

الالتزام بالجدول اليومي بعد رمضان | أ. أنس شيخ اكريّم

أنس شيخ اكريّم

بسم الله الحمد لله والصلوة والسلام على سيدنا محمد وعلى الله وصحبه ومن والاه. اللهم لا علم لنا الا ما علمتنا انك انت العليم الحكيم. رب اشرح لي صدري ويسر لي - [00:00:06](#)

واحلل عقدة من لسانى يفهوموا قولي اللهم لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظم سلطانك. اللهم لك الحمد حتى ترضى ولك الحمد اذا رضيت ولك الحمد بعد الرضا اللهم اجعلنا من الذين يقومون بمقامات عبوديتك كما تحب وترضى يا رب العالمين. اللهم يا مقلب القلوب ثبت قلوبنا على دينك. اللهم يا مقلب القلوب ثبت - [00:00:16](#)

قلوبنا على دينك اللهم يا مقلب القلوب ثبت قلوبنا على دينك اللهم يا مصرف القلوب والابصار صرف قلوبنا على طاعتك اللهم انا نسألك حبك وحب من يحبك وحب عمل يقربنا الى حبك - [00:00:39](#)

حياكم الله جميعا السلام عليكم ورحمة الله وبركاته اه طيب احنا اليوم ان شاء الله لقاءنا بعنوان الالتزام بالجدول اليومي بعد رمضان اه نتحدث فيه عن اه اه يعني اهم الافكار في اه لماذا نتعثر - [00:00:53](#)

آآ لماذا نتعثر في الالتزام الطاعات بالمفهوم العام العبادة بالمفهوم الواسع سواء بعد رمضان او بعد مواسم الخير او آآ او حتى احيانا بعد اه الهبات الایمانية او الرؤى او او النسمات الایمانية للانسان سبحانه الله يتعرض لها بين فترة واحرى - [00:01:15](#)

اه رح نحكي في العصابات رح نحكي في يعني اهم الاشياء اللي يجب ان ينتبه لها. هذا امر. بعدين اه ندخل في اه في اهم القواعد اللي تساعدنا ان اه يعني نستفيق ونبقى يقطنين اه - [00:01:39](#)

اه نبقى منضبطين نبقى اه ثابتين طيب اه اسئلة بدننا نبدأ فيها اللقاء. اه هذا طبعا هلا بس لمجموعة اسئلة. هاي الاسئلة كلياتها رح ندرج من سؤال اكبر الاسئلة الزغيرة يعني هي ظواهر ممكنا الكل عم بشوفها من نفسه او من غيره او من حوله - [00:02:01](#)

اه انه لماذا تنتكس كثير من النفوس اه بعد مواسم الطاعات وبالذات بعد رمضان آآ البعض يمكن يكون اصلا آآ اضعف من ذلك لا يستطيع ان يكمل موسم من مواسم الطاعات بل يعني يذبل ويضعف - [00:02:23](#)

تفترق قواه قبل ان يكمل آآ لماذا البعض يبدأ بعادات جيدة آآ خصوصا من الطاعات بالمفهوم الواسع اه كتلاوة القرآن والصلوة وقيام الليل الاذكار اوراد القرآن الى اخره ثم لا يستطيع ان ان يداوم - [00:02:48](#)

آآ بل ربما البعض يعني يقوم ليالي ثم بعد رمضان يضيع صلاة الفجر ربما جميع هاي الاسئلة تدرج نحو تحت سؤال اكبر اه وهو سؤال لماذا كثير من النفوس لا تستطيع ان تستمر اصلا على الاستقامة على طريق الله - [00:03:10](#)

ليش؟ كثير من النفوس تنتكس بعد الالتزام في الدين ليش في كثير نفوس اه تتدبرن بفترة من عمرها ثم لا تستطيع ان تكمل. يبدو انه هذا السؤال الصغير اه وهاي الاسئلة الصغيرة تدرج اذا تحت هذا - [00:03:33](#)

هذا السؤال طبعا اجابة كبيرة اه ولها يعني زوايا كثيرة. هلا احنا بدننا نلقي الضوء على يعني زاوية. آآ نأمل انها تكون زاوية جيدة قوية. احد الزوايا وفي زوايا كثيرة لكن احنا - [00:03:50](#)

بدنا نلقي الضوء على واحدة من الزوايا. الزاوية اللي بدننا اليوم نلقي الضوء عليها اللي هي زاوية آآ حديث الرسول صلى الله عليه وسلم الا ان في الجسد مضفة طبعا من جزء من من حرير الا ان في الجسد مضفة اذا صلح صلح - [00:04:08](#)

اذا صحت صلح الجسد كله واذا فسست فسد الجسد كله على وهي القلب بدننا نتكلم على موضوع القلب. القلب اه القلب ليس مقصود فيه العضلة الصنوبر الصنوبرية اه ولا يعني العضل لا لا - [00:04:27](#)

قلب في كلام اهل العلم اه علمانا في التزكية. هم بيقصدوا فيها عادة اه يعني عدد من من المصطلحات ما بين الخاص بالعام اه احيانا
بيقصدوا فيها الروح احيانا بيقصدوا فيها مكان تمييز احيانا - [00:04:51](#)

كان الادراك اه احيانا بتكون بتكون مرادفة للعقل احيانا بتكون بينها وبين العقل اه عمومه خصوص وجهي. يعني اه فالفكرة فيها هي
مكان الادراك والتمييز ومكان تلقي الایمان ومكان اه مكان تلقي الایمان او الكفر مكان اللي هو اذا صلح وحيصلح الجسد كله واذا فسد
- [00:05:07](#)

صوتي مش في صوت كل مكان الهمم مكان العزائم مكان الايرادات مكان مكان القيادة مكان القيادة في النفس والقلب طبعا هو هو
مكانه مكان العقل القلب والفؤاد والصدر طبعا لا يحيوهما هو مكان مكان العقل ام لهم افءة لا يعقبون بها. قلوب لا يعقلون بها. طيب
- [00:05:27](#)

طيب لو لو نروح يعني خلينا ندخل من من عالم الرياضة احنا من عالم التغذية ونرجع فيهم للقلب لو احنا آآ يعني علشان نجاوب
على سؤال ليش كثير النفوس تنتكس؟ يبدو انه هذا القلب يبدو انه مش عم يستطع يكمل المشوار - [00:05:56](#)
يبدو انه هذا القلب ما عم يستطع يكمل المشوار مع الجسد يبدو انه هذا القلب عم يتحمل ام يحمل شيء مش معناد عليه يمكن عم
يتحمل اه غريب عنه فلا يلبيث ان يدخل - [00:06:14](#)

