

الإنسان في علم النفس الإسلامي | د. خالد بن حمد الجابر

خالد بن حمد الجابر

نحن لا نهدم علم النفس ولا ايظا نأخذ علم النفس الغربي ونبني عليه لا لا نحن لدينا طرحنا المستقل ابتداء اهلنا طريقتنا في النظر الى النفس والنظر الى الانسان والنظر الى ما يصلحها وما يسعدها ومكونات علم النفس الى اخره. ابتداء لا تكميلا ابتداء لا تكميلا نعم.

لا - 00:00:00

ممكن في المنظور النفسي الاسلامي فصل النفس فصل علم النفس عن الدين. جميل. كما يروج له اه في علم النفس الغالبة يعلم الطلاب هذا الشيء. هل بالامكان اذا صلى انسان صلاة جيدة - 00:00:18

صلاة النبي صلى الله عليه وسلم صلاة جيدة او اقرب ما يكون الى صلاة النبي صلى الله عليه وسلم. هل ممكن فعلا يستفيد نفسيا يشعر بالراحة والاسترخاء والطمأنينة؟ نحن كنا في فترة في السابقة كنا - 00:00:31

نقول يعني الصبر الرضا التسليم هذي اشياء وعظية ما لها علاقة بعلم النفس. كنا مخدوعين كنا مخدوعين لا لا هذي المصطلحات اه عميقة الدلال قدرة المنظور الاسلامي على الجمع بين الثنائيات التي عجزت - 00:00:41

المنظورات الغربية عن الجمع بينها مثلا التوكل ابذل السبب واستعين بالله عز وجل. جميل. التسليم انا اسلم بقضاء الله لكني ايظا اقوم بالاجراءات الصبر انا اصبر ايضا لكني افعل الافعال الاسباب الرضا انا ارضى لكن ايضا نفسياتي جيد موب ارضى ونفسياتي زفت لا ارضى ونفسياتي جيدة فعبارة دائما اقولها انا - 00:00:57

في مرضى في العيادة او للطلاب او في الدورات اقول له انه ازمات تقرب البعظ من الله وتبعد البعض عن الله نحن اصلا نسمي هذه نسميها بذل الاسباب. جميل نسميها بدأ انك تبذل الاسباب. ليش نسميه بذل الاسباب؟ ما نسميها حل المشكلات - 00:01:20

لانه ما حنا ما نحل المشكلة نحن نبذل السبب والذي يحل المشكلات هو الله سبحانه وتعالى بسم الله اهلا وسهلا بكم في كاف جديد وحلقة جديدة هي امتداد لحلقتنا السابقة التي كانت بعنوان الانسان وفخ النظريات النفسية. وكان ضيفنا فيها الدكتور خالد بن حمد الجابر استشاري - 00:01:36

بالاسرة والعلاج النفسي في الحرس الوطني آآ بالرياض اه هذه حلقة هي امتداد للحلقة السابقة بعد ان لاقت اصداء واسعة وردود افعال متباينة ومنها المعزز والمطالب بحلقة جديدة وايضا اللي يحتاج الى تطبيقات في هذه النظريات - 00:02:05

اه اهلا وسهلا يا دكتور في هذه الحلقة الجديدة بعد انقطاع اه اخذ له فترة طويلة ايه نعم حياك الله اهلا بك مرحبا شرفتونا مرة ثانية بالمنزل انت والزملاء والاخوان - 00:02:25

وحياك الله بس انا بسأل يعني ليش اه ليش حلقة ثانية؟ ايه صراحة يعني شوف انا رجعت للردود الموجودة في على الحلقة وايضا التعليقات في تويتر وغيرها وجدت ان الناس قاعدة تحتاج الى الى طرح جريء في علم النفس المرتبط - 00:02:37

الاسلامية. بالمنظور الاسلامي. ايه. يعني في بعض الناس تعليقاته مثلا يقول انا اصلا كنت غير مقتنع بعلم النفس الحديث حتى جاء هذا الكلام واظاف الى النظرية الاسلامية ففعلا اقتنعت ان في علم نفس ويحتاج انا ندرسه لكنه بمنظور اسلامي - 00:02:58

فيه ناس يقولون وين وين هذا الطرح؟ يعني علماء نفس كثيرين وموجودين اطباء لكن اين الذي يطرح هذا المنظور الاسلامي بهذا الطرح الجريء آآ الناس يعني عندها ردود افعال وجدناها يعني تقول نبغى نبغى تعمق اكثر نبغى تطبيقات لهذه النظريات التي طرحت

لهذا الكلام والاسس اللي - 00:03:16

اعطونا تطبيقات لهذا العلم او المنظور الإسلامي. عسى الله ييسر يا رب. ارجو ان شاء الله ان تكون الحلقة هذي يعني وفاء لطلبتهم

في ان تكون تطبيقات باذن الله تعالى. جميل. جميل جدا. طيب يا دكتور خيلنا نبدأ بتساؤل كذا يعني هو موجود عند الجميع -

00:03:35

الان احنا عندنا علم نفس اسلامي وعندنا علم نفس غربي او حديث اه عشان نعرف الفرق بينهم ابغى اعرف ايش تعريف علم النفس

الاسلامي ايه علم النفس الاسلامي هو نظرية - 00:03:55

نفسية من ضمن النظريات النفسية الكثيرة الموجودة على مدار التاريخ اه على مدار التاريخ احنا ذكرنا في الحلقة الماضية انه انه

يجب ان ان نتخلص من وهم انه علم النفس الغربي هو الطرح النفسي الوحيد على مدار الثقافات - 00:04:10

تاريخ وهذا غير صحيح لا كل ثقافة كما ذكرنا المرة الماضية لديها لديها طرح فعلم النفس الاسلامي هو العلم الذي يناقش القضايا

النفسية من منظور اسلامي فهو نظرية وليس هو مجرد ليس هو مجرد آآ تعديلات على النظريات الغربية لان بعض البعض طرح كان

من ضمن الطروحات انه علم النفس الاسلامي يكون تعديلا - 00:04:25

اتوا او احيانا يسمونه علم النفس التكاملي يعني تأخذ النظرية الغربية وتعديل عليها لا هذا ما ينفع يجب ان تكون كما ذكرنا في المرة

الماضية خلع العبانان تكون مستقلة لانه انت انت اهل لان تكون مستقل انت مؤهل - 00:04:46

انت انت صاحب حضارة قوية عظيمة عريقة ضاربة في عمق التاريخ فانت مؤهل ان يكون لك طرحك الخاص بك خاصة هذا

طرح اصلا موجود يعني لست انا الذي اخترعه او انا ابتكره وانا مجرد اني اظهرته الى السطح والا هو موجود على امتداد يعني الالف

سنة الاولى من - 00:05:00

من عمر الاسلام فهو ممكن نعرفه هو العلم الذي الذي يعني بدراسة النفس وفهمها اصلاح النفس تحقيق الصحة النفسية اه والسعادة

النفسية العلاج العلاج النفسي للأمراض والتربية ايضا. هم. لانه يعني يمكن يمر معنا انه انه انا في في نظري انه - 00:05:18

وانه انه علم التربية للاسف يعني كأنه حذف من العلوم المعاصرة والمفترض انه يرجع يرجع مرة اخرى لان ما يسمى الان مثلا بعلم

بعلم هو في الحقيقة هو ترجمة لكلمة آآ هو التعليم هو اقرب الى التعليم. لكن التربية نفسها نفسها قد لا تكون موجودة بشكل واضح

في - 00:05:40

في العلوم الغربية المعاصرة اه علم النفس الاسلامي ثلاثة اركان. جميل الركن الاول يمكن جزء منه ناقشناه في اللقاء الماضي اللي هو

الجزء الذي يتكلم عن اصول الاصول النفسية اصول علم النفس - 00:06:07

عموما اسس اسس علم النفس. الاسئلة الاساسية في علم النفس. اه ما الانسان؟ ما النفس؟ ما مكونات النفس؟ كيف تتشكل النفس؟

ما هي الملامح العامة المنهج ويمكن بعضها تكلمنا عنه في اللقاء الماضي. جميل. اه الركن الثاني يمكن اليوم نتكلم عن جزء منه اللي

هو الركن الثاني متعلق بالصحة النفسية العامة - 00:06:23

جميل. الصحة النفسية العامة لانه حينما درسنا اطروحات العلماء المتقدمين في الجوانب النفسية والاخلاقية وجدنا انهم يركزون

كثيرا على الصحة النفسية العامة لذلك جعلنا الركن الثاني من اركان علم النفس الاسلامي - 00:06:43

اه اه في الطرح الذي لا نقترحه هو المتخصص المتعلق بالصحة النفسية العامة. جميل. الركن الثالث والمتعلق بالقضايا قضايا العلاج

النفس والتربية فهذه هي ثلاثة اركان لعلم النفس الاسلامي واي متخصص نفسي سيلاحظ انه يعني من مجرد ذكر هذه الارقان الثلاث

سيعرف - 00:06:58

هناك فرق يعني كبير وواضح اه بين اه اه علم النفس الاسلامي مواضيعه اهتماماته اولوياته مقارنة بعلم النفس الغربي. جميل. بس

خيلنا نرجع لنفس التعريف الان ان اه تعريف اه علم النفس الاسلامي. هل هو ينقض - 00:07:18

تعريف علم النفس الغربي او هو آآ يأخذ الجيد من من هذا العلم ويبني عليه نظرية جديدة يعني هل هو ينقض؟ احنا نبغى هدم كل لا لا

هم دائما المعترضون على طرح علم النفس الاسلامي يقولون اوه انت تهدم علم النفس يا اخوان العلوم لا تهدى بمثل هذا - 00:07:37

ان نحن حتى نهدم علما يعني قائما لا احد يهدم علم احد لا هو هو طرح نفسي هو طرح نفسي اه من ضمن الطروحات الموجودة من

ضمن الطروحات المتاحة بحيث يكون الانسان لديه خيار اخر لديه رؤية اخرى. ما يكون لا يكون محصورا فقط بالرؤية الغربية للنفس

وما وفهمها ودراستها. يكون هناك طرح اخر - 00:07:57

وهذا من حق البشرية ان تعرف ان هناك اطروحات طروحات اخرى نحن لا نهدم علم النفس ولا ايظا نأخذ علم النفس الغربي ونبني عليه لا لا نحن لدينا طرحنا المستقل - 00:08:17

ابتداء لنا طريقتنا في النظر الى النفس والنظر الى الانسان والنظر الى ما يصلحها وما يسعدها ومكونات علم النفس الى اخره. ابتداء لا تكمله. ابتداء لا تكمينا نعم لا يمنع بعد ذلك وهذا حق مشروع اننا نأخذ ما يناسبنا من كل الثقافات ليس فقط الثقافة الغربية يعني حتى الثقافات الهندية القديمة او - 00:08:29

اذا رأينا شيئا مناسباً اما مصطلحات او غيرها نأخذه واذا في علم النفس الغربي المعاصر اذا وجدنا اشياء مناسبة نأخذها لكننا لا نربط انفسنا باذيال الآخرين يعني الان معناته ابي افهم انه نبدأ من جديد - 00:08:50

من الصفر ننظر الى النفس ندرس ما هو من الصفر لانه انا مسبق بالف سنة الف واربع مئة سنة حضارة يعني انا انا انتمي الى حضارية حضارة ضاربة في عمق التاريخ - 00:09:10

انا لست لست مجموعة بشرية ظهرت فجأة في القرن الخامس عشر او القرن العشرين الميلادي والواحد وعشرين ميلادي. انا انا يعني مجموع الكتب الكتب اه التي اصدرتها الحضارة الاسلامية لم تتمكن حضارة على مدار التاريخ من اصدارها - 00:09:25

وفي مختلف العلوم. مم. يا اخي نحن نحن حضارة بدأنا علوم من الصفر بدأنا علوم القرآن من الصفر. علوم التفسير من الصفر. علوم الحديث من الصفر. علوم اللغة العربية من - 00:09:42

بدأنا علومنا جديدة في رؤية جديدة في الكيمياء والهندسة والفلك ولدينا طرح قوي جدا ايضا في باب الاخلاق لان علم النفس كان الغالب عليه يسمى علم الاخلاق الغالب عليه يسمى علم الاخلاق - 00:09:52

او يسمى علم السلوك. ليس السلوك بالمصطلح السلوكي المعاصر لا السلوك بمعنى التدين يعني. علم السلوك القديم يقصدون به علم التدين فانا لا احتاج ان ابدأ من الصفر انا احتاج ان ارجع فقط اه يعني انبش عن هذا الكنز الموجود يعني. جميل. طيب خيلنا نروح للصحة النفسية العامة يعني انه احنا ذكرنا الارقان - 00:10:09

الثلاثة اللي هي الاسس ثم بعدها الصحة النفسية العامة ثم العلاج النفسي الصحة النفسية العامة اللي الان يتحدث عنها نبغى نتحدث عنها بمنظور اسلامي. ايش الملامح المميزة او الصفات العامة في الصحة النفسية؟ اي - 00:10:30

نعم يعني آآ الخطوط العامة وهذه مهمة يعني يعني ما الفرق بين المنظور النفسي الاسلامي للنفس وما يصلحها مقارنة مثلا بالمنظور الغربي يمكن ركز اليوم اكثر على المنظور الغربي جميل. بحكم انه هو السائد - 00:10:44

