين. الملايين تحت امره. يفتح ويأخذ اللي هو عايزه. اللي معه - [00:16:43](#)
حشة فراخ الفراخ تحت امره عايز ياخذ آآ بيضتين عايز ياخذ فرختين ياكلهم تحت امره انت على اللي معه مفتاح الجنة كل اللي في الجنة بتاعه. فده اعلی مفتاح في الوجود كله. فانت لازم تبقى اوعى تنسى المفتاح من ارشادات الحياة القصيرة. اوعى تنسى المفتاح. اوعى - [00:16:53](#)

فترة السراء والشباب تنسى العمل الصالح. اوعى في فترة الجدية والمسؤوليات وعنق الزجاجة تنسى العمل الصالح. اوعى في فترة المرض والمعاناة والتعب وانتزار الموت. اوعى تنسى العمل الصالح. لان هيجي لحزة كل الدور ده هينتهي وانت معك مفتاح السما ولا معكش المفتاح - [00:17:13](#)

اللي تصعد به الى الله وتدخل به الجنة. من ارشادات الحياة القصيرة انك انت ما تعيش الحياة بدراعتك. فيه حاجات مش هتيجي بالدراع. مهما موتت نفسك. يعني النبي عليه الصلاة والسلام يقول واجعل الحياة زيادة لنا في كل خير - [00:17:33](#)
المفهوم بقى النبي عليه الصلاة والسلام نهى الصحابة عنه موهوب بتاع الجملة دي اجعل الحياة زيادة لها في كل خير. فينا توغل. كل دي انا عايز كل شعب الايمان يا رب اتميز فيها. وتوغل فيها. انا عايز يا رب - [00:17:48](#)
ابقى شاطر وفي الدعوة ابقى حلو وفي الصيام والقيام ابقى تمام. وفي طلب العلم ابقى حلو وفي الاخلاق ابقى مية مية وفي صلة الرحم ابقى كويس. المفهوم ده نفسه النبي نهك عنه - [00:18:04](#)

في احاديث تانية قال رسول الله صلى الله عليه وسلم استقيموا ولن تحصوا. انس لن تحصي الدين في كل خير دي انساها. ما فيش حاجة اسمها كل خير. اومال ايه انا شف بقى عمل عبادة من العبادات وتميز فيها. شف باب من ابواب الدعوة وخدمة دين الله واحترف عليه. انما فكرة - [00:18:14](#)

انك هتاخذ كل حاجة في الدين ده طمع مدمر. الله! يعني النبي عليه الصلاة والسلام يعني بيقول استقيموا ولن تحصوا. والرسول

صلى الله عليه وسلم يقول كمان بقى ايه؟ سدودا - 00:18:34

وقاربوا سددي يعني هاتها جوة الشبكة. قارب يا عم هاتها في العارضة هاتها جنب الشبكة. ما تخليه اش تقلش يعني في الاول. هاتها

جنب الشبكة. طب هو ده جون هو في الدنيا مش جون - 00:18:44

في الدنيا انت لو شوطت الكورة جت في العارضة جون مش جون عند ربنا جون عند ربنا محسوبة. عند ربنا آآ ركعتين خمسين في المية جون حلوين يتقبلوا وممكن ينجوك وربنا ينجيك في الدين في الدنيا لازم ما فيش غير سدده. انما في الدين فيه قاربه -

00:18:58

في قريبه اه انا بزلت مجهود وما جتشي. بس ربنا حافز لك فقد وقع اجره على الله. ما لكش دعوة. ما تمتش اصل بس وقع اجره على الله ففي الدين الله سبحانه وتعالى بيقبل هذه العلاقة. فما تعقدش نفسك في الدين. بلاش المدمر للنفسية ده. ده مرض نفسي على

فكرة - 00:19:18

اللي هو ده يعني آآ يعني ايه فت يعني حاجة عاملها صح. آآ دي مش حاجة حلوة ده في في الطب النفسي ده مرض نفسي. الانسان