ثم القلب ينتفض ويعيده خارجا يعيده الطاعات خارجا يعيده النفس الدين القيام الصلوات الاذكار البر الدعوة الى الله الامر بالمعروف
والنهي عن المنكر البكاء من خشية كله يرفض يرفض يرفض - [00:06:32](#)

طيب اه لو لو انسان عمره ما ركب وحدة فيكم عمرها ما يعني اقصى مشوار وتوفت لما طلعت من درج تلات اربع طوابق يعني
وراحت فيها هاي لو لو احنا مثلا خليناها تشارك في ماراتون عشرين كيلو مثلا - [00:06:55](#)

توقعوا ايش يصير فيها ايش ممكن يصير فيها المتوقع انها يعني اه اذا شدت عحالها وركضت ركضت ركضت المتوقع انها اه بعد
تدين كيلو ثلاثة كيلو اربعة كيلو هادا يعني. ممكن انها تقع اه تتعرض لاصابات متوسطة - [00:07:17](#)

قامة بليفة ممكن يصير معها. كسر معها تمزقات ممكن تستغرب من نص الطريق ليش لانها عم تروح على مسافة كتير اكبر منها هي
مش قدها ما تمرنت عليها ما تعودت عليها فمرة وحدة فاتت وعرضت عضلاتها وجسمها الى - [00:07:37](#)
الى شيء اكبر من طاقتها واسعة طيب ممتاز. فصار عنا تمزقات جسدية. تمزقات عضلية يبدو انه كثير منا نرجع لسؤالنا احنا يبدو انه
احنا كثير منا بيتعرض لتمزقات لكن هي التمزقات يبدو انها تمزقات في القلب - [00:07:57](#)

يبدو انه القلب ما فيه لياقة القلبية غير موجودة. هاي اللياقة القلبية غير موجودة. فما في احماء جيد وبالتالي بتدخل على
على المضمار نركض فوق طاقتنا من دون تدريب مسبق استعداد جيد جدا من دون انضباط في التمارين - [00:08:18](#)
ندخل عالم المسابقة او عالم الباراة اذا خلصنا حتى قدرنا خلص من من كثير من الناس اللي بدك تسمعهم بحکوا برمضان يقول لك انا بعد
رمضان خلص خلاص انا حاس كنت يعني - [00:08:37](#)

اه عم باجي عالي وعم بحاول اضحي وعم بخف دراسة وعم بخف طبخ وعم بخف طلبات الولاد وعم بخف سوق وعم بخف
عن ظهر بعدين اول ما خلص رمضان اجا العيد - [00:08:51](#)

اسبوع اسبوعين كله راح غفلة غفلة مش قادر اكمل مش قادر ارجع فيبدو انه عم يصير يبدو انه وجزء من الاجابة اللي هو فقدان
اللياقة القلبية قلب مته مثلا مثل العضلات البقية من وجهه - [00:09:03](#)

ما فيو لياقة ناخذ مثال ثانى لو احنا مثلا اه اقعنامكم انه التفاح مفيد. للي ما عندوش منه اي حساس او مشكلة معناته من التفاح مفيد
وانه اه التفاح اللي بياكل له تفاحة في اليوم - [00:09:19](#)

فيعني على مدى سنتين وتلات بيصير عنده يعني واحد واتنين وتلات واربعة والى اخره واقتنعوا انتم معي اخذت كل يوم تفاحة
وبعد فترة طويلة فعلا صار الكلام. طيب خلينا نيجي على ناس زي ما كثير منهم بيعمل - [00:09:35](#)
في كثير ناس بتسمع انه اه لحظة شوية تفاح مفيد وكوييس والى اخره شو بدبي اعمل انا كل يوم تفاحة طيب انا بدبي اقعد كل شهر

كل شهر بدبي اجمع تلاتهن تفاحة واكلهم ايش - 00:09:55

مرة واحدة ايش اللي راح يصير لما اكل تلاتهن تفاحة مرة وحده في نفس اليوم الله اعلم مغص ولا اسهال ولا ولا المعدة ولا استفراغ.
ولا على الاقل بس على الاقل انه الجسم لن يستفيد من هذا كله - 00:10:06

هذا اذا ما اذى وهو الاغلب. فاللي بصير يبدو معنا ايضا اللي هو عسر هضم قصر هضم ايماني القلب عنده عسر مش مش متحمل
الحملة اللي منحملها طيب بعد هاي المقدمة - 00:10:21

اوه بعض الاجابة على انه يبدو انه القلب فاقد لا يقتل ايمانية فاقد لا يقتل دينية فاقد لا يقتل روحية طاقة لياقته باتجاه الاخر طيب
ممتناز. طيب يعني معناها طب القلب ليش فاقد ذاته؟ - 00:10:35

القمع يعني اين ذهبت ليقته؟ يبدو انه كثير منا الا من رحم الله قلبه اه فيه لياقة بس مش للآخر قلبه فيه
لياقة بس للتجميل والتزيين. قلبه فيها لياقة - 00:10:56

بس للدراسة الاكاديمية قلبه فيه تزيين فيه مليء بطلبات الازواج الابناء وارضائهم واه وتحصيل بشكل متتابع مرة يعني تتبع مراضيهم
لجميع من حولي او حتى او ربما يكون اه القلب اه ورم او متورط في اه في محرمات فلاقته كلياتها ذاهبة وبين؟ على اعتياد -
00:11:18

اعتياد العادات السيئة اه ادمان السوشيال ميديا ادمان ادمان متابعة اه يعني ما لا يحل محرمات اه مدمن على مثلا روايات تافهة الى
اخره فالقلب يبدو انه متورط. عنده لياقة لكنه لياقته مش للآخر. لياقته في الدنيا - 00:11:56

احيانا بيكون القلب اه يعني لا يقطف صارفها آآ باورام من التضخم الانا. انه انا عندي الناس هذول بتعرفوهم ان عندهم اسراف بحق
النفس اللي عندهم في تعمت في حق النفس اللي عندهم انه ممنوع حد يحكى معه وممنوع حد يزعليه و اذا حدا بزعليه لازم احكى
معه ولازم افروج - 00:12:20

لكل شي عندي وما اخليه ولازم احطه عند حده انا نفسي خط احمر. هدول الناس متورمين تضخيم الانا. طبعا جميل قد اعطي حقي
انا من ضمن منظومة لا الله الا الله مش تضخم حق الانازيين. زي يعني يعني النظام العام او او - 00:12:42