اول شي المرجعية الدينية المرجعية الدينية نحن المرجعية الدينية تشمل اشياء كثيرة. يعني عشان اطلع صحة نفسية ارجع لا يمكن لا يمكن في المنظور النفسي الاسلامي فصل نفس فصل علم النفس عن الدين. جميل. كما يروج له اه في علم النفس الغالبة يعلم الطلاب هذا الشيء - 00:11:02

يعلمون انه علم النفس مستقل والدين مستقل هذا خطأ جوهري خطأ قطع انطولوجي فوق يعني خطأ في المنطلقات اصلا يعني ما يمكن هذا واه يعني هناك كلام كثير يمكن ان يقال اه في ما معنى المرجعية الدينية وكيف نرجع والى اخره؟ لكن نحن الهدف من هذا اللقاء هو هو يعني اعطاء الملامح - 00:11:23

العامة. اذا حتى اوجد الصحة النفسية رقم واحد اوجد مرجع ديني. اه احسنت. النقطة الثانية طريقة التعامل مع النفس جميل. قال قال النفس العام في علم النفس الاسلامي على مدار التاريخ هو نفس التزكية والاصلاح - 00:11:42

وتزكية النفس اصلاح النفس رياضة النفس مجاهدة النفس جميل. بينما في علم النفس الغربي السياسة العامة هي رعاية النفس. تقدير تقدير الذات يمكن ما يذكرون نفس كثيرا ذات مصطلح الذات - 00:11:59

انه ترجم لكلمة سلف فتقدير الذات تعزيز الذات توكيد الذات فبالتالي ظهر عندنا انه انه يعني اصلا استراتيجية مختلفة انا انا في المنظور النفسي الاسلامي تعامل مع النفس اه باعتبارها محتاجة الى اصلاح وتزكية ومعاودة مع الرفق مع الرفق - 00:12:16

مع عدم مع عدم القسوة. الغربيين لا يركزون انه اهتم بنفسك. ارعى نفسك اه كافى نفسك قدر نفسك نفسك وله تطبيقات كثيرة من ضمن الاسترخاء يبجي يمكن يجي كلام عنها. جميل. فاذا اذا اصلا من - [00:12:39](#)

من البداية مفهومنا نحن الاستراتيجية الاساسية في التعامل مع النفس هذي يمكن يمكن نمر عليه بعد شوي ان شاء الله اذا اذا ايضا من الملامح مصدر القوة بعدين احنا نتكلم عنه المرة الماضية ولا لا نسيت - [00:12:56](#)

ما عاد خذينا شي مصدر القوة بين النفس المستغنية المستقلة التي لا تحتاج الى الله او كما اه قال وهو احد المؤثرين الكبار وان كان هم من الفلسفة الوجودية لكن احد المؤثرين الكبار - [00:13:10](#)

مقتل اله او موت الاله. مم. ولا يقصد الاله قتل لكن يقصد انه لم يعد له حاجة طبعا اصبحت مستغني بنفسي. انا انا كائنات خلاص انا انسان عندي عقل ولذلك هم يقولون حل المشكلات انما خلاص تحل المشكلات وتفكر تفكير سليم - [00:13:27](#)

وتستريحه وتستمتع خلاص الدين هنا ليس له ليس له حاجة فهم صمموا علم النفس بالكامل بحيث انه خلاص لا يكون هناك الدين بحيث لا يكون الدين موجودا. مهم ولما يدرسه الطلاب يدرس الطلاب هذا ويلاحظون انه فعلا الدين غير موجود قالوا ايضا فعلا كلامهم صحيح الدين لا حاجة له. خلاص احنا قدرنا نحققه - [00:13:43](#)

الصحة النفسية؟ احسنت احنا قدرنا نحقق الصحة النفسية بدون الحاجة الى الدين بس لحظة لحظة انه في خطأ كبير انه انه اصلا الهيكل كله مبني غلط. انا انا اعيد بناء الهيكل من جديد واجعل الدين اساسي. فتجد انه لا لا يمكن الاستغناء عن الدين. مم - [00:14:06](#)

اذا اعادة اذا الهيكل التي تجعل الدين خارجا اه كثير من من المدارس النفسية المعاصرة الان تقول الدين اختياري تقول ان الدين اختياري او ان الدين يعني بحسب رغبتك او انه لكنه في النهاية هامشي الدين لا حنا الدين ليس اختياري - [00:14:21](#)

نحن نرى انه لا يمكن اه وجود علم نفس متكامل كامل قوي الا بوجود الا بوجود الرؤية الدينية لا يمكن وبشرح بعد شوي لما نتكلم عن الايمان ليش لازم الرؤية الدينية ليش؟ ليش لازم الرؤية الدينية؟ لانه لانه الدين هو الذي يعطيك تصورات العليا الدين هو اللي يعطيك - [00:14:42](#)

المصطلحات والمفاهيم الدين هو اللي يعطيك البعد الاخروي والدين يعطيك اشياء كثيرة لا لا يستطيع احد غير الدين ان ان يعطيها ايضا من ضمن الملامح الاساسية ميزان العقل والقلب - [00:15:03](#)

يعني علم النفس الغربي المعاصر علم عقلاني العقلانية الطاغية فتقديس العقل وهذا وريثهم من اليونان ترى ورثوه من اليونان يعني انه انه العقل هو قادر ان يفعل كل شيء آآ بينما لا هناك - [00:15:18](#)

هناك يعني العقل اولاً ليس طاغيا وليس مستبدا اه وليس مستقلا في المنظور النفسي اسلامي. هم اصلا في علم النفس ما يدرسون للعقل عندهم. ما يدرسون للعقل. نعم. ما يدرسون للعقل - [00:15:37](#)

آآ لكن هناك هناك جوانب اخرى كثيرة مثل الاحتساب البعد الاخر البعد الاخروي الامام بالقضاء والقدر آآ هذه كلها ليست عقلية بحتة هذه كلها ايمانية روحانية وهذا لا يعني ان العقل ليس له دور فيها لكن لكن هي اساسا لا تصنف باعتبارها باعتبارها اه - [00:15:51](#)

اه اه باعتبارها عمليات عقلية بحتة بالتعريف الغربي المعاصر للعقل. ايضا من ضمن الملامح الاساسية بين المادية والمعنوية بين الجسد والروح ايضا من ضمن الملامح الاساسية ثقافة السيطرة الفكر الغربي المعاصر كله من من الف وستمية وجاي - [00:16:14](#)

يصنف بانه فكر السيطرة تحكم الكنترول لو تلاحظ ترى كل الكتب اللي يكتبونها في علاج الامراض النفسية يقول لك بيتزا بلوز بيتي بيتسيو اه اهزم الكآبة قبل ان تهزمك اه اغلب اغلب الاكتئاب اه كنترول دانك زايد يسيطر على القلق - [00:16:37](#)

وكثيرين كثير من الفلاسفة تكلموا عن عقلية السيطرة والتحكم الموجودة عند الغربيين الغالبية هي هي متأصلة في جذورهم ها في المقابل نحن في الاسلام ما عندنا هذا الصراع مع مع مع الخلق ومع الطبيعة ما عندنا هذا - [00:17:03](#)

حنا وش اللي عندنا؟ اللي عندنا اه لا يعني الجمع ما بين اللي هو التوكل مثلا التسليم الثنائيات يعني التوكل ابذل السبب لكن يعلق

قلبي بالله عندنا علاقة برب العالمين يعني في علاقة برب العالمين قوية التوكل التسليم - 00:17:22

تسليم ايضا هذه الثنائية غير غير متاحة غير متوفرة بالنسبة الغربيين. جميل هناك ملامح كثيرة بس انا ذكرت بعضها يعني يمكن يجي بعضها يعني لاحظ انه في الملامح يعني النظرية الاسلامية في جانب - 00:17:38

آآ مثلا مشرق وهذولا في جانب مغرب يعني تمام بعبيدين تمام البعد. ايه ايه يعني شف عبد العزيز انت كلما تعمقت العمق الفلسفي لاصول النظريات النفسية الغربية كل ما قلت ها بسم الله ذولا بعبيدين مرة - 00:17:58

اذا انت شخص سطحي تأخذ كتاب علم النفس وتقرأه وتحفظ النظريات واصولها دون ان تدرك خلفياتها وخلفياتها وعمقها لن تفهم هذا الكلام الذي يقال لك اذا انت مدرك للخلفيات النفسية. ثم غير مدرك للخلافات النفسية. اذا انت ايضا مستحضر لعلم النفس

الاسلامي - 00:18:17

مستحضر لعلم عمقه ومستحضر لاسسه ومنطلقاته ستستطيع ان تدرك هذا الفرو هذا باذن الله الذي نسعى نحن الى الى تحقيقه بيد الله تعالى جميل. طيب احنا في الحلقة الماضية كنا نأخذ التنظير او جانب الاسس جانب اه اه يعني نريد ان ننظر لهذا العلم اللي

هو علم النفس - 00:18:38

اسلامي اليوم نبغى وكما يطلب الجمهور يعني يقول عطونا هل في تطبيقات عملية؟ هل يمكن لهذا العلم ان يكونوا في تطبيقات عملية يمكن انها توجد آآ الصحة النفسية توجد الراحة - 00:18:58

النفسية السكينة وغيرها من مما يصلح النفس. باذن الله نعم طبعا اذا لم يكن لعلم النفس الاسلامي حركة علم النفس الاسلامي اي فائدة جميل اذا كان مجرد تنظير لا هناك تطبيقات - 00:19:12

الركن الثاني الذي هو الصحة النفسية العامة نحن قسمنا اجتهادا الى خمسة اقسام. جميل خمس محاور الاول يقين الايمان وسكينة التعبد شف لاحظ بالانابة ها يعني هذي الان بناخذ فيها تطبيقات بناخذ فيها تطبيقات بعد شوي الثاني اسميناه التحلي بالصفات

النفسية الذاتية جميل الذاتية الطيبة - 00:19:26

الثالث التعامل السليم مع الازمات والمنغصات والمكدرات. جميل الرابع تكوين العلاقات الناجحة المستقرة الخامس الحياة الطيبة نمط العيش السوي المتوازن هذي الخماسية انا اطلقت عليها اسم يعني تسهيلا للتداول سميتها النفس الطيبة. جميل. وبرنامج قدمنا فيه

دورات كثيرة يعني - 00:19:47

قريبا ان شاء الله سنقيم الدورة اظن رقم ستة ما شاء الله الدورة مدتها اثنعشر لقاء تقريبا اه كل لقاء ساعة ونص اه وفيها تطبيقات وممارسات ويمكن بعض يعني نأتي على ذكر بعضها بعد قليل ان شاء الله - 00:20:09

طيب يعني نرجع مرة ثانية ليش بدأنا بالمحاور هذي الخمسة قلنا اول شي يقين التعبد يقين الايمان كينة في العبادة. ليش بدأنا بالعبادة واليقين؟ اي يعني ليش يعني ليش ما بدأنا طيب الصفات الطيبة لان - 00:20:22

المنطلق هو الله. مم شف وان كان هذا موضوع خارجي لكن اذا انت تناقش اي ملاحظة مثلا مثال تناقش ملاحظة لا تطيع وقتك معهم ابدأ من فوق مم ناقش الله اولاً ثم - 00:20:42

النبوة ثم بعدها. جميل. اذا انت استقرت انت واياهم على حل في الله ووجوده والغيب والاخرة والنبوة ما بعده يكون سهل اذا تناقشوا في تفاصيل وفوق انتم غير متفقيين لا فائدة من ذلك - 00:20:59

ولذلك لابد من البداية بالايمان لانه هو لان يعني يعني كيف يمكن كيف يمكن لمعرفتنا بالتوحيد والايمان بالله؟ ان تكون سببا في السعادة والصحة النفسية هذا هذا احد القضايا الاساسية في علم النفس الاسلامي - 00:21:14

كيف يمكن للايمان ان يمدنا بالصحة النفسية. هذا هذا هذا مطلب اساسي شف المنظور المنظور النفسي الاسلامي يرى انه الايمان هو احد القوى النفسية المحركة للانسان لو تلاحظ مثلا افلاطون - 00:21:32

بعطونه اخذها من اللي قبله يعني من الثقافات الوثنية الهندية وغيره والصينية وغيرها لكن هو صنفها هي ثلاثة اللي يسمى القوى المحركة للنفس هو جعل القوة المحركة ثلاثة العقل والشهوات - 00:21:52

الغضب القوة الغضبية سماها لكن الحقيقة انه الايمان هو احد القوى الاساسية المحركة ما اعود اني ادخل هنا في تعريفات وتعريف الايمان وكذا لكن لكن الايمان اه المقصود به هنا هو الذي يمدنا بعدة اشياء - 00:22:06

اولا اولا الايمان هو الذي يمدنا بالتصورات العليا هو الذي يجعل صورة الله تعالى في ذهنك وعلاقتك مع الله صورة وعلاقة ايجابية الايمان هو الذي اه يعطيك الاجابات اليقينية اسئلة كثيرة عن الكون والحياة والموت والصحة والمرط والبناء والنعمة والكوارث والازمات من يعطيك اجابات - 00:22:25