عايز يبقى في كل حاجة - 00:19:38

بيسموه الشخصية الوسواسية. اللي هو الشخصية اللي عايز يبقى في العبادة استاز وفي الدعوة مية مية وفي طلب العلم حلو اوي. وفيقول لك ده شخصية مدمرة ده شخصية هيفضل يلهث وراء النجاح وعمره ما هيحس بالسعادة. لانه حاطط اهداف مسالية وهمية

اصلا - 00:19:50

فمش هيقدر يوصل لحاجة فيقول لك لا انت ايه آآ خليك واقعي ما تبقاش مسالي في الحياة يعني ايه يعني سدودا طيب واقبل قاربه زي ما تقبل سدده. يعني استقيموا ولن تحصوا. من الاول كده يعني جاهد واتعب ويلا يا مولانا وموت نفسك عشان توصل لربنا بس -

00:20:08

وفي الاخر هتقع وهيحصل لك فتور واقبل الكلام ده كله. وما من عبد مؤمن الا وله ذنب. وكل ده لازم تقبله. كل ده طبيعي. وفيه حاجة صاحبها بتعدي من على القمر الفتور هيبجي غصب عنك. وهتلاقي نفسك زهقت ومليت وفاترت هو ايه ده ده الحياة ولازم

تقبل وكده انت مية مية - 00:20:28

امال ايه واجعل الحياة زيادة لي في كل خير. ايه ده! لا بقى! فيه فرق انك بتجيبها بالمجاهدة انك بتجيبها بالافتقار فالرسول عليه الصلاة والسلام لما كلمك عن المجاهدة قال لك استقيموا وايه ولن تحصوا. اما اكلمك على الافتقار لا حرج في فضل الله. الله قادر انه -

00:20:48

اعملها لك بس دي ربنا بقى دي مش انت بقى. زي ما بيقول قتادة ولا يزال المؤمن يدعو ربه ليلا ونهارا. حتى يستجيب الله له. المؤمن

بقى ايه من الادعية اللي فعلا - 00:21:10

المأسرة في هذه الايام تأسير كبير جدا جدا يعني يعني ما عرفتش انام الليلة يعني يعني آآ نمت له ربع ساعة ما اعرفش بقى ربع

ساعة ايه الله اعلم يعني هو الواحد نام قد ايه يعني بس. فانا مش عارف انام غير لما يعني قمت صليت ركعتين - 00:21:21

قعدت ادعي ربنا بالدعاء ده. الدعاء ده مأسر في الايام دي قوي ومحسني ان هو يعني يا سلام! احنا يعني ندعي ربنا به ليل نهار!

يعني ونحن موقنون بالاجابة باذن الله. الرسول عليه الصلاة والسلام بيقول - 00:21:37

آآ هو الرسول كان بيدعي الدعاء ده في اخر في دبر كل صلاة. دبر كل صلاة دول العلماء اختلفوا يعني ايه دبر كل صلاة. يعني لما

النبي يقول لمعاذ ابن جبل لا تدعن ان تقول دبر - 00:21:51

كل صلاة اللهم اعني على ذكرك وشكرك وحسن عبادتك. فبيختلفوا دبر كل صلاة. يعني بعد التحيات قبل ما تسلم فده قول والقول

التاني بعد ما تسلم بعد ما تسلم. يعني في علماء مرجحين ان الدعاء اللي هاقوله ده قبل ما تسلم - 00:22:01

ما لحقتش خلاص قولوا بعد ما تسلم. الرسول عليه الصلاة والسلام كان بيدعي ربنا يقول ايه؟ اللهم اغفر لي ثلاث طلبات بس ثلاث

طلبات مهولة الطلب الاولاني اللهم اغفر لي ذنوبي وخطاياي - 00:22:20

كلها حلو قوي كلها دي. هقول لك ليه اتنين اللهم انعشني واجبرني. ده الحديس الوحيد الصحيح. حديس صححه الالباني. حسنه الالباني في صحيح الجامع الحديس الوحيد الصحيح اللي انا اعلمه جه في كلمة انعشني. الانعاش الرباني. اللهم ان عشني واجبرني. 00:22:34 ثلاثة -