يعني اه كما هو الان شيعة في الغرب اه او في في احدى المدارس الشعبية اه في النفس في الغرب آآ اللي هي يعني من تمتيع النفس
وتعظيم النفس وتدليل النفس وتحقيق النفس كله نفس نفس فالآنة ايش مالها - 00:13:02

خايفه حد يخبطها زي كده تحسها سيارة ممنوع حد يخبطها فاللياقه كلها رايحة انه انا محدث يزعليه ومحدث يدايقني ومحدث
يتعبني وبدىيش اتعب في هاي فيبدو في ناس طرق لايقة تبادل الاتجاه. في ناس رايحة لاقتها اه عكس هدول الناس. و رايحة علاقتها
بانه كيف الناس يحبوني وكيف يرضوني وكيف - 00:13:21

وكيف ارضيهم؟ وكيف ما يزعلا مني؟ وكيف وكيف وكيف؟ فهذا كلياتها عورامه. هاي كلياتها بين قوسين عم تصرف طاقتني وجوه
اللياقت قلبي بدل ما تنصرف باتجاه الاخره بدل ما تنصرف باعطاء كل ذي حق حق وبدل ما تنصرف في اعطاء الله عز وجل حقه
واعطاء النفس حقها اعطاء الاخرين حقوقهم بتدرج وتوازن - 00:13:41

يعني جعل في فراغ في القلب لهاي الاشياء لا يبدو انه كثيرا من الناس او جزء منا فاقد لا يقتل قلبية طب وين رايحة هاللياقه هاي
رايحة باتجاه هادا الشي. فطبيعي تلقائي نحنا عم نحكي بدننا نستعيدها - 00:14:03

هلا راح نحكي ايش الحل؟ بنسعيدها عن طريق انه نرجع نمأا ونفضي من هاي الاشياء. ما بزيط حدا مقدس اللي انا تبعته بيكون
عنده لياقة للآخرة يعني صعبة بده يعني شوي حدا مقدس الاخرين. بده بده ينزل شوي. حدا مبالغ حتى في بعض العبادات -
00:14:17

حساب عبادات اخرى حتى نبالغ بالقراءة وطلب العلم على حساب عبادات اخرى. هذا حتى ترى مناسبة احيانا هذا ما بيجي على
القلب متوازن. ما بيجي على القلب صالح الصلاح اللي يحبه الله بالعدل بالعدل كما قال شيخ الاسلام ابن تيمية - 00:14:38
انه انه يعني جميع في كتابه وامراض القلوب وشفاءها انه جميع يعني صحة القلب وسلامة القلب والقلب السليم. وبترجعك جميع

های القيم للعدل كلها بترجع لعدل. وللاستقامة وكل شيء يكون في مكانه حقه. طبعاً هذا مستحيل بالنسبة لنا احنا كبشر انه يعني انه صاحب السلامة كاملة اه - 00:14:53

القلب ولكن او خلو كامل من امراض القلوب ولكن الامثل فالامثل فاتقوا الله ما استطاعوا. طيب طيب هلا هاي اللي هي هون بيجي عنا الحديث العظيم من: كانت الاخرة همه عند من: يصحح الحديث فكانت الاخرة همه - 00:15:17

جعل الله غناه بحسب او في قلبه جعل الله غناه بين عينيه جعل الله غناه في صدره يجي الحديث اللي في
البخاري، ليس، الغن، عن: كثرة العرض، ولكن: الغن، غن، النفس. - 00:15:34

غنى النفس عن الاشياء وعن التكاثر بالاشيء. طيب ممتاز. من كانت الدنيا همه جعل الله فقره بين عينيه اللي لا ياتيه صارفها عن دنيا حغا الله فقره بي: عينيه وشتت عليه شمله - 00:15:50

تابع بين الانا وبين الاخرين وبين اشياء وبين الماركات وبين العلامات وبين وبين الدعاء احيانا لما يكون بتعرفوا الفرقة اللي بتتصير احيانا فالناس لا تشغلوا بما يؤذيكم انشغلوا بما يصلحكم. اما قل خيرا واجمع بين الناس واما اسمك من كلامنا بالله واليوم الاخر فلقل خيرا - 00:16:05

ما بيصبر. فهذا لا لا تفرقوا جهودكم على غير ما يرضي الله طيب من كانت الدنيا همه ايش كان جعل الله فقره بين عينيه وشتت عليه شمله ولم يأتي من الدنيا الا ما كتب له. يعني بالنهاية حتى كل اللي عم يقتل حاله عليه وعم يضيع لياقته عليه - 00:16:30

هو مكتوب ومقدر قبل خلق السماوات والارض بخمسين الف سنة طيب وبال مقابل من كانت الاخرة همه جعل الله غناه بين عينيه وجمع عليه شمله ما بحس انه عنده مليون مدير. ما بحس انه عنده مليون جهة بده يطيعها. ما بحس انه هو دايما دايما مخربط ودابيا او لهياته خابطة بعض - 00:16:50

ضرب الله مثلاً رجلاً فيه شركاء ومتشاركون. حداً عنده عشرين مدير كلهم تروح هيـك سوي هيـك روح هيـك سوي هيـك هذا بصير عند النفوس المتورمة بالدنيا شهواتها واهوائتها لحالها ممكـن كل واحدة الـها سلطـان سلطـان حـب ظـهور وحب الـريـادة - 00:17:09
ونكون متصردة والحسـد اللي بيـاكلـه القـلب من هـون وكل ما اـشـوف حـداً عنـده نـعـمة او وـحدـة عنـدها نـعـمة بـعـلم او بـزـوج او بـكـذـب يـاـكـلـنـي من هـون الـانـسـانـ بـكـونـ مشـتـرـكـ فيـ المـقـابـلـ جـمـعـ اللهـ عـلـيـهـ - 00:17:25

وانته الدنيا وهي راغمة يعني ما تضيع علاقتك عالفااضي باختصار يعني ملخص حديث لا تضيع لياقتك عالدنيا مش مستاهلة. طيب الناس اللي بتضيع لياقتها على الدنيا الله عز وجل بيس咪هم - 00:17:40

هو مصطلح القرآني اللي هو الغفلة اقترب للناس انسابهم وهم في غفلة معرض والغفلة اللغة الغفلة معاناها الذهول عن الشيء ايش يعني يفدهوله عن الشيء يعني مش ظاهر يعني مش مصحح للاخر يعني مش مصحح اه حتى بتسمعوا كتير ناس بقول لك بقول لك والله بعد رمضان ما انا صاحي عحالى. على قولت واحد من اصحابي بقول لي بقول لي انا مش - 00:17:54