من يعطي. وبالمناسبة ترى ترى يعني يعني كان دائما الغربيين المعاصرين دائما يعلمون الطلاب لا تطرح اسئلة وجودية صعبة آآ احد المؤلفين بريطاني بروفيسور في علم النفس مشهور له كتاب اسمه آآ تغلب على الاكتئاب او - 00:22:54

بالنص كتب كذا يقول يعني لا تطرحون اسئلة وجودية ما يعني صعب الاجابة عليها ليش؟ ما عندهم اجابات. هم الاسئلة الوجودية الكبرى هي ازمة الثقافات التي لا دين لها السقافات التي لا مرجعية لها - 00:23:15

الاسلام لو تقول القرآن مثلا القرآن لو تلاحظ الغالبية العظمى من القرآن هو في الكلام على الاسس الاساسية من الاسئلة الوجودية اللي تسمى الان اسئلة وجود التصورات العليا الكلية الكبرى. ليش؟ لان هذي هي اللي تضبط لك تضبط لك السقف الاعلى - 00:23:33

ولا يستطيع احد ان يقدم اجاباته. الفلسفة الوجودية مثلا كل هذولا كان يعني يعني اصل فكرة الفلسفة الوجودية هو انهم يقولون انه الاسئلة الكثيرة العقل عجز عن اجابته العقل عجز عن اجابة كثير من الاسئلة - 00:23:50

واقترحوا انه الفلسفة الوجودية طبعا اظن سارتير هو اللي سماها فلسفة الوجودية. انه اهم شي وجودك انت يعني وجودك يسبق على على على ما هيتهك يعني وجودك يسبق على افكارك. انت - 00:24:14

حينما توجد لا يكون ما قبلك من الافكار والقيم والمبادئ لا قيمة له. انت تصنع افكارك انت تصنع قيمة لوجودك وهذا اصبح ركن اساسي في الثقافة الغربية ومن ضمنها علم النفس - 00:24:24

انه القيم انت انت الذي تحدد القيم. انت الذي تحدد اولوياتها وترتيبها انت الذي تعلمونها في علم النفس. في علاج النفس تحديدا انه ما تفرض على المريض قناعة كيف ما افرض علي قناعات؟ ودي افهم هذي انا - 00:24:39

لا تفرض عليه قناعات اخرجوا الوعظ اخرجوا الوعظ لا تدخلوا الوعظ في علم النفس العلاج النفسي. مسلمات كثيرة دغمائية اكثرها لا دليل عليه علمي هو مزود اختيار ثقافي وتسأله اعطوني دليل عندي هم يعطلونها. هم يعطلونها لانهم لا يملكون الاجابات. ايضا

الدين احنا توسعنا في هذه الدين - 00:24:53

نحن القوة النفسية الداخلية هو الصراحة هذا محك اساسي يعني كثير من الناس عنده مشكلة يقول لا تربط الايمان ولا تربط العبادة بعلم النفس والصحة هذا خطأ جوهرى جوهرى كبير جدا ونحن ان شاء الله في اللقاء اليوم - 00:25:17

بس اذا استمرينا كذا نستمرسل بنصبح بنصبح وحنا ما خلصنا. طيب نحاول نختصر. ايضا الدين يمنحك القوة النفسية الداخلية القوة النفسية الداخلية هذه غير موجودة في علم النفس ما يعترفون بالشئ اللي ما له شئ ما له قياس واضح - 00:25:32

بس حنا اصلا ما ما نوافق اصلا على اشتراط القياس اصلا ما نوافق على اشتراط القياس. ايضا الدين يمنحك اشياء مشاعر مادية معنوية روحية داخلية محبة الله الاخبات التضرع التوكل حسن الظن هذي كلها ما لها ما لها وجود في علم النفس لانهم اصلا

يشترطون شروط معينة - 00:25:48

للشروط التجريبية الحسية لازم يكون مقياس لازم يكون فاذا شرطوا هذه الشروط تخرج اشياء كثيرة لكن نحن اصلا لا نوافق هذه الشروط من فوق حنا ايضا الايمان والدين وهذي يعني يعني كثير من اصلا يوافقون على هذا حتى من غير المؤمنين وهو ان الدين

مهم جدا في الاخلاق وظبط الاخلاق وظبط البوصلة - 00:26:11

اخلاقية اذا اذا يعني اذا الدين ما هو بيعني شف ترى وجود جزء من المشكلة انهم يعتقدون هم ان الدين اه ان الدين هو عبادات فقط او انه جوانب روحانية لا لا لا الدين منظومة - 00:26:31

منظومة عقدية منظومة فكرية منظومة تصورات تحكمك في اشياء كثيرة بيمر معنا البرامج في هذا في هذا الركن اللي هو او المحور

هذا المحور البرامج في محور الايمان بالله كثيرة - 00:26:46

طبعا هو بالمناسبة هي قين الايمان وسكينة التعبد. الثانية سكينة التعبد. منين يجي سكينة التعبد اه في برنامج سمعنا كذا برنامج انواع العلاقة مع الله. جميل. وبرنامج ثاني بين برنامج المشاعر الايمانية. كيف تقوي المشاعر الايمانية عندك - 00:27:00 وبرنامج ثاني كيف كيف اه حضور الايمان في الحياة؟ كيف تجعل الايمان حاضرا في الحياة؟ ليش هالتطبيقات هذي لانه نحن نرى ان الايمان اذا كان في الكتب فقط ما يفيدك - 00:27:15

لازم يكون الايمان معاشا يجب ان تعيشه يجب ان ان تمارسه يجب ان تمارس الايمان مع انه امر اعتقادي امر اعتقادي لكن تستطيع ان تمارس الايمان وهناك يعني ان تجد لذته. ان تجد لذته. هناك طرق كثيرة لي. يعني مثلا مع العلاقة مع الله. من ضمن الاشياء اللي اذكرها يعني - 00:27:27

ما العلاقة على الله امام الله؟ لو تلاحظ انه الناس مثلا في ناس علاقته مع الله علاقة اداء واجبات يعني ادي الواجبات والفروض وفي ناس لا علاقته مع الله علاقة اجابة المطالب - 00:27:50

انه يعني انه الله هو الذي يستجيب لي يعني وهذا يقع في مشكلة اذا الله لم يستجيب له كما يريد هو. والله يستجيب لكل احد يدعوه لكن لا يستجيب لكل احد كما يريد هو - 00:28:05

كما يريد هذا الداعي انما كما يريد الله فهو يدعو الله انه ادعو الله ان الله يعطيه بيت انه يعطيه زوجه انه يعطيه زوج انه الى اخره الى اخره. فعلاقته مع الله علاقة يعني مطالب. انا اسميها علاقة اجابة المطالب - 00:28:15

يعني ابسط مثال مثلا ما يعرف فلسفيا او في علوم العقيدة بمشكلة الشر الغربيين يسمون مشكلة الشر كذا والا هي عندما تقدمين يسمونها التعليل والحكمة انه يعني اذا حصلت ازمة معينة او معاناة معينة - 00:28:28

فهو بالنسبة له هذه الدنيا علاقته مع الله كما ذكرنا قبل قليل انه علاقة اقامة المطالب فهو اجابة المطالب مع الله قائمة كأنها وظيفة كانه عقد عقد عقد وظيفة - 00:28:44

انا اعبدك ها اصلي اصوم وانت تعطيني حياة جيدة انا موظف في شركة انا اعمل في الشركة في نهاية الشركة استلم راتب ما استلمت راتب في نادي الشركة ما اشتغل - 00:28:59

غير راضي وغير غير راضي فانا ما اشتغل في الشركة ابحت عن شركة اخرى نفس الشيء هذا يعبد الله حتى حتى يحسن له حياته الدنيا اذا متى حست حياته الدنيا يتوقف عن العبادة او ينتكس هذه فكرة مفهوم مفهوم الشر - 00:29:12

بينما الحقيقة نحن لا نعبد الله كي يحسن دنيانا نحن نعبد الله كي يحسن اخرتنا انت حسنت الدنيا في الطريق والحمد لله لكن ليس الهدف من العبادة والطاعة هو تحسين الدنيا. تحسين الدنيا هذا هذي مهمتنا نحن نبذل الاسباب ونجتهد فيها. ان حصلت - 00:29:27

فالحمد لله ما حصلت خلاص ما يلزم عندنا اخرة عندنا اخرة العلاقة الثانية النوع الثالث او النوع الاخر اللي هو علاقة متوترة علاقته مع الله كذا خايف من الله ويعني يشعر انه بينه وبين الله فجوة او انه يعني كأنه كأنه كأنه غلب جانب - 00:29:44

بالخوف على على جانب يسيء الظن بالله يسيء الظن بالله الى اخره واسوأ منها لعلاقة الخوف او الرعب او وهناك العلاقة الروحانية منزوعة التكاليف هذي يحبونها الان في الايام هذي الناس - 00:30:04

الروحانية منزوعة التكاليف اللي هو انه يعني اسلام اسلام المرجئة بدون يعني بدون التزامات بدون حلال وحرام بدون بدون عبادات اللي يسمونها شكلية يعني يسمونها القشور ها يقصدون يقصدون فيها ان همش الروحانية لا طبعا لا الاسلام ليس الدين الاسلام ليس دينا

ليس دينا كهنوتيا ليس هذي الوجدانيات في الدين النصراني فقط - 00:30:19

فقط اذا طيب اذا معليش اسلم اذا العلاقة مع الله بحسب نوعها توجد صحة نفسية بحسب نوعها توجد نوع من انواع الصحة النفسية صحيح ايش اكمل انواع العلاقات هي علاقة العبودية. جميل - 00:30:44

ان يكون الانسان علاقته مع الله علاقة عبودية ويترتب على هذا التطبيقات كثيرة تطبيقات كثيرة تجعل ما معنى ان يكون الانسان ان تكون انسان علاقته مع الله علاقة عبودية من ضمن الاشياء اللي هنا اللي هو انه التأكيد على قطبية التصورات العليا - 00:31:03

المعاني الكلية الظابطة للتصور الكلي عن الكون والحياة والله والاخرة والصحة والمرض والالم والمعاناة واشياء جدا فكل واحد منها يتعلم كيف كيف يستحضرها يوميا كيف كيف يستحضرها يوميا في مشاهدات والملاحظات وتلاحظ في القرآن ترى اكثر ايات -

[00:31:20](#)

التفكر في القرآن على اشياء معروفة ما عمر القرآن جا قالوا مثلا تفكروا في الموجود داخل الخلية ما لا كل اشياء بسيطة في الشمس القمر النجوم الامطار النبات اشياء بسيطة يشاهدها كل احد. الجزء الثاني من المحور الاول اللي هو المتعلق بالايمان اللي هو سكية

[00:31:43](#) - التعبد

جميل. سكية التعبد. كيف نحصل السكية النفسية من العبادات وقدمنا فيه عدة برامج تطبيقية من ضمنها برنامج عن اه سكية الصلاة او السكية من الصلاة كنا سميناه كيف نستفيد نفسيا من الصلاة؟ جميل. وقدم مرات كثيرة ويعني له مجموعة له مجموعة

[00:32:03](#) - يعني مجموعة عناصر منها

منها مثلا اه اشياء متعلقة اه اه الطمأنينة كيف الصلاة؟ كيف الصلاة؟ كيف كيف تعلم الطمأنينة؟ كيف الطمأنينة هذي في الصلاة؟ كيف تحقق لك الراحة والاسترخاء؟ آآ كيف كيف كيف تتعامل مع - [00:32:25](#)

اه التركيز الذهني اثناء الصلاة اللي هو الهواجيس والسلاحان وغيره كيف ايضا تكثف قدرتك على التدبر والفهم للآيات او للتسبيح او للذكر وكيف تصل الى مرحلة الاندماج الشعور والروحاني في الصلاة - [00:32:41](#)

بحيث تندمج فيها اه بالاضافة الى تطبيقات اخرى الهدف من النهائي من هذا انه الصلاة يعني اه هي اصلا قصتها كانت مريضة كانت تقول انه كلام قديم يمكن عشرين سنة او قريب منها - [00:33:04](#)

كانت تقول ان المشايخ يقولون ان الصلاة مفيدة والصلاة وانا اصلي بس ما ما القى اثر ما القى اثرها فاكيد المشكلة اجت من الصلاة. اكيد المشكلة في طريقتنا في تطبيق الصلاة - [00:33:21](#)

فمن هناك ظهرت الفكرة ثم الحمد لله تطورت مع الوقت انه هل بالامكان اذا صلى الانسان صلاة جيدة صلاة النبي صلى الله عليه وسلم صلاة جيدة او اقرب ما يكون الى صلاة النبي صلى الله عليه وسلم. هل ممكن في ان يستفيد نفسيا؟ يشعر بالراحة والاسترخاء

والطمأنينة؟ هي طبعا ممكن ممكن - [00:33:34](#)

وايضا برنامج اه برنامج اخر عن القرآن سميناه حياتكم عن القرآن. كيف؟ كيف تجعل القرآن جزء من من من جزء من نظام حياتك وكيف تجعل يعني قدرتك على قراءة القرآن نفسها والسكية ومارد من القرآن وتدبر المعاني وفهم المعاني كيف تجد تجعل جزء من

حياتك اليومية - [00:33:52](#)

بحيث يمدك بالسكية والسعادة والراحة النفسية يعني ان هذا ما يتعلق تقريبا يعني باختصار شديد جدا بالمحور الاول. جميل. يعني يعني في عبادات تحقق السكية والراحة النفسية اذا تحسن فيها العبد فانه يحقق فيها السكية - [00:34:11](#)

اه هذا اليقين بالايمان وسكية التعب. طيب المحور الثاني اللي هو الصفات النفسية الذاتية الطيبة. ايه كيف ايش معنى اصلا صفات نفسية ذاتية؟ الصفات الذاتية هي الصفات التي كان علماؤنا يسمونها الاخلاق مع النفس - [00:34:31](#)

يعني الصفات يعني حنا تعريفنا الاجراء لها ان الصفات الذاتية غير مرتبطة بالازمات او بالعلاقات لان الازمات فصلناها بمحور والعلاقات فصلناها فصلناها بمحور وصفاتنا الذاتية تؤثر كثيرا جدا على على صحتنا صحتنا النفسية - [00:34:49](#)

ونحن اجتهدنا كثيرا بهذا الباب بالذات اجتهدنا فيه كثيرا وحرصنا ان نجمع كل المصطلحات النفسية المتعلقة بهذا الباب لانه احد الاهداف الاساسية الرئيسية في علم النفس الاسلامي كما نقترحه هو العودة مرة اخرى الى المصطلحات النفسية الاسلامية. جميل.