واهدني لصالح الاعمال والاخلاق. لا يهدي لصالحها ولا يصرف سيئها الا انت. اللهم اغفر لي ذنوبي وخطاياي كلها آآ بص انت مش عارف الخبطة جاية لك منين يعني الزنوب دي يا مداخل المصايب في حياتك. فانت ما انتاش عارف انت اتخبطت منين. انت ما انتاش عارف الابتلاء اللي انت فيه او الهم اللي انت فيه او المشكلة اللي حصلت هي بسبب زنب. بس قال لي زنب ما انتاش عارف - 00:22:56

طب الحل ايه؟ الحل بقى لعرض الكومبو بقى ان كله يتشال. ما انا مش عارف هو انهبي شقة اللي خرج التعبان او خرج العقرب اللي بيرقص؟ فالحل انك الشقوق كلها فهو الدعاء ده من جماله كلها دي. اللهم اغفر لي ذنوبي وخطاياي كلها. يا سلام! يا رب! اللهم استجب يا رب! اللهم - 00:23:20

تجب يا اكرم يا محسن وقد احسن بي. ربنا ما عملش فيا حاجة وحشة ابدًا. ربنا ما اساءش لي ابدًا. وقد احسن بي. ربنا اختار لي احسن مستقبل ربنا رتب لي احسن عيشة - 00:23:40

ربنا ما عملش معه غير الحلو انا شفت من ربنا الحلو كله. وقد احسن بي اسم الله المحسن. اغفر لي ذنوبي وخطاياي ايه؟ كلها. اللهم انعشني انعشني دي انعشني واجبرني دول الدعوتين اللي لو ربنا استجابهم لك - 00:23:51

انت هتفضل شباب مدى الحياة نقص الشباب مش شباب الجسم يا جماعة. يعني بصوا يا اخواننا الايه تي بي الطاقة طاقة الشغل لها ثلاث مصادر في جسمك. طاقة الشغل لها ايه - 00:24:11

ثلاث مصادر في جسمك. المصدر الاول للطاقة هو الاكل اللي بيتهضم آآ يدخل الامعاء يمتص من جزء منه من الامعاء. يروح بقى ايه مع الاكسجين اللي داخل من الرئة يروحوا الخلايا يحصل بقى الكريبيسي سيكل ويحصل عملية الحرق يطلع الايه تي بي زرة الطاقة دي هي اللي - 00:24:23

ومقوماك ومشغلاك ومخيلاك عارف تتجوز وتجامع وزوجتك وتروح شغلك زرة الايه تي بي. اللي لقيت يا والو اللي لقيتني به بتاعه من الاكل بس هو فيه مصادر تانية للطاقة؟ اه - 00:24:43

الطاقة الروحانية وايدهم بروح منا. روح معنوية. الروح المعنوية دي بتقاتل المنة. واحد نزل ملك الموت بياخده يعني واحد مسلا حصل له مسلا انسداد فجأة مسلا ايه اللي هي ايه - 00:25:00

اللي هو الموت في عضلة القلب ده جلطة في القلب. نسأل الله العفو والعافية. واحد جا له جلطة في القلب. اللي جا له جلطة في القلب قاعد يصرخ ويموت وخلص ويموت. الراحل ده ما سجله جلطة ما هو واحد ويموت في لحظة حصل له ايه؟ تأكيد فيه حاجة آآ فيه سبب حاد حصل له داخلي - 00:25:15

وبيزحف للارض جاب الطاقة دي منين بقى فقط الزحفة ديت وملك الموت بيطلع جاييها منين دي روح معنوية بقى. دي بقى وايدها علي ابن ابي طالب يجيب منين طاقة يمسه باب - 00:25:32

خير ويعملوا ترس آآ مجن يحارب من وراه. في يوم فتح خيبر. جاب منين خالد ابن الوليد؟ جاب منين طقى تسع سنين شفت اتكسر في ايده يوم مؤتة ويفضل يقاتل في سبيل الله دي اسمها الروح المعنوية بقى - 00:25:46