الله ينفعك يا مولانا

الاعراض هون انه انا بصرف ذهني عن الآخرة بالدنيا بصرف ذهني عن الآخرة بالدنيا. والدنيا اعطينا عليها كثيرات. طيب اللي بصير باختصار شديد انه كتير من الناس بحاجوا، يملأ الشيء الممتلئ - 00:18:56

ملء الممتلىء عبارة عن محاولة عبثية. القلب ممتلى بالدنيا ما بيزيطها باخرة المزرعة المزروعة ما بزيط تزرع فوق نفس المزروع
الممحصوا، الل، عم بطلع تزرعه فوق، بزراعة يعني، لو طلع بكون، نكت - 00:19:09

ما جعل الله لرجل من قلبيين في جوفه ما مزيوط طيب نيجي هون للحل شو الحل بعد ما قلنا النقطة منعدما اللياقة القلبية شو الحل

الحل هو افراج القلب قدر الاستطاعة بتوازنه. طيب ممتاز - 00:19:26

شو يعني اصلاح القلب؟ بقدر الاستطاعة بتوازنه. شو يعني في يعني افضي قلبي للآخرة. شو يعني اوجه قلبي للآخر؟ شو يعني ا ملي
قلبي بالآخرة هون بيجي اللي هو تدريب القلب - 00:19:44

ان تكون الاخرة اكبر عنده. هون احنا بدننا نبلش بالحل. اللي هو كيف ادرن قلبي انه تكون الاخرة اكبر لهم. الحين كهذا محورنا الاهم
يعني نمسك هالمقدمة. لا بد منها - 00:19:54

اللي هو كيف ادرن القلب انه تكون الاخرة اكبر عنده طيب قبل ما نبدأ بالحل وبتدريب القلب انه الاخرة تكون اكبر همه لانه اتفقنا انه
بده تدريب ما يزيد ندخل مرة وحدة عالآخرة هيك - 00:20:06

ان هذا الدين متين. ذكروا هذا الحديث العظيم جدا جدا ان هذا الدين متين فاوغل فيهم رفق ان هذا الدين متين فاوغل فيه
برفق ولن يشاد الدين احد الا غلبه - 00:20:24

كثرة طرق الدين بيعملك ما تشاء الدين ما تحاول بالغصب وبالمجافحة وبالزيادة الغير متزنة في الاشياء والزيارة عالجدول اليومي
بعبر توازن هذا الديناميتيين في اول في ملف ولن يشاد احد احد الدين الا غلبه - 00:20:43

فاستعينوا بالغدوة والروحية وشيء من الدلجة. القصد القصد تبلغ او تصل يعني من ان الرسول صلى الله عليه وسلم شبه السير الى
الله بالمسافر اللي بده يروح بده بده يصل لهدفه - 00:21:02

العقل مسافر العاقل ما بيعطي بنص الشمس ما بجيبي لحاله مشقة زياده ما بزودا عحاله وبالامتنعه لانه هاي كثرة الامتنعه شو بتتسوي
فيه؟ بتعيقه عن هدفه. وما لا يقلل من الامتنعه حيث يموت من الجوع ومن العطش في الطريق. هاي واحد اتنين ما بيعطي في
الهاجرة في نص الشمس - 00:21:20

الرسول عطى تلات اوقات اللي هو بعد الفجر وبعد بعد نصف اخر او اخر الليل. وبعد الغروب اه الاوقات هاي الاوقات اللي ما فيها
شمس انت المهم توصل مش المهم اه تتبع - 00:21:40

حتى العلماء بقولوا اي مشقة مفكر تستطيع انك تفكها عن العبادة اي تفكها عن العبادة فهي غير مطلوبة شرعا اما المشقات التي لا
تنفك زي ايش؟ مشقات تنفك يعني زي القيام في الصلاة. هاي هاي - 00:21:55

المشاكل لا تنفك. طبعا بالنافذة بتتنفك حتى بس مع نصف الاجر. ولكن بالفريضة ما بتتنفخ خاصة. الفاكهة لا بد منها. اما مثلا والله
وصلت توب وصلة طيب بعده انا اذا عندي قدرة اكيف المكان مثلا او اضربي او اخذ مروحة قال لي هو - 00:22:10
الافضل انه المشقة هاي غير شرعية غير مطلوبة. تكلف الفاضي ما الله داعي. طيب. فالقصد من كل هذا انه حتى واحنا قبل ما ندخل
بدنا ننتبه انه هاد القلب بده يتدرن برفق - 00:22:31

طريقة الاسلام الرفق ركز تعمل اللي طريقة الاسلام الشدة طبعا في مكانها ولين في مكان لانه حكمة ويرجع كله للعدل. لكن المقصود
هو الترافق في الخطط. الترافق والتدرج مع الحزم والالتزام - 00:22:44

لانه برضه ليس مقصود بالرفق المطلق. طيب فلن يشاد احد من الدين للغلبة ان يتذكر النية طيب هاي المقدمة رقم واحد قبل
الحرب. المقدمة الثانية اللي مهمة جدا جدا. اللي هو الانتباه من واحد من اهم اعداء الانسان الدائرين - 00:22:59
او دائمين الا وهو عدو التشكيك انه اخذنا هالمحاضرات كتير. اصلا احنا سامعين لك يا انس اه نفس هذا الكلام من قبل. بمحاضرات
رمضان وسمعنا وحلو وعالفاضي وهيني سؤال تاني مرة اصلا سامعه مع فقدان الامل سمعنا من الاحسن منك ومن غيرك ومنك
- 00:23:20

انا اصنع الفاضي عمري ما بتلزم ولا عمري رحلتزم ولا عمري رح انضبط انا دايما بنتكس دايما ببلش وما بعرف اكمل خطة وصرت
كنت مسجل بناء منهجي وما كملت سجلت اه صناعة محاورة ما كملت وانسحب من اه فقه النفس ولا من اللي نفس مطمئنة ومش -
00:23:44

ايش الى اخره. هذا هذا علو التشكيك. انه عالفاضي وشو الفاضية شو بده بحالحق وشو بدهم بهالحكي والحكى سهل والتطبيق صعب.