العودة مرة اخرى للمصطلحات النفسية الاسلامية - [00:35:12](#)

وان هذه المصطلحات كثيرة كثيرة جدا نحن جمعنا اكثر من مئة مصطلح وهذا هذا اصوله والا فروعها اكثر من ذلك هذي موجودة في الكتاب والسنة في كتاب والسنة وكلام العلما وشروح الكتب والى اخره - [00:35:39](#)

وايضا آآ هي كثيرة وهي مفيدة جدا وهي عملية جدا تطبيقية جدا ها اه نحن كنا في فترة في السابقة كنا نقول يعني الصبر الرضا

التسليم هذه اشياء وعظمية ما لها علاقة بعلم النفس. كنا مخدوعين - 00:36:01

كنا مخدوعين لا لا هذي المصطلحات عميقة عميقة الدلالة المطلوب من الباحث المسلم المعاصر هو ان يعيد صياغة العلوم لان لان

العلوم تعاد صياغتها كل فترة زمنية معينة نفس العلوم لو تلاحظ انت - 00:36:20

طريقة كتب طريقة كتب الفقه كتب الحديث في المئة مئتي سنة الاولى غير المائتي سنة التي بعدها غير المئتي سنة التي بعدها مع

انه علم ثابت وهو علم متعلق بالحديث لانه يعني التطور المعرفي - 00:36:39

يجعل طريقة الصياغات تختلف وطريقة التراكيب تختلف طريقة الكتابة تختلف الترتيب فنحن جمعناها تقريبا فوجدنا ان ممكن

ممكن ان تجمع في في في سبعة او ثمانية محاور تقريبا. جميل. الصفات الذاتية - 00:36:52

يعني اشياء مرتبطة بالمراقبة الجزء الاول مراقبة النفس والبصيرة بالنفس. الجزء الثاني المرتبط بالصبر والانضباط اوه الباب الكبير

ها هذا العظيم متعلق بالايمان يرجع وهو وهو متعلق بالايمان مرة اخرى وبالله سبحانه وتعالى والمرجعية الدينية. المعاني الطيبة

المرتبطة بالتفائل - 00:37:09

والفرج المعاني مرتبطة بالعلم والعقل والحكمة المعاني المرتبطة بطريقة تعاملك مع نفسك طريقة تعاملك مع نفسك المعاني والصفات

المرتبطة بالهمة والجدية والقوة والثامن الامور المرتبطة بالاداب والمروءة جميل. ايش تلاحظ في في - 00:37:34

في يعني هذا التركيب الان انه انه غطى معظم الصفات الذاتية بمصطلحات نفسية اسلامية وغير كذا انه عملي مفيد للناس لانه

ترى في مشكلة في في علم النفس الغربي - 00:38:03

اني ما ادري ذكرتها المرة الماضية ولا لا انا عندي تشبيه اسميه تشبيه كيس المكسرات اول مرة اسمعها بظاھر؟ ايه انا انا مؤلف تشفيه

كيس المكسرات هذا. اظن اني كنت جوعان ذاك اليوم - 00:38:17

وهذا متخصصين الان اذا سمعوا كلامي يصيرون اي والله صح كلامه شف كيس المكسرات الان علم النفس اذا اراد ان يدرس ظاهرة

نفسية مثلا واحد راح يشتري كيس مكسرات من من السوق - 00:38:31

فما الذي يهتم به علم النفس يهتم اول شيء. متى يذهب الى السوق ما العوامل المؤثرة على شرائها لكيس المكسرات هل الجنس مؤثر

ولا غير مؤثر؟ هل العرق مؤثر؟ هل مستوى التعليم مؤثر ولا غير مؤثر - 00:38:44

بعدين هل سيشتري صباحا لسيشتري مساء هل اذا ذهب فوجد الناس مو زحمة يشتري اكثر ولا اذا ما وجد زحمة يشتري اكثر اللي

هو العلاقات التأثير الاجتماعي كلها ما لها علاقة بالمكسرات. كل اذا اشترى اذا اشترى هذا الكيس هل يأكله لوحده او سيأكله مع

الاخرين - 00:38:59

هذه هي عقلية علم النفس الغربي ترى يهتم كثيرا بالعلاقات والارتباطات يعني كانك تشم رائحة رأس مالية يعني انه الهدف هو

التسويق في النهاية بغض النظر هذا صحيح ولا لا؟ لكن في النهاية - 00:39:20

في النهاية المكسرات نفسها المحتوى نفسه ما له اهمية كثيرة وهذا كثير غالبية النظريات النفسية وهذا عندنا مادة كاملة حنا ان شاء

الله في علم النفس لهذه القضية بالذات تحديدا - 00:39:34

انه يعني الاهتمام علم النفس وين واهتمام علم النفس الاسلامي وين؟ عن النفس الغربي وعلم النفس الاسلامي. لكن لو اراد علم

النفس الاسلامي يدرس هذه الظاهرة مثلا ظاهرة كيس المكسرات مثلا - 00:39:46

لا يبي يطلع فوق اول شي بيتكلم عن الطعام والشراب بيتكلم عن الاسراف بيتكلم عن التهمة بيتكلم عن السمعة بيتكلم

عن الصدقة بتكلم عن الاحساس بالآخرين بيتكلم بقضايا انت تحتاجها في حياتك اليومية - 00:39:57

معظم العلاق معظم ما تدرسه النظريات النفسية كثير منه كثير منه هو هو يهتم الباحث النفسي اكثر مما يهم ما يهم انا قعدت اصقع

بهاالجهاز مما يهم الفرد نفسه ذاته - 00:40:12

لذلك دائما كانوا يتكلمون انه سيكولوجي فور ايفري داي لايف انه نحن نحتاج الى علم نفس يمارسه الانسان يحتاجه الانسان في في

في حياته اليومية فهذه هذه معظم الاشياء يمكن الان نحتاج نتكلم عن - 00:40:28

يعني بناخذ امثلة فقط ولا ما استطيع اليوم اني اخذ كل كل الاسئلة في نفس الصفات في تطبيقات كثيرة للصفات المكونات الثمانية هذي. جميل. واهم ميزة فيها. اهم اهم اهم ميزة في هذه الصفات انه صممت بحيث تكون جزء من حياة الانسان اليومية - [00:40:44](#)

يمارسها الانسان يستفيد منها هو يستفيد منها ممن حوله. هي جزء جزء من جزء من منظومة من المنظومة الاسلامية مهم. اه لو تلاحظوا الصبر الرضا يعني التسليم التعامل مع النفس العقل هي كلها جزء من حياة الانسان اليومية. جميل. فبالثالي - [00:41:03](#) يتحول علم النفس من مجرد العلم الذي يدرس كيس المكسرات كما ذكرنا الظواهر العلاقات الارتباطات الى علم يفيد الانسان في حياته اليومية يمارس يستفيدوا وليس فقط يستفيدة ليس فقط يستفيد ولكن ايضا يستفيد وهو جزء من ثقافته. جميل. جزء مصطلحات المصطلحات المتداولة هي مصطلحاته هي - [00:41:23](#)

المفاهيم هي مفاهيمه هي ليس هناك تصادم مع مع الثقافة ليس هناك تصادم مع مع التصورات العليا ليس هناك تصادم مع القيم ومبادئ المشتركة في في المجتمع تطبيقات كثيرة جدا ما ما عندنا وقت اليوم نأخذ كلها لكن مثلا ممكن نأخذ مثلا - [00:41:45](#) مثلا الصبر. حلو الصبر في برنامج كامل عن الصبر ويتعلم الواحد آآ طبعا الاساسيات وش مكونات تعريف الصبر لكن الجزء الاساسي كيف يصبر اصلا؟ ما معنى الصبر؟ ما كيف يطبقه؟ - [00:42:03](#)

واقترحنا نموذج يتكون من اربع او خمس مكونات هذه المكونات تساعد الانسان على فهم الصبر تساعد الباحثين ايضا على قياس الصبر وعلى قياس اثاره وعلى اجراء البحوث العلمية يعني مثلا - [00:42:21](#)

اه هناك معيار او مكون اه الهدوء سميما الهدوء والسكينة وقت وقت الحدث وقت الموقف في تعلم الانسان كيف يكون هادئا كيف يكون ساكنا يتعلم الانسان كيف يضبط انفعالاته في لحظة - [00:42:38](#)

لحظة الموقف لحظة الحدث اه يتعلم كيف اه يرفع عتبة الاستثارة النفسية ثمانية يرتب يرفع عتبة الاستفادة النفسية هي الاناة. الاناة يعني انه ما يستعجل في ردات الفعل ما يستعجل في ردات الفعل ما يتوتر بطيء الاستثارة في المواقف - [00:42:54](#)

فليتعلمها هل يمكن تعلمها طبعا ممكن كل شي ممكن تعلمه كيف؟ آآ بالممارسة الممارسة والملاحظة وملاحظة الاقران والتدريب يلاحظ نفسه يمارس ويلاحظ نفسه ويراقب نفسه فيبدأ يتعلم يتعلم هذه المهارة شيئا فشيئا - [00:43:16](#)

انما الحلم بالتحلم. انما الحلم بالتحلم والعلم بالتعلم والصبر بالتصبر. جميل ايضا من المكونات ارتفاع عتبة الالم والتوجه ارتفاع عتبة الالم والتوجه فيتألم انه يتعلم انه يرفع العتبة ما يتألم بسرعة من ادنى مثير من ادنى من ادنى من ادنى الم - [00:43:35](#)

ويتعلم كيف كيف اه كيف يتسامح يتغاضى يتجاهل عن الالم يرتفع عنه بحيث ما تؤثر عليه المنغصات اليومية العادية وبالمناسبة هنا سطران بسيط كذا في الهامش لو تلاحظ ترى لاني اخاف اني اخاف اني انساها مهما اخاف انساها واذا جاء وقته - [00:43:56](#)

ترى عندنا مشكلة حنا في في ما يسمى بالتربية الحديثة اساليب التربية الحديثة هي ترى ما ما تربى انسان على الصبر ولو تربيته على رفع عتبة الالم - [00:44:16](#)

ولا تربيته على على على على بطة الاستثارة في المواقف. بالعكس هي هي تربيته على انه على انه دافع عن حقوقك امسك حقوقك افق نفسك ادلع نفسك استمتع بالحياة الى اخره - [00:44:31](#)

فيخرج جيل آآ يعني الصبر ليس جزء من مفرداته تخيل الصبر في المنظور النفسي الاسلامي هو مكون اساسي جوهرى داخل في معظم الاشياء لو تقرأ في كل الكتب النفسية للمتقدمين لا يمكن ان ان يخلو منها باب او فصل عن الصبر - [00:44:46](#)

بينما كتب علم النفس المعاصر من اوله الى اخره ما فيها صبر ما فيها الصبر طيب انا تحمل الازمات طيب تحمل العقبات لا هم هم بنيجي بعد شوية هم يتكلمون عن التكيف جيد يتكلمون عن التكيف نظرية التكيف بيتكلم عن نظرية التكيف جميل في الازمات وش الفرق بين - [00:45:07](#)

النفس الاسلامي المنظور الغربي. ممتاز. ايضا اه ان يتعلم الانسان مع الوقت كيف يرتفع قدرته على على تحمل الالام والمعاناة كيف يبقى في الموقف اه وقت اطول كيف ينجز كيف يتسامى فوق المشقة والتعب - [00:45:28](#)

وانت لو تلاحظ هذا في الحياة انه ضرب امثلة عادة نحن المتدربين انه يعني اه يعني ممكن مثلا انه انه في اشخاص اه تجد انه

يتعب اه من الاعمال اسرع من غيره - [00:45:47](#)

تلاحظ مثلا العمال تحظر عامل مثلا اه اما عامل ينظف لك شئ او يكسر لك جدار او يصلح لك حديقة يشتغل من الصباح الى الظهر ما

ما تعب ولا كل ولا مل - [00:46:01](#)

وانت من مجرد ملاحقتي ومتابعتي تتعب لماذا؟ لانه هو درب نفسه على هذا اذا كل شئ ممكن يتدرب عليه الانسان آآ آ ايضا من من