ده مصدر تاني من مصادر الطاقة الجبارة. اللي هي الايمان العظيم. المصدر الثالث للطاقة والاياه تي بي بقى بس دي مفاعلات نووية بقى فيه فرق بين ان انا باجيب مائة باجيب كهربا من آآ من آآ مائة آآ نازلة منحدره وان انا باجيب كهربا من مفاعل نووي -

00:26:01

الثالث للطاقة هي نفسك. نفسيتك نفسيتك دي جبارة النفسية شف بقى اللي مسلا اللي بيعب المخدرات ولا بيعب النساء ولا الرغبات اللي بتخلي النبي ادم يعمل حاجات انت مش تخيل هو عمل كل ده ازاي! عشان يقدر يعمل المعصية دي ولا يوصل للمتعة دي! ولا

يوصل للشهوة دي! يعني هاقول لك حاجة مسلا! انت دلوقتي تعبان ومش قادر! خل بقى ثلاثة اصحابك - [00:26:21](#)
احنا طالعين الوقتي فسحة ولا رايعين ماتش كورة؟ فجأة قمت انت جبت الطاقة دي منين؟ ده انت كنت دلوقتي نايم نفسيتك بقى.
لانها رغبات محبوبة حاجة بتخليك الوقت ميت ونايم وقاعد وبقى لك عشرين سنة عشرين ساعة ما ما نمتش وفجأة بقى جا لك ابوك
قال لك يا عم ده انا خطبت لك بت زي القمر - [00:26:45](#)

وكلمها دلوقتي هتلاقي نفسك تمن ساعات قعدت جبت الطاقة دي منين؟ دي الطاقة النفسية بقى. فدي مصادر الطاقة ومصادر الاداء
بتاعك اللي بيحصل ايه بقى؟ اللي بيحصل في كبر السن ايه؟ هو ليه اللي بيكبر في السن بيعجز؟ في حين ان سيدنا زكريا عنده
واحد وتسعين سنة وواقف يصلي وهن العظم مني - [00:27:06](#)

ما عدش فيه ايه تي بي. اللي زيه وانا العزم ده نايم في السرير خلاص يعني بيأكلوه بيشربوه ما بيقدروش يتحرك اصلا. جايب منين
المفاعلين التانيين شغالين. الطاقة النفسية بس رغبته بقت في سبيل الله. هواك - [00:27:25](#)
في في مراد الله وطاقة الروح المعنوية الايمانية اللي جوة قلبه وفطرته مفاعلين شغيفة مقومينه والمفروض ده ما يقومش
المفروض السن ده ما يقومش المفروض واحد عنده حاجة وسبعين سنة زي سيدنا موسى ما يقولش لا ابرح حتى ابلغ مجمع البحرين.
مجمع البحرين انت قادر تمشي ولا المفروض - [00:27:40](#)

اصلا قاعد ده انت لسة بتبدأ. لسة دي طاقة بقى. دي طاقة معنوية وطاقة نفسية. فالنبي هنا فايه الشباب؟ الشباب انه يفضل
المفاعلين التانيين شغالين في حياتك فهمت بقى قلت اما قلت لك مرحلة كبار السن عايزة استعداد ليه؟ عايزة استعداد ان آ
الطاقة النفسية والطاقة القلبية المعنوية دول يفضلوا ايه؟ اقوى ما يكونوا - [00:28:00](#)

فتفضل زي النبي عليه الصلاة والسلام عنده اتنين وستين سنة وخارج الف وخمسميت كيلو في تبوك. ازاى جابها منين جسمك وحافز
على صحتك والعب رياضة والنبي كان قاعد يدعي ربنا اعوز بك انه رد الرجل العمر آ النبي كان بيدعي ربنا - [00:28:23](#)
كثير للمرحلة دي لان دي مرحلة يعني نسأل الله العفو والعافية مرحلة صعبة فعلا يعني عايز تفضل شباب التانيين يفضلوا
موجودين. طب ايه بقى علاقة ده بانعشني واجبرني؟ الانعاش هو كلمة يقول لك الانتعاش الاقتصادي. يعني ايه - [00:28:39](#)
الانتعاش الاقتصادي يعني دول نامية زي الدول النامية كده اللي الدنيا راكدة فيها لا شاب لاقى شغل ولا حد عارف يشتغل وتسعين
في المية من المشاريع بتخسر وبتقفل حاجة فيه دول تانية منتعشة اقتصاديا. آ بترمي القرش يرجع لك مليون جنيه وفيه
مليارديرات وبتشتغل بمرتبات عالية وانت - [00:28:55](#)