هذا عدو التشكيك بذنا نتبه منه نحط هيئ عجب. ونذكره بقول الله عز وجل والذين جاهدوا فينا - 00:24:04
والذين جاهدوا في نعمهم يكون فينا مش في سبيل انفسهم. ولا في سبيل الاخرين. في سبيل انه الله عز وجل يرضي عني والذين
جاهدوا فينا وبدلوا الجهد والمشقة ليقيموا امر الله في انفسهم وفي واقعهم. والذين جاهدوا فينا لنهدينهم. الله بيقول لك لننهدينهم.
الله ان شاء الله هذا من من من من سنن الله - 00:24:25

اللي بيجهد في سبيل الله الله عز وجل نهدينهم سبلنا. هذا وعد من الله لننهدينهم سبلنا. ما بذناش شيء وان الله لمع المحسنين.
استحضروا معية الله. و احنا عم نسمع هاي المحاضرة بستحضر معية الله من الله عز وجل - 00:24:46
يحب المحسنين والله عز وجل يحب اللي يسمعوا كلامهم يحب اللي اللي بدهم يتزموا وبدهم يحاولوا يعني يجدوا السير الى
الله عز وجل طيب اه الناس اللي لسا هم عم يسمعون لسا لم يعزموا انه يفرق جزء من قلبه. في البداية طبعا الاكيد اللي هو هو طبعا
اخد القرار - 00:25:01

اذا ما بناخد قرار يعني يعني بدك تاخذ انت قرار لانه انت بتسمع بصدق امام الله عز وجل انه انا بلدي اخد اه قرار باني اثبت قلبي
للآخر وبالتدريج برفق وبلين كما تحب يا رب - 00:25:23

والمطلوب الهدف شوفوا شو الهدف. الهدف مش الارجو ولا احنا عم نحكي مش الهدف انك تطلع بس اه والله تصلي في الليل طبعا
هذا اشي عظيم ورائع وهم جدا وان شاء الله يكون احد الفوائد - 00:25:40
ولا هدف تطلعني انه والله بدبي اه مثلا اه اصلي التوافل على حساب اشياء اخرى. لا الهدف هو اعطاء كل ذي حق حقه والهدف من في
هيا الجملة اليسرى تكتبوا مني. كتير مني. اه طبعا ما بنقدر بهادا اللقاء ناخد موضوع الاولويات. لانه ما بعرف يعني انا -
00:25:54

من المتاح بس حسب الوقت وحسب وقته وكذا. الاولويات هاي بدها محاضرة لحالها. ولكن لازم نحكي التالي يعني اللقاء كقاعدة
عامة اه اللي هي اه نقلها من حجر القاعدة نقلها من حجر العسقلاني في - 00:26:18

اه فتح الباري مقررا لها آآ عن العلماء قال من شغله من شغله طرده عن نفله فهو معذور من شغله برضو عن نفله فهو معذور يعني
ايش يعني معذور؟ يعني اللي اللي عشان بيصلني الفرض - 00:26:33

مثلا مثلا فرض الضهر روح حاله مثلا اه اه السنة البعدية انه كان راح يطلع الوقت وراح السنة فهو معذور اللي عشانه مثلا بر
الوالدين روح قراءة كتاب فهو معذور. مثلا بر الوالدين الوالد - 00:26:59
بحكمه وبحسب الموضع لكن الفكرة اودي امي عالمستشفى ولا عندي ورد لا امي فش حد يوديها غيري تفسير لا هذا فرض وھون
نفل من شغله عن نفلة فهو معذول ومن شغله نفله - 00:27:15
من فرضه قام الليل صلاة الفجر. ومن شغله نفل عن فرضه فهو مغدور. يعني مخدوع فالهدف من كلامي انه نوصل نعطي كل ذي حق
حقه والهدف من كلامي انه يصير الفرض اولى من التوافل بالعموم. كل كل اللي بدبي احكيه صبوه انتم وفراشكم كل واحد حسب
وين هون. شرط دايما - 00:27:34

بس هو بيذور بنعرف ايش الصعود وايش الاولويات. لكن الفرض هي اولى من التوافل بالعموم. وليس معنى الكلام ابدا ان نترك
التوافل ومش مهم. لا لا طبعا بس لكن المقصود انه - 00:27:58

آآ ما تقرب الي عبدي بشيء احب الي مما افترضته عليه. ولا يزال عبدي يتقارب الي بالنواوف حتى احبه. فاذا احبيته كنت سمعه الذي
يسمعه يبطش بها ورجله التي يمشي بها ولين استعاذني - 00:28:08

لا اعيذنا طيب بهيك بنكون نحنا خلصنا مقدمات خلينا نفوت على على الحل اللي قلنا احنا بذنا ندرب القلب على ان تكون الاخره اكبر
همه. الحل طبعا بسيط وهو يسير ان شاء الله وهو من من شقين - 00:28:24
الحل من شقين الحل من زي ما قلنا من من شقين او من جزئين. الجزء الشقين طبعا ليجمعهم حديث الرسول صلي الله عليه وسلم
وهو يعني منقدر نحكي هو هو الزبدة. احنا طبعا اليوم كل - 00:28:42

كلنا راح نحكيه بعد ما نحكي الحديث هو تحت اثار هذا الحديث وبركة هذا الحديث وعظمة هذا الحديث حديث اللي هو احب الاعمال الى الله ادومها وان قل طبعا جاء بروايات كثيرة ورواية عائشة كان وكان احب العمل اليه ما داوم عليه صاحبه. مجموع الروايات - [00:29:10](#)

فيه ادومها وان قل الحل كمان مرة وجزئين ادومها وان قطعه فوت نشرح ونحلل في الحل اللي هو فيه قلة وفيه مداومة. فيه قلة وفيه مداومة وتعال نتدرّب. طبعا احنا ان شاء الله راح نشرحه وبعدين راح نحاول نستشيركم - [00:29:36](#)

يعني هنا خد تطبيقات في الفعل وتطبيقات في الترك. بعد ما نكون خلصنا يعني الاحماء والقواعد منيحة. بعدين ناخذ منشوف شو بضل معنا وقت عشان ناخذ تطبيقات مستشيركم ايش بتحبونا في التطبيقات من هون او تطبيق تطبيق حسب الوقت. طيب - [00:29:58](#)

آآ تعالوا نفوت في هذا الحديث بدننا نحكي كالتالي انه اول خطوة للشيطان يلا عشان نبلش المعلم معه ورقة وقلم. معها ورقة وقلم اه نبلش نحكي يلا احنا شو الخطة اللي الشيطان بحاربنا فيها بناء عهذا الحديث؟ بناء على انه هو ما بده يانا لا هو ولا نفسنا الامارة بالسوء - [00:30:15](#)

الشياطين الناس يعني هدول مجتمعين اعدائنا صح هدول ما بدهم ايانا انه نفوت فيه احب الاعمال الى الله. و هاي احب الاعمال الى الله ادومها وانقل. ممتاز. معناتا خلينا نجزي المعركة علينا ونشوف شو اللي بصير معنا. الشيطان اول اشي بحاربك - [00:30:34](#)