مكونات الصبر التي يتدرب عليها الانسان كيف يتدرب على كيف يتدبر يتدرب على الصمود - [00:46:13](#)

والاصرار والثبات كيف يقوي الروح الروح الداخلية عنده كيف يتعلم عدم عدم الاستسلام والصمود انه ما يستسلم ما يستسلم

بسرعة. هذا مثال سريعا كيف ممكن بعض المكونات في في في الصبر؟ بس هذا في جانب واحد من الجوانب اللي هو الصبر. هذا في

جانب واحد الصبر. مثلا الجزع مفهوم الجزع - [00:46:31](#)

اخذنا مفهوم الجزاء ودرسناه ودراسة متأنية لنا طريقة منهجية في دراسة المصطلح اي مصطلح مفهوم اي مصطلح ومفهوم نفسي آآ

نسعى ان نقرأ كل ما كتب عنه من المتقدمين سواء كان النصوص الشروح الايات الكتب التعريفات نجمعها بالكامل نستوعبها ثم نعيد

الصياغة من جديد مثلا جزع - [00:46:58](#)

الجزاء اردنا ان نجعله مكونات وجدنا ان الجزع ممكن تقسيمه الى ست مكونات مثلا كمثال ان ممكن المكون الاول تصرفاته الانفعالية

والصراخ التكسيري السب ظرب الجسم الانين الصياح. فيتعلم الواحد كيف ينتبه لهذه التصرفات ولا يفعلها لا يمارسها. لانها من قدرته

- [00:47:20](#)

يتعلم كيف الجزء الثاني المشاعر الهائجة الخوف التوتر الحزن كيف يتعلم انه كيف يضبط هذه هذه المشاعر ايضا الحلول الانفعالية

سميها الحلول الانفعالية مثل مثلا استعجال استعجال النتائج الملل من استبطاء النتيجة - [00:47:41](#)

آآ التصارع والعراك مع الالم او مع المعاناة اول اول عكس الهروب منها وانكارها الكراهة والتذمر هذا باب التذمر باب كبير جدا

ونجلس فيه يمكن يمكن ربع لقاء او نصف لقاء نشرح انه التذمر والتشكي والتسخط - [00:47:59](#)

اه اه ليس فقط انه مدموم ومدموم من شرع لكن حتى مضر نفسيا انك تتذمر من من من ادنى شئ ويتحسر على ادنى شئ تلاحظ

تلاحظ اهل النعمة دون اهل البلاء كما يعبر بعض العلماء المتقدمون - [00:48:19](#)

متقدمين ايضا من من المكونات اليأس مكونات الجزاء اليأس والاستسلام يتعلم الانسان كيف يعرف انه وصل لهذه المرحلة كيف

يقاومها كيف كيف يعالجها فالان نحن قد درسنا مفهوم الصبر درسنا مفهوم الجزاء. ومثله مفاهيم كثيرة مثل مفهوم مثلا - [00:48:36](#)

الرجاء التفاؤل يعني جلسة كاملة عن كيف كيف يتعلم الانسان التفاؤل في حياته اليومية في في ممارساته اليومية كيف يتفائل

ويحسن الظن كمان حسن الظن وفي مفهوم ودي اتكلم عنه الان متعلق بالتفاؤل وهو - [00:48:54](#)

اسميته توسيع معاني الفرج توسيع معاني الفرج او او معاني الفرج الموسعة لان الناس يعتقدون انه الفرج هو اه زوال المشكلة لكن

هذه صورة واحدة من يمكن يعني ثمان تسع صور من صور الفرج - [00:49:13](#)

كل انسان يتعلم ان الفرج له صور مختلفة هذا يجعله آآ في اوقات الازمات يشعر بالراحة اكثر مثلا من سور الفرج انه قد ماء الفرج

بالتخفيف. يعني شلون؟ يعني قد قد لا تزول المشكلة لكن تخف عليك - [00:49:36](#)

فانت تلاحظ هذا تنتبه انه المشكلة مرة ما ذهبت لكنها خفت تشعر انه هذا احد انواع الفرج. رؤية الفرج بحد ذاته دافع قوي للجانب

النفسي. الفرج بالعون. انه انك لست وحدك - [00:49:51](#)

الله سبحانه وتعالى معك رجعنا من مرة اخرى للايمان للايمان. الفرج بالتعويض مرة اخرى الايمان الله سيعوضك بما في الدنيا او في

الآخرة الفرج بان الله ينزل عليك الصبر كما قلنا ان اصبر وما صبرك الا بالله. ترى انت ما - [00:50:06](#)

لا تصدق علم النفس الذي يقول لك اه محاربوه السرطان وانت بطل وانت قادر لا لا انسان ضعيف خلق الانسان ضعيفا وهو اعتماده

على الله عز وجل والصبر ينزل ينزل اليه من من الله - [00:50:23](#)

ومثله مثله نزول السكينة من انواع الفرج ان الله سبحانه وتعالى يجعلك تنساها يجعلك تتجاوزها يجعلك تسلو عنها السلوان اني وان قلت لا اسلوه من من حزن اني لاعلم اني بعده سالي لما هذا شاعر توفي ولده وقال اني ساحزن عليه طول العمر - [00:50:35](#) ومن ثم بعد عام قال هذين البيتين كر الجديدين لا يبقى على احد الا تبدل احوالا باحواله. الله يقلب الليل النهار وايضا يقلب مع تقلب الليل والنهار. يجعل الناس ينسون و - [00:50:55](#)

هو هو الذي هو الذي سبحانه وتعالى يجعل يجعل للزمن اه اه خاصية وقدرة سبحانه وتعالى على اننا ننسى ايضا من معاني الفرج الفرج بالاجر والثواب في الآخرة شوف هذي المعاني مهمة جدا ان الانسان كلها مستمدة من اصل اسلامي. وكلها اصل اسلامي كلها مصطلحات اسلامية وكلها حقيقية وواقعية - [00:51:09](#)

وانا استطيع ان القي محاضرة كاملة عن اي مفهوم معرفي بالذات المعرفي. اي مفهوم معرفي وارجه الى اصله في المنظور الاسلامي. يعني الفرج الصبر التوكل الرضا. هذه كلها كلها مفاهيم نفسية - [00:51:33](#) تحقق يعني نفس ما كان يريده المعرفيون من من التفكير العقلاني والتفكير التفكير عدم التفكير السلبي والتفكير الواقعي ان نقد الافكار لكن بمفاهيم نفسية اسلامية وهذا ليس وهذا ليس صعبا طبقناه كثيرا - [00:51:49](#) اه حسن الظن بالله متى يتعلم الانسان من ما معنى؟ ما معنى حسن؟ حسن حسن الظن بالله فهو لانه درجة اعلى شوي من اه اعلى من من اه من الصبر. اعلى من الامل والتفاؤل. حسن الظن بالله انك - [00:52:06](#)

انك يعني تربط النتائج تربط النتائج بحسن ظنك بالله سبحانه وتعالى بثقتك ان الله سبحانه وتعالى سيحققه رايد لك هذا رأى اي ارادة لك. وفي تفاصيل كثيرة ما معنى حسن الظن بالله الصحيح - [00:52:22](#)

وليس حسن الظن بالله اه يعني اه يعني تقريبا هذي ابرز يعني اه او مو بابرز بعض الاشياء التي التي يعني تقال في باب الصفات الذاتية والا الوقت قد لا يسمح بذكر برامج اخرى كثيرة. الهدف هو ان نبين لنا وللناس - [00:52:39](#) انه آا اعطوا علم النفس الاسلامي فرصة ليظهر لا تحاربوه ادعموه وستجدون انه مليء مليء بالمعاني النفسية الغزيرة والتطبيقات النفسية الكثيرة. هذا يعني ما يتعلق جانب الصفات الذاتية. جميل. في جانب - [00:53:00](#)

موجود الان هو اللي يوجد الاعراض النفسية. جانب المشاكل الزوجية جانب الازمات التي تمر بالانسان فقر مرض مشاكل بينه وبين ابنائه واسرته اه هل في المنظور الاسلامي شيء يحل هذه الازمات ويوجد لها علاج ولا نكتفي بما عند الغرب - [00:53:20](#) ايه يعني هذا هو المحور الثالث في النفس الطيبة التعامل مع الازمات وهو احد ما يميز المنظور النفسي الاسلامي شف انا تخصصي الفرعي علاج معرفي سلوكي اي معالج معرفي سلوكي سيعرف الكلام اللي ساقوله - [00:53:41](#)

اه نجمع في السلوك في باب الازمات الحقيقية قوته ليست مثل اه باقي جوانب المشاكل النفسية يعني مثلا اذا اكتئاب من ازمات حقيقية فعلية وليس مجرد تصور مغلوط للواقع. لان العلاج المعرفي السلوكي يقوم على فكرة اساسية بالذات المعرفي يعني. يقوم على فكرة اللي هي فكرة - [00:53:57](#)

نظرية الفكر السلبية. وش نظرية الفكر السلبية؟ انه انت تنظر للواقع على خلاف ما هو عليها في الحقيقة. تضخم الاحداث تكبر الاحداث اه تضخم يعني كلام الناس يضخم الاحداث التي صارت لك الى اخره - [00:54:19](#)

لكن اذا كانت الاحداث حقيقية فالعلاج المعرفي ليست قوته بذاك يعني مثلا الغالبية العظمى من ادلة الاكتئاب الغالبية العظمى تركز على نقاش التصور المغلوط للواقع آا اللي هو انه انه مخالف آا افكارك السلبية مخالفة للواقع الموجود - [00:54:34](#)

لكن اذا جاء اذا لكن ما تجد فيها باب واضح المشاكل الحقيقية الفعلية بعضهم يذكرها يعني صفحة صفحتين بعض ما يذكرها اصلا لماذا لماذا لان الثقافة الغربية المبنية على الفلسفة المادية ما عندها اجابات - [00:55:00](#)

ما عندها اجابات اجاباتها محدودة جدا نعم صحيح في كتب كثيرة تكلمت عن مثلا علاج معني في السلوك للسرطان العلاج المعرفي السلوكي للحوادث العلاج المعرفي السلوكي وهذه يعني مو موجودة - [00:55:21](#)

آا اذا ما الفرق؟ ما هي الفروق الاساسية او ما هي الميزات الاساسية في اه المنظور النفسي اسلامي فيما يتعلق بالازمات الحقيقية. انا

اعتقد انه من اهم الميزات الاضافية للمنظور النفسي الاسلامي هي هو ما يتميز به في اوقات الازمات - 00:55:34

في اوقات الازمات اه قبل ان نتكلم عن ماذا سيقدم علم النفس الاسلامي؟ دعنا بس نمر سريعا كدا على ماذا يقدم علم النفس الغربي في باب الازمات. جميل. خل ناخذ مثلا ازمة كورونا الاخيرة هذي - 00:55:55

ممتاز اه انا كنت حريص اني اتابع كل الاصدارات النفسية التي تصدر في مساعدة الناس على التكيف مع ازمة كورونا وجمعتها ورتبتها لاني اعرف اني ساحتاجها في مثل هذه هذا اللقاء - 00:56:07

وغيره من من من برامجنا في علم النفس الاسلامي تلاحظ انهم يركزون كثيرا على اسباب الاسباب المادية التي يمكنك فعلها دائما يركزوا على احصل المعلومات على المعلومات الكافية آآ اتبع ارشادات السلامة آآ اتبع الاجراءات الاحترازية آآ - 00:56:18
اه خذ اللقاح ها الى اخره وايضا يركزون على الاصل الاول تقريبا وهو ينطبق على معظم نظريات التكيف الغربية الاصل الثاني التركيز على رعاية نفسك. جميل مثلا يقولون لك مثلا على ازمة كورونا مثلا يقولون قلل من من مثلا متابعة الاخبار حافظ على صحتك الاسترخاء مثلا - 00:56:39

اه يعني اه انتبه لمشاعرك الى اخره انت اذا نظرت الى الى الى هذه الاجراءات جميلة تبدأ تمارسها وتطبقها لانك لم تفكر فيه انه هل يمكن هل يوجد منظور اخر اصلا - 00:57:04

هو محور اصلا يعني الرسالة التي نود ان نوصلها للناس يا جماعة ترى هناك منظور اخر جميل. هناك رؤية اخرى للتعامل التعامل مع مع الازمات المنظور الغربي يركز يصنف فلسفيا بانه منظور السيطرة - 00:57:22

انه انا احصل على معلومات كافية اتبع الاجراءات اسوي اشياء محسوسة قدامي اقدر اسويها آآ ابادر بالعلاج اسيطر على المشاعر الى اخره. اسيطر على الافكار الاشياء اللي انا اقدر اسويها - 00:57:41

بينما المنظور النفسي اسلامي لا يقول انه اول شيء اول من قال لك ان كل شيء اصلا تحت السيطرة ليس صحيحا انه كل شيء تحت السيطرة هناك اشياء كثيرة ليست تحت السيطرة - 00:57:53

فانت بحاجة الى مفاهيم من نوع اخر بحاجة الى معاني من نوع اخر تحل مشكلة عدم امكانية السيطرة اصلا مثل ايش؟ مثل المفاهيم الاسلامية اللي تكلمنا عنها قبل شوي او غيرها مثل الصبر الرضا التسليم الاحتساب التوكل على الله سبحانه وتعالى الى اخره في شي - 00:58:05