اقتصادي. شفت كلمة يعني ايه؟ انا عشني. يعني ايه انا عشني؟ يعني ايه النعش؟ يقول لك شال الميت على النعش. يعني ايه النعش
هو النعش اساسا من السرير الميت. النعش اساسا سرير المريض الرائد. لما كان زمان ملك من الملوك يرقد خلاص بقى بيموت خلاص.
يقوم - [00:29:15](#)

السرير اللي معروض عليه زي سراير العناية المركزة كده يسموه النعش. وسرير ليه يعني بيتسمى نعش ليه؟ تيمنا. العرب لما كان
حاجة تقفلهم اوي ويكتنبوا اوي ويتشائموا منها اوي يسموها بالعكس. فيقول لك مسلا ايه السحرة المهلكة يسموها مفازة ليه تيمنا
انك هتعتدي وهتفوز؟ واحد لدغه عقرب - [00:29:34](#)

وسليم. تيمنا ان هو يروق. فالنعش تيمنا ان المريض اللي رقد وقعد داهو. وما فيش طب يقومه انه سينتعش. يعني ايه سيقوم من
السقطة المدوية. سيقوم من الوقعة المحطمة. واحد اتحطم بس هيقوم ان شاء الله. طب احنا مسلمين - [00:29:54](#)
النعش ليه؟ تامنا ان ربنا هيمنع اللي رقد رقة الموت ده ربنا يحييه وهيبعسه وهيقوم وهينعمه وهيمتعه وهيفرحه منن تيمنا عقيدة.
فيقول لك الانعاش. يعني ايه واحد دخل انعاش؟ واحد قلبه وقف. ونبضه وقف ونقله بسرعة المستشفى. يعملوا له صداقة كهربائية.
يحققوا ادرينا لين - [00:30:14](#)

في القلب يركبوا الاكسجين يدوا له حقن تجري في الدم في سواني عشان بقى مش حبوب بقى عامة تمن ساعات عما تشتغل. فتلات
اربع تيام تلاقي اللي كان رايع كده خارج زي الفل وخارج على رجليه وعایش ثلاثين اربعين سنة زي الفل. ايه اللي عملوه؟ انعاش

يبقى يعني ايه انعاش؟ انعاش - 00:30:35

واحد اتهد وقع انهيار. خلاص لا عاد عنده طاقة نفسية ونفسيته انهارت. وربنا يقومه على رجلي تاني وربنا يدي له الطاقة والقدرة والامل في الحياة تاني ويقومه تاني. اللهم ان عشي اني يا رب خلاص انا منهار اصلا. انا تعبان - 00:30:55

والدنيا خربانة عندي انا زمانها الدنيا انا مهدود. طيب وعائز ايه انا عايشني بقى ان عاش رباني واجبرني اجبرني ليه فالانعاش ان قلبك يتملى امل تاني. ان قلبك يتشاحن بروح معنوية تاني. ان موبايل قلبك اللي فصل شحن ده يتشحن تاني وترجع تاني -

00:31:16

طب اجبرني نفسيتك بقى. ترجع زي نفسيتك وانت طفل تاني. اجبرني نفسيتك زي ورقة السلوفان. اي موقف صعب. خليك مسلا آآ يعني مسلا قريت ده فيه كورونا متحور دلنا بلس جاي مصر وبيقولوا ان هو صعب اوي يا نهار اسود طب انا اعمل ايه ؟ اللهم احفظه