انك اصلا ايش؟ ما تعمل. مفهومه اول اول اشي ما يعني بيحاول يصرفك انك تعمل اي شيء هيا والخطوة طيب اذا ما نجح معك بالخطوة هاي؟ بنروح عالخطوة الثانية. الخطوة الثانية - [00:30:52](#)

انك اذا انت رحت عملت شيء شيء قليل شو اللي بيسوي معك فيه؟ بيحقر لك اياه بس تصدقت بعشر دنانير هاي الحالة كان بدها خمس تالاف دينار. انت تصدقتي بعشر دنانير مفكرة حالك عاملة اشي - [00:31:08](#)

انت ادخلت السرور على قلب زوجك هلا جاي نكتي عليها بالعيد تزعل عزولة فاضية عشان حساسيتك الفاضية. هلا جايتك تفرحيه هلا مثلا انت جاي هلا ما تصرخيش عالاولاد بعد ما صرت اهلهم. بهادن وسب ودمريهم - [00:31:29](#)

انت هلا جاي مثلا اه تقرأي لي تلات اربع صفحات من القرآن لك من من رمضان لهلا اللي خلصتية بيومين تلاتة برمضان اللك من اول ما خلصنا العيد هلا هلا ما جبتيش اللي كنت تخلصيه بيومين وتلات خلال شهر شهر ونص - [00:31:48](#)

فبلش الهجوم هون تحقر لك اللي بتعمله طبعا شوفوا شو اللي هي الخطوة اللي بعديها. بعد ما اكتر لك القليلة الخطوة الثانية بعد ما يعني اذا عملت حكر لك اياها هذا القليل. ويطالبك مباشرة وهذا غريب طبعا الشيطان يطالبني. نفس الامارة بالسوء - [00:32:04](#)

يطالبني برکزوا بالله معي وبطالبك انك تكتر. مشروع قرق القليل طالبك داخليا انك شو تعمل؟ اعمل اكتر قد خط فيها كل يوم قراءة جزء. انت طبعا عمرك بحياة اهلك برا رمضان ما قرأتش خمس صفحات عشرين يوم وراء بعض - [00:32:22](#)

تحط كل يوم جزء فهو طبعا بقول لك طاوعن جزء اصلا ما بيخدم كل تلاتين يوم. هاظا قلبه صار شو مانع طيب اصلا مع انه هادا في اثر يعني بس الفكرة حتى ولو يعني انت مش مطبش كل شي بتسمعه اذا انت مش انت تطبقه. ما امرتكم به فاتوا منه ما استطعتم. الفكرة - [00:32:45](#)

فبلش ليش انت قليل نبلش قلل لك لازم تسويه اكتر لازم تسووي اكتر ممتاز ردت عليه وسويت الاكثر بصير عندك بترجع بتشوف التمزق مرة تانية وما بتقدر تستمر وبعديها بتضلك تفوت في الحلقة المفرطة حلقة حمل الهم مع الاوفر سينكينج مع التفكير بمشاكلك ومصايب الدنيا اللي معاك وينضل في حلقة - [00:33:05](#)

مفرغة انا عمري ما بلتزم نفسي التزم ما عم بعرف التزم بلتزم وبرجع بعيد والى اخره طيب بل بل اللي بينجح من كل هاي العثرات وبكمل بالقليل حتى اللي بيكمel - [00:33:33](#)

برضو تجييك بين الفترة والتانية انه يعني شو هاد اللي بتعمله يعني بدننا زيادة والزيادة زي ما اتفقنا الزيادة اذا كانت غير معقولة فاعرف انها شيطانية اي زيادة بعيدة كتير عن عادتك واللي انت متعود عليه اعرف انها - [00:33:50](#)

من هو النفس الامارة بالسوء يعني الله اعلم مخاطرها شيطاني ولا خاطرها نفساني بغض النزد من وين جيش قطر بس اكيد ولا هو

خاطر رباني نحن من الخواطر الاربعة خاطر رباني - 00:34:05

قطر ملائكي و خاطر الشيطان يخاطر نفساني قولا واحدا حقيقة اذا فيها زيادة بعيدة كتير عن قدرتك فاعلم حتى لو كانت جاية
الخاطر عن انك سمعت درس كوييس عم يخصك عاليقامة وانت بحياة اهلك ما صلتش برا رمضان وحياة اهلك ما سمعونكيش -

00:34:17

اه ركعنين سنة العشاء الراتبة عمرك ما صليت يوم الا في رمضان بتصلني التراويف. فسمعتي دراسة كاملة؟ فيلا اليوم بدننا ساعتين
اعرفني انه صح هو الدرس ممتاز والى اخره. لكن انت - 00:34:37

اقبالهم تكون ايش؟ اي والله عشان يلا عشان يحسسك انك انت يعني من اسوأ ما يكون فال فكرة اي اشي بعيد كتير
عن عادي اعرف انه هذا يا اما شيطاني يا اما نفسان. ممكن جدا يكون نفساني يتعرفوا النفس تسعى للكمال. وهذا شيء عظيم ومهم
جدا ولكن احيانا لاما ما - 00:34:50

هذا الكمال ايش بيصير فيها؟ بصير بده كمان من كل شيء فتسقط في كل شيء طيب فال فكرة حتى اللي بيسوي القليل بده ينتبه من
های الخطوات واضح هيک کیف کیف ترتیب واحد اتنین ثلاثة اربعة. طیب - 00:35:13

معناها من هون بنرجع كمان للحديث بنرجع لادومها اقل ونركز على نقطة قل اقل شيء يعني معناها البداية الحل في اني افرغ قلبي
کما يحب ربي فرق قلبي للآخرة آآ ازيد لياقتی القلبية البداية بما يستحق من الخير في نفسك - 00:35:30

اي شيء اعتقدتنيه من الخير في نفسك اي شيء محقره من الخير تحقررين الخير في نفسك اللي هو القليل من هنا البداية
الصحيحة للانضباط والالتزام وزيادة لياقة القلب الایمانی - 00:35:49

في ناس عندهم قاعدة في يعني موضوع القليل آآ ما بيتحملوا موضوع قليل دايما يا بدننا ناخذ كل اشي يا بدبي اصير طالب علم
اصير طالبة علم كاملة. زوجة تمام كمان بده يصير ام تمام التمام. يا بدبي اصير اه - 00:36:15