في يدك يعني في في سواء كانت بيدك او هذي نقطة مهمة. قدرة المنظور الاسلامي على الجمع بين الثنائيات التي عجزت المنظورات الغربية عن الجامع بينها مثلا التوكل ابذل السبب واستعين بالله عز وجل. جميل. التسليم انا اسلم بقضاء الله لكني ايضا اقوم بالاجراءات - 00:58:24

الصبر انا اصبر ايضا لكني افعل الافعل الاسباب. الرضا انا ارضى لكن ايضا نفسيتي جيد موب ارضى ونفسيتي زفت لا ارضى ونفسيتي جيدة. موب اصبر اصبر يعني غصبا عن خشمي الله اصبر وانا ونفسيتي جيدة. هذه القدرة في المنظور النفسي الاسلامي على الجمع بين الثنائيات هي التي عجز عنها عنها عجز عن - 00:58:45

عجزت عنها الثقافة الغربية. جميل واهم ميزة في في باب الازمة في منظور النفس الاسلامي هو انه يقوم على المفاهيم الكلية اللي قلناه قبل شوي الصبر الرضا تسليم الرجاء التوكل. التوكل يعني حسن الظن. حسن حسن الظن بالله - 00:59:05

والمشكلة انه يأتيك من يقول لك يقول لك لا انه انه هذا نصح وتوجيه شف كل النظريات اي نظرية نفسية تنهى عن النصح او التوجيه والوعظ كلها نظريات خاطئة - 00:59:25

ولا تتوافق مع المنظور النفسي الاسلامي كل النظريات منزوعة المعاني بالذات منزوعة المعاني المتعلقة بالتصورات الكلية الكبرى. هي نظريات خاطئة ولا تتوافق مع المنظور النفسي الاسلامي المنظور النفسي الاسلامي منظور مشبع بالمعاني - 00:59:39

بالذات المعاني الكلية والتصورات والكبرى والتصورات الحياتية يعني من ضمن البرنامج في باب الازمات يتعلم الناس اشياء كثير نعرض عليهم فيديوهات ومقاطع لمشاهد اناس يعني صبروا وتحملوا وايضا اتكلم نتكلم عن عن مفهوم العزاء في الاسلام

الميت مثلا كيف ان مفهوم العزاء في الاسلام؟ يقدم حلول كثيرة يقدم دعم مجتمعي عالي الكثافة الانفعالية والدينية عالي الكثافة ولو تلاحظ مثلا انت تروح المقبرة والناس يجونك وقبل المقبرة صلاة الجنازة ويعزونك ويجونك يعزونك بعدها بيومين ثلاثة ففي كثافة انفعالية - 01:00:22

يمكن يكون فيها شوية بكاء ما في مشكلة لكن ما في تسخط ما في جزاء والدعم يقوم على على قضية انه يعني انه هذا الفقيد الله سبحانه وتعالى قرر له هذا والله سبحانه وتعالى هو الذي اختار له هذا - 01:00:44

وهذا بجزء من القضاء والقدر وجزء من التسليم هل تعرف عبد العزيز انه انه في متى منظمة الصحة العالمية لما تتكلم عن الدعم النفسي في الازمات تنص نسا كدا لا تقبل انه ما ما اصابك خير لا تقبل انه - 01:00:58

باعتبار انه انه هذا انت تتدخل الان في في جانب الواعظ تتدخل في الجانب الوعظ انا اسأل سؤال علمي اكاديمي الان هل هناك دليل علمي على ان انه هذا غلط؟ ما في هو اختيار ثقافي - 01:01:12

هو اختيار ثقافي لامة معينة بزمان معين آآ قررت ان ان قررت ان تختار هذا. لو تلاحظ مثلا ايضا في في باب الدعم النفسي دائما يتكلمون عن اه يعني انه احصل على الدعم احصل على الدعم - 01:01:25

ترى في وقفة فلسفية هنا يقول احصل على الدعم من من من الاصدقاء احصل على الدعم من من المعالج النفسي يحصل على مجموعات الدعم الى اخره ترى هذا يعني انت لو تأملت فيه هو ناشئ من غياب - 01:01:40

من غياب دعم اساسي مهم مرتبط بالله سبحانه وتعالى فكأنهم كأنهم قالوا نحن حذفنا الله على الله عن ذلك فلذلك وجعلنا المعالج او الاخصائي او الفريق الطبي هو البديل لك - 01:01:55

بينما حنا في الاسلام ما عندنا هذا الله اولاً. الله اولاً. الدعم الذي يأتيك من الله سبحانه وتعالى قد يغنيك عن الدعم من غيره. هذا لا يعني ان الدعم من غيره غير مقبول لكن التعلق المبالغ فيه بالدعم المقدم - 01:02:10

من الاخرين مشكلة حقيقية مشكلة حقيقية وهذا كثير يعني يعني يعني في باب الازمات دائما يكررون انه لا تدرجون المعاني لا تفيضون الوصايا على المريض. لا توجه النقاش نحو نحو مسار مسار معين. لا تطرح توجيهات او - 01:02:23

وارشاده اه وبعضهم يركز مثلا مثل المدرسة الانسانية على قضية انه انه يعني الاساس هو تقدير الذات وانك تعطيتها فرصة للتنفيس لا لا حنا في المنظور النفسي الاسلامي اه يعني اه يقوم نحن قسمناه في باب الازمات الى ثلاثة اقسام - 01:02:43

وثلاث مكونات اساسية الجانب الايماني انه في باب الازمات ان تحتاج الى تقوية الجانب الايماني بعبارة دائما اقولها انا سواء في المرضى في العيادة او للطلاب او في الدورات اقول له انه ازمات تقرب البعض من الله - 01:03:04

وتبعد البعض عن الله فنحن نريد ان نستفيد من الايمان يقربك اكثر من الله. تستفيد اول القرب من الله هذي فائدة دينية. لكن تستفيد ايضا ان القرب من الله سبحانه وتعالى يعطيك قوة. قوة داخلية - 01:03:19

لا يمنحك اياه علم النمى الغربي جميل. ايضا في الجانب النفسي نتكلم عن مفاهيمنا الصبر الرضا السكينة الثبات نتكلم عن الجزع وعن اليأس والتسليم والاحتساب والرجاء اقول لك لو تلاحظ مفاهيم الاسلامية هي نوعين يعني بعض المفاهيم حسنة وبعض

المفاهيم سيئة مثلا الصبر والرضا مقابل الجزع مثلا التفاؤل - 01:03:34

اقول له الفرج مقابله اليأس اليأس والتشاؤم مثلا الاحتسام مقابل التسخط ايضا الركن الثالث في اه في في منظورنا في باب الازمات اللي هو للعمل. الجوانب العملية. وهذا هو اللي يركز عليه علم النفس الغربي - 01:04:01

ركز على هذا الجانب هذا انه سوي كذا سوي كذا نحن اصلا نسمي هذه نسميها بذل الاسباب. جميل نسميها بذل انك تبذل الاسم. ليش نسوي بذل الاسباب؟ ما نسميها حل المشكلات - 01:04:20

لانه ما حنا ما نحل المشكلة نحن نبذل السبب والذي يحل المشكلات هو الله سبحانه وتعالى وغير كذا يعني تركيز السلوكية يعني السلوكيين هم اكثر ما يركزون على قضية حل المشكلات هو مبني على على على فلسفة خاطئة وهو انه الخارج يمكن تغييره -

يمكن اذا انت بذلت جهد كافي يتغير انت انت ترفع السقف عن الناس لعب فيه كثير في اوقات كثيرة احنا لا نستطيع ان نغير كثيرا من لا نستطيع ان نغير كثيرا من من الخارج. يعني هذا باختصار - [01:04:51](#)

يعني ما يتعلق بالازمات ولا فيها كلام كثير عن مثلا قضية حل المشكلات فيها كلام كثير عن عن آآ يعني المفاهيم الاسلامية في بالازمات وفي فيها في ايضا عندنا برنامج برنامج السكينة فكثير يعني كثيرين يتكلمون عنه او طلبوه يعني ولعل الله ييسر اننا -

راح فيه يعني برنامج ان انه لو تلاح مثلا في اللي هو ما يسمى او او علاج الضغوط في المنظور النفسي الغربي يقوم على مجموعة مجموعة اجراءات وفيها فائدة وفيها نفع - [01:05:27](#)

لكن مرة اخرى هناك منظور اخر هناك رؤية اخرى. من ضمن من ضمن هذه من ضمن هذه الافكار المطروحة فكرة السكينة وهي تقوم على انه كيف تستطيع انت ان تحصل السكينة اليومية - [01:05:43](#)

من منظور نفسي اسلامي اه في سواء في كلامك في حركاتك في مشيتك في بدون تمارين الاسترخاء بدون تمارين استرخاء ولا تمارين التأمل والخرابيط هذي حقت الوثنيين الشرقية لا لا - [01:05:56](#)

بطريقة اسلامية صرفة غير مقلدة وفي النهاية هي تحقق تحقق لك لكن جزء كبير من السكينة وخفض باذن الله تعالى. يعني هذا باختصار ما يتعلق بالازمات. اذا يا دكتور الان التعامل مع الازمات هو قائم على الايمان على الصفات النفسية الذاتية على بذل الاسباب

الثالث والاخير طيب على جانب اه العلاقات علاقة الانسان بزوجه بابنه باصدقائه هل لها اثر على الجانب النفسي على الصحة النفسية اي نعم العلاقات هي المحور الرابع بباب الصحة النفسية في المنظور النفسي الاسلامي اللي هي جزء من الركن الثاني احنا قلنا الركن الثاني. اللي هو يعني احنا سميناه النفس الطيبة - [01:06:31](#)

اسم يعني النفس الطيبة فالعلاقات اي نعم يعني المنظور النفسي الاسلامي يدرس العلاقات بطريقة مختلفة. يعني مثلا عندنا علم النفس الاجتماعي مثلا في علم النفس الغربي لكنه مختلف تماما عن المنظور الذي سنناقشه بعد قليل. كم كما سيتضح بعد قليل -

يعني هو ينظر للعلاقات من جانب ينظر له علم النفس الاجتماعي له اهتمام بقضايا معينة يعني اي متخصص سيلاحظ الفرق الان. جميل فدرسنا كل ما كتب عن العلاقات ما كتبه علمائنا المتقدمون وعدنا صياغته وترتيبه وتنسيقه - [01:07:14](#)

ولا زلنا نطور فيه ونعدل في هذا النموذج فوجدنا انه اه اه مهم جدا ان يفرد بركن مستقل بمحور مستقل من اركان الصحة النفسية لان العلاقات اثر وتأثير هي العلاقات العلاقات تؤثر على النفسية - [01:07:36](#)

والنفسية تؤثر على على العلاقات جميل جاب العلاقات هناك اشياء كثيرة ممكن تناقش يعني عاد اليوم يمكن نطرح به فقط رؤوس رؤوس اه بوس العناوي يعني مثلا ابتداء من انشاء العلاقة - [01:07:54](#)

كيف تنشئ العلاقة ما هي مستوى العلاقة مع الآخرين مستوى حدود العلاقة مع الآخرين؟ ونتكلم عن المفهوم المشهور جدا في في اه كتابات متقدمين تتوقع ايش المشهور؟ العزلة والخلطة. مهم. هنا يأتي مفهوم العزلة والخلطة. هو من مفهوم العزلة والخلطة هو مفهوم نفسي اسلامي. يتكلم عن - [01:08:12](#)

انه متى تقيم العلاقات ومتى متى تؤخرها؟ متى؟ الى اي درجة تقيم هذه العلاقات واي درجة الى اي درجة تستغني عنها؟ تستغني عنها. جميل. ايضا يدخل في هذا الباب الكلام عن رضا الآخرين. الى اي درجة ان تسعى الى رضا الآخرين - [01:08:33](#)

او الى اي درجة انت ترضي الآخر ايه ترضي الآخرين. هم. آآ ذكرت شيء هنا مثلا لو تلاحظ في باب العلاقات علم النفس الغربي يقوم على مجموعة اركان من ضمنها ركن اساسي يكررون كثيرا - [01:08:49](#)

ركن التوكيدية التوك دي. التوكيدية توكيد الزاج انه انه انت مستقل ولك قرارك وتقدر تقول لا ترفض مثلا ترفض وعندهم المصطلح

العلاقات المسمومة الى اخره الى نحن نحن عندنا نحن عندنا المفهوم - [01:09:06](#)

المفهوم الاكثر رواجاً في علم النفس الاسلامي من من التوكيد لحسن الخلق. اه جميل. حسن الخلق مع الناس. تعامل وحسن الخلق

باب كبير يدخل في اشياء تدخل فيه اشياء كثيرة - [01:09:29](#)

آآ من ضمن القضايا ايضا نرجع مرة اخرى عشان هي عند عند المنظور الغربي توكيد عند المنظور حسن الخلق حسن الخلق نرجع مثلاً

لقضية اه نرجع نفس الركن اللي كنا فيه اللي هو مثلاً القوة والضعف السيطرة والخضوع الى اي درجة هذي - [01:09:46](#)