- 00:31:36

يا رب اللهم انا نسألك العفو والعافية. طب انا لو تعبت اعمل ايه ولو الموضوع بعد كده آآ مسلا جيت تشتغل لقيت نفسك مسلا ايه بتاع صاحب الشغل قال لك والله ما عدش فيه شغل بقى يا ابني والدنيا - 00:31:56

خربانة اصلا وما فيش حاجة يا نهار ابيض! طب هاكل منين! واتجوز ازاى! بعد كده بقى رحت اتشكلت مع خطيبتك اللي انت خاطبها وسبتوا بعض لان ما فيش اصلا زروف مادية تسمع - 00:32:06

مممكن تلاقي نفسك بالليل جالك اه نوبة فزع عادي جدا بني اتاك عادي جدا ايه ده انا زي الفل يا حبيبي ما فيش حد زي الفل انت الانسان لو ما عندوش شحن - 00:32:16

معنوي عالي اقل مشاكل في الحياة بتوقعه. ان الانسان خلق هلوعا. ما تحسنش الزن بنفسيك اوي. فالنبي بيقول لربنا واجبرني مش في مجبرات العضم جبار لنفسيك يا رب اجبر لي نفسيك يا رب. رجاء صلح لي الشروخات والكسر اللي في نفسيك يا رب. يبقى رجعت طاقتك النفسية سليمة ورجعت روحك - 00:32:26

عناوية سليمة بعد ان عشنا وطاقتك النفسية سليمة بعد اجبرنا عشان كده انعشني واجبرني. الاتنين دول لو ربنا استجابهم تعيش طول عمرك شباب. وعندك طاقة مليون حيوية وانطلاق تبقى حي كده زي ما بيسموه في القرى. يقول لك فلان ده حي يعني ايه حي وادفع عال ورايح وجاي وقوة وحيوية - 00:32:50

واهدي لصالح الاعمال والاخلاق ارفع كفاءة حياتي يا رب. آآ زبط لي البوصلة بتاعة قلبي. انا بصلة قلبي متوجهة للدنيا. او اتنين بيتشاكلوا علي وبعض جوايا انا اتنين بيتشاكلوا حد بيتشاكل علي لفوق وللسمو وللعمل الصالح وحد بيتشاكل علي للشهوة فانا متخانق مع نفسي من جوة اصلا في خناق جوايا - 00:33:11

نادي مش مفصولة مش عارف افصل. فلما فصل طالوت مش عارف افصل. مش عارف اخذ قرار حاسم في اتجاه واحد. فانا قدامي ابواب اعمال صالحة كتير بس انا قلبي مش جابيني - 00:33:31

مش عارف اخذ القرار. فيا رب وجه لي قلبي بقى ان بوصلة القلب تتزبط. اهدي لصالح الاعمال. املاي حياتي بالعمل الصالح. ارفع كفاءة حياتي. ان انا يومي مليون حاجات حلوة. ومليون انجازات - 00:33:40

ولا يهدي لصالحها ولا يصرف سيئها الا انت. اتكلما عن ثلاث قواعد من ارشادات الحياة القصيرة. القاعدة الاولى واعتصموا بحبل الله. ما تلعبش امور بعمرك آآ انت محتاج صحبة ما ما تفقدش اجمل حاجة هتساعدك في وسط الدنيا الصعبة اللي احنا عايشين فيها. على انك انت تكمل وتواصل - 00:33:54

الصحة الصالحة النصيحة الثانية اوعى تنسى المفتاح. اوعى تبقى عامل زي اللي طلوعوا سبعين دور وفي الاخر نسي المفتاح. آآ شاب وربنا غنيك وما عندكش مسئوليات اوعى تنسى العمل الصالح. ما هو ده مفتاح ملكوت السماوات لما تموت. مفتاح ابواب الجنة لما تموت. ايه مشغول وعندك ضغوط دنيوية اوعى تنسى العمل الصالح - 00:34:14

ايه كبرت في السن واوعى تنسى العمل الصالح. اوعى تنسى العمل الصالح. ده المفتاح في الدنيا وفي الاخرة القاعدة الثالثة من