اه مم ثرية تمام التمام يا اما ما بذولا شي. يا بختم القرآن كله يا ما بذولش. يا بصير اكمل لك كل يوم. يا بدبي ولا اشي يا بقرأ الجزء ما
بديش اقرأ اشي - 00:36:36

طيب كل اشي يا ما بدبي ولا اشي هاي طبعا عكس قاعدة عدمها وانقا دايما القاعدة الصحيحة اللي دايما ربيوا حالكم عليها بعض
الشيء خير من لا شيء بعض الشيء خير من لا شيء - 00:36:51

مش مش يا يا هيک يا ببسط يا بزعل. لأنو شوية انبساط مع زعل احسن بكثير من زعل بعض الشيء خير من لا شيء بل بعض
الشيء في كثير من الاحيان خير من كل شيء لأن كل شيء في الدنيا - 00:37:10

بعض الشيء خير من كل شيء طيب هذا الاشي انا بحقره في نفسي تعالوا نشوف آآ نعمل مقارنة سريعة بين مفهوم الانجاز والتميز
اللي اجانا من كتب الادارة الامريكية كتب اه - 00:37:30

كتب المساعدة الذاتية للمترجمة خصوصا الكتب اللي جاية من الثقافة الامريكية تحديدا آآ تعال نعمل مقارنة بمفهوم
الانجاز والتميز اللي هو لازم تحط ولازم توصل وتجيب اه تجيب فلورز وتجيب مصاري وتجيب تنزل اعلانات ولازم
ولازم اه تخلص طبعا لانه بدننا نعملها - 00:37:48

حکي لازم اخلص ختمة كل كذا ولا ختمة كل شهر ولازم اخلص اربع كتب ولا خمس كتب في الشهر ولازم اه اه مثلما اعمل اه
ست كيكات في الشهر لاهلي ولازم اه اه اولادي او ديهم على اربع اندية ولازم اطلع معهم عشر - 00:38:20

الصفحات من السيرة كريت هذا اللي هو لازم اخلص كتاب المبارك فوري وبعدين ننتقل لكتاب صحيح السنة النبوية بعدين بدننا
نخلص هذا وبعدين بدننا نخلص هاد كرت اللي هو الكبيرة والاهداف واللي هي اغلبها اهداف رايحة باتجاه التعداد او اللي هو -

00:38:40

طيب الاكتار الاكتار الاكتار من اشياء حتى الاشياء الصبح. حتى الاشياء الخير عشان هيک تجد الناس حتى المتدلين
الملتزمات منكم ببعضكم بتلاقيها قاعدة بدبي اكتر بتلاقيها مسجلة بناء منهجي ومسجلة بدورة بمكاني وبالنفس المطمئنة - 00:39:02

انه اذا في خيانة واذا في كمان اه دورات مع شيخ حسين عبدالرازق واحمد السيد واذا في كمان مش غلط كمان درسين من هون وبتلاليهم حاملين فوق طاقتهم وكتير منهم حتى اصلا ما بيعرفوا يكملاوا بوليش. الا من رحم الله طبعا. انا طبعا ما بعرف مخاطبات عن - 00:39:23

اعذروني ومخاطبين الخطوة مش عارف. بس يعني اه هذا كلام كلام عام ليس موجه لي باحبو عينك. طيب فالشاهد اه اللي بدننا ننتبه منه انه لو نروح عالحاديتب النبوية راح نلاقي ايدا هذا المفهوم ليس بهاي الطريقه ايدا - 00:39:43

اي نعم ورد عنا احيانا اه اذكار فيها اعداد معينة صحيحة في الثالثة وتلاته وتلاته او اللي هم الله والحمد لله والله اكبر وختامها.
اه نعم في عنا مية استغفار مئة سبحان الله وبحمده مئة لا اله الا الله وحده لا شريك له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قادر.

00:40:01 - موجود

القليل لم يأخذ حيزاً قليلاً بالعكس، أخذ حيزاً كبيراً جداً في النصوص - 00:40:18

القليل لم ياخذ حيزاً قليلاً بالعكس اخذ حيزاً كبير جداً في النصوص - 00:40:18

نشوف حديث الرسول صلى الله عليه وسلم وهو معقول يقول لا تحرقن من المعروف شيئاً قد عكست النفوس دي بدها كمان وبدها اكتر وبدها كتير اشياء بالنسبة لنا دايماً تحتقر المعروف الزغير لا تحرقن الرسول عم يقول لك لا تحرقن لا تحرقن من المعروف شيئاً ولو ان تلقى اخاك بوجه طلق هاي مجرد - 00:40:35 -

الابتسمة اللي انت بتكون اصلا شاد عحالك او متضايق او زعلانة او قالب مزاجك الوجه الطلق هذا الرسول صلى الله عليه وسلم معمول لا تحكم لأن انت بينك وبين حالك. يعني هلا ازا ابتسمت لها - 00:40:57

تحقر هذا الاشيء: ايش يعني ايش بده يصير؟ هذا ما الـك فيه - 00:41:10

فأسأل الله عز وجل يقول فمن يعمل مثقال ذرة في اللغة العربية المقصود فيها دايما نملة اللغة العربية الذرة في القرآن الكريم معناها النملة طبعا ممكنا تدخل اشياء اخرى لكن الذرة نملة فمثلا ذرة وزن نها طبعا العرب لانه لم يخاطبوا - 00:41:20

معناها النملة طبعا ممكن تدخل اشياء اخرى لكن الذرة نملة فمثقال ذرة وزن نمل طبعا العرب لانه لم يخاطبوا - 00:41:20

الذرة تبعت اه الكيميا تبعت يعني اللي فيها الالكترونات والبروتونات يعني هم اصلاً بيعرفوا هاش كانوا قتلوا بشيء يعرفونه والنمل ولكن المقصود اصلاً متعاقل ذرة او متعاقل ذرة خيراً يره. الله يقول لك ذرة - 00:41:36

والنمل ولكن المقصود أصلاً مثقال ذرة أو مثقال ذرة خيراً يره. الله بقول لك ذرة - 36:41:00

هذا القليل. احتقار القليل هو عبارة عن قتل القلب - 00:41:52

هذا القليل. احتقار القليل هو عبارة عن قتل القلب - 00:41:32

طيب اه كنا بنعرف حديث قلب اللي سقط قلب اللي سقط كلب وهي كانت مغية من بغايا بني اسرائيل موحدة سقط كلب ما حركة المعروفة انها تسقي الكلب وهي زانية؟ ما قالت اانا زانية معقول اروح هلا اعمل خير - 00:42:12