في علاقتكم على خير. فعلاقتك مع اخي. في امثلة كثيرة يتعلم الواحد اشياء يستفيد منها في حياته اليومية امثلة كثيرة الركن

الثاني او المكون الثاني في باب العلاقات اللي هو مرتبط باللطيف - [01:10:02](#)

اللطيف والاحسان والتعامل الحسن يتعلم الانسان كيف يراقب نفسه ينتبه لنفسه فيما يتعلق مثلاً هل هو فظ هل هو ولا لطيف؟ هل هو

شرس ولا ولا الرفيق مع الآخرين؟ هل علاقاته ودودة؟ ويعني ولطيفة ومقبولة؟ اه وفيها رزان ووقار ولا هي - [01:10:14](#)

لأ شراسة منفرة فيبدأ يتعلم يبدأ يلاحظ نفسه واللي يرجع له الركن الاول في الصفات الذاتية القدرة على البصيرة بالنفس. القدرة

على مراقبة النفس. تعرف المراحل الاربعة المشهورة عند - [01:10:37](#)

عند علماء السلوك المتقدمين علماء السلوك بالمفهوم الإسلامي اللي هو علماء الدين يليه المراقبة والمحاسبة والمجاهدة اه هنا يبدأ

الانسان يبدأ يراقب نفسه كثيراً. هم. مراتب ايش؟ مراتب مشهورة عند المتقدمين. اه في - [01:10:50](#)

مع النفس للمراقبة والمحاسبة المجاهدة. جميل ايضا نتكلم عن نفع الآخرين واعمال البر واداب الحديث شف لاحظ هنا بدينا نتكلم

عن الاداب يجي واحد يقول يا اخي هذا ما له علاقة بعلم النفس لحظة تكلم عن النفس الاسلامي - [01:11:07](#)

لها علاقة علم النفس الغربي يمكن ما له ما يمكن لا يهتمون بهذه القضية هذا يرجع لهم نحن جزء اساسي من من الحديث في باب

العلاقات هو في في ادب الحديث والحوار والتواصل في قضايا تفصيلية كثيرة هنا - [01:11:27](#)

اه يعني مجموع الادب الاجتماعي مع الآخرين المكون الثالث من مكونات العلاقات او علم نفس العلاقات ان صح التعبير اللي هو

الحقوق والواجبات الحقوق والواجبات مرة اخرى لو تلاحظ علم النفس الغربي دائماً يركز على احد الطرفين. في الغالب هو يركز على

- [01:11:42](#)

آآ الصفات الجيدة المبالغ فيها مثل يقول لك لا تؤنب ظميرك اه الكمالية يركزون كثيراً على الجوانب اللي اصلها جيد لكن انسان بالغ

فيها بينما في المنظور النفسي الاسلامي دائماً دائماً العلماء يتكلمون عن الصفات الحسنة والصفات السيئة - [01:12:03](#)

دايماً يتكلمون عن الحقوق والواجبات دائماً دائماً يجعلون الانسان في في وضعية اتزان ووظيفية ميزان لا يغلب نفسه على الآخرين

ولا يغلب الآخرين الآخرين على على نفسه. يدخل هنا عاد باب العدل والظلم - [01:12:20](#)

باب العدل والظلم باب كبير جداً في باب الاخلاق عندنا. العدل مع الآخرين مع العدل مع مع الابناء مع الزوجة مع الزوج مع الاهل مع

الاصدقاء مع القارب مع الجيران في التعامل مع الاعمال الى اخره قصة طويلة عريضة - [01:12:37](#)

مم اه باب التصالح والقطيعة والعفو والتشاحن العفو مثلاً العفو هل تعرف الى الان علم النفس الغربي؟ الى الان عنده تحفظ كبير على

العفو خذ حقه خذ حقه مم ضد حقه - [01:12:51](#)

و في مدارس اصلاً في التحليلية اعوذ بالله بالنسبة لهم العفو هذي مشكلة كبيرة السلوكية ايضا كذلك الان بدأت بدأت تظهر مدارس

انه لا ترى العفو ممكن ولكنهم يتكلمون عن العفو ايضا بمفهوم مختلف عن العفو الذي الذي نتكلم عنه نحن ايضا يدخل فيها -

[01:13:09](#)

اما ما يمكن تسميته بالمطالبات والتوقعات. مطالباتك وتوقعاتك من الآخرين لها دور كبير جداً في رضاك عنهم. في حسن التعامل

بينك وبينهم المكون الرابع في باب العلاقات اللي هو وهو اساسي التعامل مع النقد والاذى من الآخرين - [01:13:33](#)

وهذا باب كبير يعني يمكن الشخص ليس له اطلاع في باب في كتابات المتقدمين النفسية ما يخطر في باله ان هناك كتب الفت في

التعامل مع اذى الناس التعامل مع اذى الناس. باعتباره اذى حقيقي او اذى متوهم بغض النظر - [01:13:51](#)

ويتكلمون عن يعني نقد الآخرين كيف تتعامل معه ويتكلمون عنه عن يعني كيف واحد يتعامل مع مع اذى الناس تبي يتعامل مع هذا
الاذى آآ تعنيفهم اذا كان هناك تعنيف صدر منهم تكلم عن - [01:14:12](#)

آآ سوء الظن بالآخرين لانه مرتبط بالاذى قد ما يكون هناك اذى قد يكون اذى متوهم اصلا غير غير موجود. يعني هذي هذي
اشارات سريعة في في باب في باب العلاقات - [01:14:30](#)

اه مم في باب العلاقات ايضا اشرنا اليه لكن يمكن نتكلم اضافة هنا اعمال البر مثلا ايش علاقة اعمال البر بعلم النفس لا كيف ايش
علقت اكيد لها علاقة من منظور نفسي اسلامي اعمال البر لها اثر في الدنيا وفي الآخرة - [01:14:43](#)

جميل. الاحسان للناس فعل المعروف مساعدة المحتاج ويعني ادخال السرور عليها ادخال السرور البر الصلة اخلاق الرحمة النفع العام
الصدقة الاحسان الى اخره الى اخره هذه لها اثر على النفسية ولا لا؟ اكيد - [01:15:04](#)

يعني والعلماء تكلموا عن انواع البر بكلام كثير جدا. وهذا مش موجود في ما في مانع. هم لا تتكلم عن علم النفس الغربي في علم
النفس الغربي هو مش موجود - [01:15:20](#)

ليس جزءا ليس جزءا من الثقافة يعني ليس جزءا من الثقافة العلماء المتقدمين يتكلمون عن مثلا البر بالمال البر بالقول البر بالعمل
يعني تعمل لمساعدة الآخرين بالعمل يعني البر بالجاء كشف على - [01:15:35](#)

جفاعات البر بحسن التعامل انواع كثيرة في تعلم الانسان كيف كيف ينمي هذه الصفة فيه جميل كيف ينمي هذه الصفة فيه؟ بحيث
انه اه يعني امثلة كثيرة في باب البر - [01:15:52](#)

في باب العلاقات ايضا مهم جدا نتكلم عن الاسرة العلاقات داخل اسرة وكيف نحافظ على هذه الاسرة؟ كيف نقيم علاقات جيدة داخل
الاسرة اه ودور الاب دور الام دور الابناء دور الاخوان اذا حصلت مشكلة في الاسرة كيف تحل - [01:16:11](#)

كل هذا جزء من جزء اه ولا يحتاج الواحد يصل الى مشكلة كبيرة بحيث يراجع مرشد نفسي ولا اخصائي علاج اسري ولا هناك اشياء
كثيرة في الحياة يعني نبية الاحتياجات النفسية - [01:16:29](#)

هي في الحياة العامة التي لا تصل اصلا الى المتخصصين النفسيين وهذا ملحظ مهم جدا في المنظور النفسي الاسلامي انه اصلا
اغلب احتياجات الناس النفسية هي قبل الحاجة الى الوصول للمختصين. فيجب ان يتعلمها الناس من قبل - [01:16:43](#)

هي وقاء قبل ان تكون هي وقاية قبل ان تكون قبل ان تكون علجا. يعني نحن لا نريده ان ان يتطور الموضوع حتى يصل الى
حتى يضطر الى الوصول الى الى - [01:16:59](#)

الى الاخصائيين النفسيين بالعكس نحن نريد ان ان تنتشر هذه الثقافة رقابة علم النفس الاسلامي بهذا التوسع وهذا الشمول بحيث
تتحسن النفسية الناس وتعاملاتهم اخلاقهم مواقفهم في الازمات اه اه بحيث الايمان الذي يمارسون الذي يؤمنون به - [01:17:11](#)

الاسلام الذي يؤمنون به يكون له دور فاعل وحقيقي في تحسين صفاتهم النفسية في في اعطائهم السعادة السكينة يعني يعني تقريبا
هذي ابرز يعني موب ابرز يعني ما سمح به الوقت في الكلام عن باب عن باب العلاقات. جميل صراحة كان ودي اتكلم اسمع دلوقتي
اسمع ولا لا يعني كنت اتكلم عن - [01:17:28](#)

يعني نمط التربية التوكيدي واثره السلبي الكبير جدا على العلاقات بيننا ناعس على نفسيات الناس ومنازعة الحقوق ممكن ناخذ
فيه وهذا ترى جزء منه وجزء منه من تأثير الفلسفات من حركات النسوية - [01:17:53](#)

الحكاية النسوية هي هي الان في الفلسفة الغربية تجاوزت مجرد انها تكون اه مطالبة من من قبل مجموعة من النساء في بعض
الحقوق الى انه اصبح ثقافة ثقافة خذ حقك - [01:18:15](#)

ثقافة اترك العادات ثقافة لا مرجعية لاحد عليك ثقافة ان تصنع انت تصنع قيم نفسك ثقافة انت مصدر القوة كل هذه ثقافة مم هذي
ثقافة اكثر من كونها اكثر من كونها نتائج بحوث علمية وتجريبية - [01:18:30](#)

لذلك بعض الناس ينزعج من نقد علم النفس الغربي كيف تنقد علم نفس تجريبي موضوعي محايد مين قال لك انه علم تجريبي من
قال لك انه موضوعي؟ مين قال لك انه محايد؟ نحن لا نوافق على هذا - [01:18:50](#)

يعني هذا ما يتعلق لهذا الباب. جميل. في في الحلقة الماضية كان في تأكيد على الربط بين النظام الاجتماعي وطريقة العيش

والحياة. واثرها على الصحة النفسية. اليوم انت خليتها احد الارقان الخمسة - [01:19:09](#)

اه في عوامل للصحة النفسية الاسلامية. ليش التأكيد على الجانب النظامي الاجتماعي واهميته بالمنظور النفسي الاسلامي. صحيح

صحيح يعني اه انت اذا رجعت لكتابات المتقدمين الجوانب النفسية تلاحظ يركزون كثيرا على جانب العلاقة مع الدنيا - [01:19:24](#)

والعلاقة مع الحياة ونمط العيش يعني مثلا هناك كتب كثيرة كتبت باسم الزهد هل تعرف ان نحن اعتبرنا كل الكتب التي كتبت باسم

الزهد اعتبرناها من كتب علم النفس الاسلامي - [01:19:44](#)

لماذا؟ لانه اصلا مفهوم الزهد اصل مفهوم الزهد عند هؤلاء المؤلفين ليس هو مفهوم الزهد الذي عندنا نحن نفهم الزهد انه يعني انك

تصير حالتك رثة ومعظم عن الدنيا وقاعد لك في في عشة ولا قاعد في اي مكان بينما لا - [01:20:00](#)

مفهوم الزهد هو هو اقرب الى مفهوم التصورات العليا واقرب الى مفهوم فلسفي انه ما هي علاقتك اصلا بالدنيا ما هي الطريقة

الوزنية السليمة في ضبط علاقتك بالدنيا بحيث تضمن لك حياة نفسية سعيدة مستقرة - [01:20:19](#)

وتضمن لك ايضا في نفس الوقت آخرة صحيحة آخرة سليمة ايه المنظور النفسي اسلامي يهتم كثيرا بهذا الجانب ويركز عليه يمكن

يعني اختصارا كذا نقول في نمط هناك نمطان من الحياة - [01:20:38](#)

نمط الحياة البسيطة الهادئة الهانئة اللي فيها استقرار روحي عميق آ العائلة المتحابية المتماسكة العلاقات القريبة الدافئة ما فيها

صخب ما فيها ضجيج وفي نمط اخر نمط الحياة نمط الحياة اللاهفة. الصاخبة الراكضة - [01:20:54](#)

المناصب الرفيعة الشهرة الواسعة الاضواء الغنى النفوذ الكبير والشهرة الى اخره الى اخره هل تعتقد انه نمط الحياتين هذي يؤدي الى

نفسية متساوية اكيد لا اكيد لا هذا خلاصة فكرة المنظور النفسي الاسلامي فيها - [01:21:14](#)

ولذلك نتكلم كثيرا مثلا عن تأثير نمط الحياة على على على صفاتنا النفسية على حياتنا النفسية على صحتنا النفسية نمط الحياة

المعاصر اللاهث الراكض هذا المادي المادي اولا غير - [01:21:33](#)

كثيرا في صفاتنا النفسية جاء لصبرنا اقل رضانا اقل تسليمنا اقل توكلنا اقل يعني نعتمد ونركض ونلهث حول حول اشياء معينة مادية