ارشادات الحياة آآ القصيرة اوعى تعيش في الدنيا بطولك. فيه حاجات عمرك ما هتجيبها بالمجاهدة. ولا هتجيبها بعضلاتك ولا

هتجيبها بالكفاح آآ - [00:34:34](#)

آآ انت بني ادم طاقتك محدودة وامكانياتك محدودة. عشان المفاعلات النووية النفسية والقلبية تشتغل معك وتبقى فعلا واقف على رجلك بقوة سيدنا ابراهيم ربنا بيقول له ايه؟ آآ اجعل على كل جبل منهم ايه؟ جزءا ده انت لو واكل ثلاثة كيلو لحمه - [00:34:54](#)

وحلة محشي مش هتقدر تنفذ المهمة دي اصلا يعني ايه ده طلع حد فيكم طلع راح حج مسلا وطلع جبل قعد يعبد ربنا فوق شوية. ده طلعة الجبل اللي بتاخذ لها ساعة ونص. الجبل الصغنى العادي يعني. والنزلة من عليه على - [00:35:12](#)

كل جبل يعني ده قعد قد ايه دهعش لو عشرين جبل طالع نازل عشرين جايب الطاقة دي منين؟ الصالحين الطاقة الرهيبة اللي كانت جواهرم والروح المعنوية يبقى بسبب الطاقة الايمانية والطاقة النفسية الايمانية ان رغباتهم بقت في سبيل الله. ربنا هدى لهم نفوسهم وعانهم على نفوسهم. آآ - [00:35:25](#)

عايزين نمشي صحفى الدنيا. مش عايزين الدنيا تتوهنا. مش عايزين آآ نخسر المعركة اللي احنا فيها. مش عايزين مع الايام نفقد حماسنا نفقد ايماننا. احنا عايزين نعمل حاجات كتير اوي في الحياة القصيرة بتاعتنا. عايزين نوصل لربنا وعايزين نرضي ربنا.

وعايزين نعمل حاجة للاسلام وعايزين نشغل في الدعوة. وعايزين نطلب علم ازاي - [00:35:45](#)

ازاي نسأل الله الهدى والسداد. اللهم اغفر لنا ذنوبنا وخطايانا كلها. اللهم اغفر لنا ذنوبنا وخطايانا كلها. اللهم اغفر لنا ذنوبنا وخطايانا

كلها. اللهم انعشنا واجبرنا. اللهم انعشنا واجبرنا. اللهم انعشنا - [00:36:05](#)

اجبرنا. اللهم انعشنا واجبرنا. واهدنا لصالح الاعمال والاخلاق. لا يهدي لصالحها ولا يصرف سيئها الا انت. اللهم ربنا اتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار. اللهم اقم - [00:36:25](#)

لنا من خشيتك ما تحول به بيننا وبين معاصيك. ومن طاعتك ما تبلغنا به جنتك. ومن اليقين ما تهون به علينا مصائب الدنيا. ومتعنا

اللهم باسماعنا وابصارنا وقواتنا ابدًا ما احييتنا. واجعله - [00:36:45](#)

قل وارث منا واجعل فأرنا على من ظلمنا. وانصرنا على من عادانا ولا تجعل مصيبتنا في ديننا. ولا تجعل الدنيا اكبرها منا ولا مبلغ

علمنا ولا تسلط علينا من لا يرحمنا. اللهم اصلح لنا ديننا الذي هو عصمة امرنا. واصلح لنا دنيانا التي - [00:37:05](#)

فيها معاشنا واصلح لنا آخرتنا التي فيها معادنا. واجعل الحياة زيادة لنا في كل خير. واجعل الموت لنا من كل شر. اللهم انا نسألك العفو

والعافية. اللهم انا نسألك العفو والعافية. اللهم انا نسألك - [00:37:25](#)

من فضلك ورحمتك فانه لا يملكها الا انت. اللهم اكفنا بحلالك عن حرامك. واغننا بفضلك عن سواك اللهم انا نسألك الهدى والسداد

برحمتك يا ارحم الراحمين. سبحانك اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك - [00:37:45](#)