نريد ان نحققها حتى غيرت في ادابنا الاجتماعية غيرت في عاداتنا الحياتية - [01:21:51](#)

عاداتنا اجتماعية بل ادت في بعض الاشخاص الى تغيير في الهوية والقناعات الكلية والانتماء والولاء لاجل الدنيا اها لاجل الحياة

تغيرت مفاهيمه وتصوراتها فنمط الحياة يغير في كثير من غير في يعني حتى في في في حتى في طرق اكتساب المهارات الحياتية

- [01:22:10](#)

هل هل المهارات الحياتية والاجتماعية عند اهل البادية واهل القرى واهل الارياف وعلى الجبال نفس اهل المدينة مختلفة اذا نمط

الحياة يؤثر على على على صحتنا وعندي مصطلح انا اسميه سعادة الادريينالين - [01:22:34](#)

سعادة الادريينالين تعرف الادريينالين هذا احد احد المركبات الكيميائية الموجودة في الجسم الذي يفرز عادة عندما يستوفز الانسان

ويتحرك ويحصل فيه ردة الفنة القوية صارت صارت سعادتنا المطلوبة هي سعادة الجسد المتحفز بفعل هرمون الادريينالين هذا -

[01:22:53](#)

مم الجسد الثائر الذي يجد متعته وولده في الاكشن وفي حالات الرقص وفي رحلات المغامرة وفي الملاهي العملاقة وفي افلام

الاثارة والجنس والجنس والعنف والخيال الفنتازي فاصبحت السعادة عندهم مرتبطة بالاكشن والادريينال والادريينالين - [01:23:15](#)

بالاضافة الى حياة مادية جفاف ضعف ضعف في الجوانب المعنوية ضعف العلاقات الاجتماعية ايضا التشوف دائما التشوف الاكثر

تذكر تذكر يمكن الدورات كانت تقول انت تستطيع ان تكون اغنى رجل في العالم انت تستطيع ان تفعل ما تشاء انت تستطيع ان تفعل

- [01:23:38](#)

يجب ان لا تقلق طموحاتك عن اعلى شئ اعلى شئ في ايش؟ في الدنيا في الوظائف في الرواتب. طيب نحن نعرف انه لاوت لايرز

هذولا اللي هم الناس المختلفين ما يمثلون ولا واحد بالالف - [01:24:00](#)

يعني اصحاب الملايين هم هم اقل من واحد بالالف قالت ليش تكذب على المتدربين تقول لهم انت تستطيع ان تكون مثل هذا وانت تعرف احصائيا انه لا يمكن ان يكون - [01:24:15](#)

فتربى الجيل على انه لا لازم تشتغل للدنيا اكثر ولازم لازم ويجعل سعاداته مربوطة بهذا فسعاداته مربوطة بشيء كانوا متقدمون يسمونه القنيات القنيات يعني المقتنيات انه سعادة القنية يسمونها - [01:24:26](#)

ان انت مرتبط لا ترى ما هو مفهوم اسلامي فقط مفهوم حتى من قبل الاسلام اه انه انت مرتبط سعادتك مرتبطة بمقدار ما عندك. بمقدار ما تجمع. فاصبحت المعايير المادية اكثر بكثير - [01:24:45](#)

من المعايير المعنوية واصلا النظريات الغربية هي تدعم الجانب المادي ما ما تناظر تدعم الجانب المادي نحن نطالب بسكينة الحياة الايات الساكنة ترخي انسان اه ونمطه ونمطه واسلوبه في كسب العيش - [01:25:00](#)

الرزق بالسعي في هذه الحياة الدنيا طريقته في السعادة نتكلم عن السعادة كثيرة وانواع السعادة ومصادر السعادة آآ فهي فهي الحياة المطمئنة الساكنة القائمة على البساطة وعدم التكلم آآ بلا ضجيج ولا صخب ولا - [01:25:17](#)

توتر الحياة المستقيمة ايضا مستقيمة بانحراف ولا ولا طيش الحياة الناجحة بلا تكلف ولا شطط السعادة المتنوعة الموزونة فيعني هو هذا اللهاس المتوتر والتعلق المبالغ فيه والاسراف والبذخ والكماليات والمظاهر - [01:25:35](#)

هذي ما تؤثر على نفسيات الناس؟ ما تؤثر على مقدار مقدار شعورهم بالسعادة لذلك جزء كبير من البرنامج يكون عن السعادة تعريف السعادة مصادر السعادة قوانين السعادة سميتها قوانين السعادة - [01:26:02](#)

انه هناك قوانين للسعادة او تعرف هناك قوانين كثير للسعادة اذا انت عرفت هذه القوانين تحصل عليها انه عرف السعادة اولا بشكل صحيح اه نوع في مصادر السعادة اه استمتع بالطيبات لا لا تحرمنا لا تحرمنا نفسك - [01:26:19](#)

منها من هذه الطيبات لكن تذكر ان هذه الحياة الدنيا ليست هذه الحياة ليست للدنيا فقط هذه الحياة هي لم تخلق لاجل ان تكون فقط لتحقيق مصالح دنيوية لكن ايضا هي حياة - [01:26:39](#)

موجودة تحقيق مصالح اخروية ومصالح معنوية ومصالح اجتماعية ومصالح انسانية ثم ان السعادة ليست محصورة فقط في الجزء المادي المال يعني انا في العيادة في نفس الكرسي يأتوا ناس اغنياء - [01:26:52](#)

وفي نفس الكرسي يأتي اناس فقراء يعني الان تذكرت اعتقد تذكرت مريضة كانت تقول حنا مشكلتنا بسيطة انا اكتئابي بسيط بس يصير عندي فلوس اسعد وتنتهي مشاكل مع فلان وفلان واصير سعيد. فانا ضحكت - [01:27:11](#)

المفروض انا ما راح اكتب العيادة يعني بس عفويا ضحكت فقالت قلت لها انا اسف انا ضحكت بس يعني انا لي خمسة وعشرين سنة اشتغل وفي ناس كثير عندهم فلوس ولا عندهم سعادة - [01:27:32](#)

وجالسين في نفس الكرسي نفس الكرسي الذي تجلسين فيه. فيه قالت كيف؟ خلاص هي مشكلة في السعادة في فلوس خلاص عطني فلوس وانا اصير سعيدة ايه مثل هؤلاء الناس اللي اصلا هم خلاص مركز في نفسه ان السعادة مرتبطة بالمال - [01:27:45](#)

بسبب ما يسمع او ما يشاهده الان وسائل التواصل الاجتماعي افسدت كثيرا من الذائقة النفسية عند الناس وجعلت جعلت المعايير والقيم والتصورات مختلفة ومختلة. ايضا من القضايا التي تناقشها في باب في باب نمط - [01:28:01](#)

في الحياة والدنيا والاشياء هذي موظف مفهوم النجاح مفهوم النجاح والفلاح ونتكلم عن انه مفهوم النجاح للاسف اسىء استعماله بشكل كبير جدا وعرف تعريفا خاطئا وصار الناس يتعلقون بمستويات معينة من النجاح هي اصلا يعني هي غير ممكنة لهم غير متاحة لهم - [01:28:19](#)

يعني مثلا شخص خل ناخذ مثال لرجل ومثال لامرأة مثلا رجل رجل موظف اضيف له جيدة وعنده اسرة وزوجة انا غير ناجح في حياتي لاحظ كيف غير ناجح في حياتك؟ لا انا ما انا ما عندي الا دخل بسيط بالكاد امشي حياتي لكن انا محروم من كذا محروم من

كذا ومحروم من كذا وكذا - [01:28:47](#)

اي طيب من الذي ادخل في ذهنك انه هذا هو النجاح هذا السقف العالي ليش لماذا انت ادخلت في ذهنك هذا هذا الباب من اللي

ادخله الاعلام ونمط الحياة والمعيشة المعاصرة - 01:29:13

ناخذ مثال اخر امرأة امرأة بيتها سعيد حياتها سعيدة لكنها غير موظفة اوه انا غير موظف وما لي قيمة اللي هو تحقيق الذات انه انت لا تحقق ذاتك الا بمستوى معين من النجاح. طيب انت عندك اسرة وناجحة وعندك اولاد وتربين عيال - 01:29:27

يعني اليس هذا نجاحا اليس هذا بل اليس هذا من اعظم النجاحات لأ أه تصلح سمبوسة في المطبخ مطبخ البيت وهادا تعب وما هو بنجاح. تروح تشتغل في مطعم وتصلح سمبوسة للناس وهذا اعظم نجاح - 01:29:49

يعني كيف هذا شكلي جوعان انا موضوع السمبوسة هذا فيعني هو النجاح ايضا نتكلم عن النجاح ومفاهيمه وقوانينه وهذا يؤثر كثيرا على نفسيات الناس. يتغير نفسيات الناس بهذا نكون ختمنا هذا المحور - 01:30:06

ويمكن نكون ايضا ختمنا يعني وتملاً المحاور الاساسية في هذا الباب باب الصحة النفسية الخص فقط الان ان حنا قلنا علم النفس الاسلامي هو ثلاثة اركان. مهم الركن الاول الركن المتعلق بالاصول النفسية والاسس النفسية والى اخره. ونتكلم عنه في الحلقة

الماضية. هم. الركن الثاني متعلق بالصحة النفسية وتكلمنا عنه اليوم. جميل. والركن - 01:30:31

الثالث متعلق بقضايا تخصصية في علاج النفسي يعني تخصصية قد تهتم المتخصصين لكن ايضا تهتم غير المتخصصين ايضا يعني ايش المنظور النفسي الاسلامي؟ ما هو المنظور النفسي الاسلامي في علاج المشكلات النفسية والامراض والتربية وطرق التربية

وطرق التعليم الى اخره - 01:30:52

يعني هذا باختصار باختصار. جميل جدا. صراحة يعني الان من الاشياء اللي اللي لاحظها ان المحاور الخمسة اللي اخذناها في الصحة النفسية لا يمكن ان تنزع واحد منها وتقول كمل يا الاربعة. احسنت. كل واحد منها مكمل للثاني. يعني ما اقدر انزع الايمان واقول

خلاص يصير عندنا صفات ذاتية - 01:31:08

سيئة حسنة او نبني علاقاتنا واحنا نبعد الايمان او يصير عندي نظام اجتماعي اسلامي صحيح وانا بعيد عن الايمان كلها مرتبطة ببعضها ورأسها ولماذا؟ احسنت احسنت هذا فهم صحيح وسديد. هم. احسنت. جميل صراحة. انا قبل ما نختم صراحة عندي عندي

يعني هاجس - 01:31:28

بسيط جدا ليش ما يصير فيه رابطة لعلماء نفس مسلمين يحيون مثل هذه المفاهيم في الناس يعني من ردود الافعال اللي اللي قلناها في بداية الحلقة الناس متعطشة جدا تقول يا اخي انا ما قد سمعت هذا معاني اشوف علماء النفس - 01:31:48

واروح عند طبيب بس اني ما وجدت هذا الكلام طيلة حياته يعني تلقاه عاش عشرين سنة ثلاثين سنة اربعين اكثر او اقل هو ما سمع هذا التأصيل الاسلامي لعلم النفس - 01:32:06

لا هنا في نقطة انا لا اريد ان انسب لنفسي شيئا ليس لي. هم. انا لست اول من يطرح هذا ولست الوحيد الذي اطرح هذا هذا الطرح قديم وكثيرون يطرحونه هناك - 01:32:18

اه الجمعية العالمية لعلم النفس والاسم علماء النفس المسلمين الجمعية العالمية وعلماء النفس المسلمين اه لكن الجهود محصورة ومحدودة. مم وفي قضية يعني معروفة في علم النظريات اصلا. كيف تتشكل النظريات؟ انه النظريات الناجحة هي التي يبدأها فرد

او افراد معدودين - 01:32:32

اه لديهم قدرات فردية مختلفة ويشغلون شغل جيد ويوفقههم الله سبحانه وتعالى ثم تأتي الجماعة وتحتوي هذه هذا المشروع وتنتشره وتدعمه وتقويه وتطوره سواء الجماعة والجماعة التلاميذ او الجماعة الاجيال التي يعني تأتي بعد ذلك. الحقيقة يا دكتور

انا ممتن جدا لهذه الدقائق واللي - 01:32:53

يعني اثارها ردود الافعال الواسعة وحاجة الناس فعلا الى وجود تطبيقات في علم النفس الاسلامي واسأل الله ان يبارك وان يرى المشروع هذا النور وان ينفع به الاسلام والمسلمين وحقيقة اشكر دكتورنا على اتاحة الفرصة - 01:33:16

بعد طول غياب جزاك الله خير حقيقة شاكر لك جدا جدا اجابتك لنا. الشكر لله تبارك وتعالى اولاً واخراً وانتم ايضا جزاكم الله خير اشكركم على القدوم مرة اخرى واخرناك اليوم يعني اليوم سحرتونا شوي لكن جزاك الله خير واسأل الله تعالى ان ان يستجيب دعائك

امين وان ينفع بالمشروع وان - 01:33:33

البركة يا رب. امين امين. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. شكرا لكم ايها الاحبة ونستقبل اقتراحاتكم استفساراتكم آآ عناوين حلقات
او ضيوف على الايميل او على وسائل التواصل الموجودة نلقاتكم في كاف جديد السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - 01:33:57

- 01:34:14