المعروف اهـ سـقـيـ الـتـبـ وـهـيـ رـاـيـهـ؟ـ ماـ قـاتـ اـذـ رـاـيـهـ مـلـفـولـ اـرـوـحـ هـدـاـعـمـلـ حـيـرـ -
٥٥,٤٢,١٢

فسقط كلمة الله عز وجل غفر له وادخله الجنة وبالمقابل اللي حبسه الهرة مشان التوازن برضه حفرة الشر فبرضه كان سبب لدخوله النار طيب ايضا لو نروح مثلا عصالة الجماعة - 00:42:25

اسار طيب ايضا لو نروح منا عصناه الجماعة - ٥٥.٤٢.٢٣

الامام لما في الصلاة الجهرية يقول ولا الصالين - 00:42:44

الامام لما في الصلاة الجهرية يقول ونا الصالحين - ٤٢:٤٤

هلا بيقول امين هلا الماموم الرسول صلى الله عليه وسلم بقول من من وافق تامينه وتأمين الملايكة غفر له ما تقدم من ذنبه تامين
وتأمين المركب غفر له ما تقدم من ذنبه - 00:43:00

00:43:14 **فَهَذَا كُلُّ الْجَهَنَّمِ لِلَّذِينَ لَا يَذَّكَّرُونَ** : ٦٦

الى الله عز وجل المعمول نقول لك اللهم ربنا ولك الحمد فاللهم بتوافق الملائكة غفر له ما تقدم من ذنبه. اعمال قليلة جدا جدا الله عز وجل كريم واسع.
تعامل انت مع رب كريم. فانت - 00:43:35

اعمل هذا القليل مع رب الكريم. اصلا من معاني اسم الله الشكور. الذي يعطي الثواب الجليل الكبير
العظيم على ومن القليل الله الشكور. الله شكور حليم - 00:43:45

يعلم عن معصينا ويشكرنا. طيب اه قل هو الله احد تعدل ثلث القرآن اطلع وطالع تعدل انت عم تأخذ اجر ثلث القرآن بقراءة دقيقة
رب كريم واسع سبحانه وتعالى اه ركعتي الفجر خير من الدنيا وما فيها - 00:44:00

ركعتين الفجر اللي هو مش الفرض هدول ادول النافلة بالاجر الباقي فيها خير من الدنيا وما فيها آآ كلمتان خفيقتان على اللسان
حبيبات الى الرحمن ثقيلتان في الميزان. سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم - 00:44:19

خفيفة عاللسان ثواني قليل في ميزان الله الحمد لله ايضا جاء فيها كم هي عظيمة ولا الله طبعا اعظم الاذكار. فيها كله كله
هذا بخلي إنسان لا يحترق قليل ابدا ابدا - 00:44:37

كثير من الناس لانه بيحترق قليل يعني يزهد به في بيتركه بيزهد به في بيتركه لا تزهد بالقليل. لا تزهد والأشياء اللي
انت اقوياء فيها من المعروف ومن النوافل سوى الفرائض. لا تزهدوا فيها ابدا - 00:44:54

سيدنا بلال لما سئل صلی الله عليه وسلم سمع خشخش نعاله في الجنة حديث عجيب جدا حديث قال له
ايش تفعل يا بلال ؟ قال يعني آآ يا رسول الله يعني آآ لا شيء غير اني اذا توضأت صليت ركعتين - 00:45:10

لأ سيدنا بلال اضحية وسيدنا بلال بن رياح يعني اللي عزب فوق رمال الصحراء او كان يوضع الصخرة واحد احد يعني تعذيب
تدخلين حارة الصحراء او يمكن خمسين ولا يمكن ستين ولا الله اعلم كم بتوصل مع الصخور مع الضرب مع التعابين مع التحذير مع
الاهاة. ما ذكر هذا في دخول الجنة ذكر انه هو - 00:45:28

كان ايش يسو ؟ يصلی ركعتين بعد الوضوء طبعا مش ازدراء في هذاك العمل طب ويمكن هذاك العمل ايضا اوصله لهذا العمل
عشان برضه ما بحب التوازن ما بحب يعني نضرب الاشياء عالصباره ولكن - 00:45:55

الفكرة انه انه انت الخيرين. طبعا الحديث اه يعني اه طائفة من اهل العلم لضعف الحديث تبع اه يقدم عليكم رجل من اهل الجنة تبع
اه المشهور اللي عبد الله بن عون والاصحه ونام عنده. قال له تلاحت انا ووالدي وبدني اجي انا منك تلات ليالي وبعدين بقول راقبته
فما وجدته يعني لا يقيم ما لا بيقيم الليل - 00:46:10

اه بس يذكر الله اه يعني اذا تقلب بالليل ويكبر اذا حتى استيقظ الفجر وتلات ايام فيعني خلص معنا قال له انا لا لحقت ابوي والعيشة
بس حبيت اعرف انت لماذا يعني - 00:46:32

الرسول قال نكون اهل الجنة ثلاث مرات فقال يعني لا شيء بعدين بيروح وقال له تعال. اه بس انا لا بحمل حسد في قلبي لا اشي الله
انعم فيه على على حد. ولا بحمل الغش لمسلم. طبعا - 00:46:46

آآ هو من الراجح انه حديث ضعيف ولكن عندي بصححه فقال يعني هذا اللي وداك عالجنة وهات هي التي التي لا نطيق شهد يعني
لان من يصححه ايضا شوفوا يعني هذا عمل قلبي - 00:46:58

لا يحمل الغش في قلبه ولا يحمل حسد وطبعا سيدنا عبدالله بن عمرو بن العاص لا يطيق الصلاة والصيام لذلك معروف
حديث انه كيف لما هو بالغ وشدد فقال شدته في شدة الاذان وليتني اخذت رخصة رسول الله لانه كان يقوم الليل - 00:47:13
كل كل القرآن اللي نازل كان يقرأ في ليلة بصوم النهار فنhaar الرسول قال اقرأ في كل شهر قال اطب اكثرا قال اقرأ في كل عشرين
قال اطيق اكثرا شوفوا - 00:47:31

كيف هو النموذج عنده كان تضخيم شيء معين. وفما لقا هون وهو يستطيع عبادات معينة والصحابي الآخر كان يستطيع عبادات
آخر فرق الجنة واسع طيب بعدها احنا اه يعني قلنا موضوع القليل هذا اه بعدها هلا كمان شوي لما نيجي عالتطبيقات بعدها كل حدا
يكون هيـك - 00:47:42

متواضع تتواضعوا معاي هيـك لما يجي يفك الخطط خصوصا. طبعا كل واحد الله مستوى حنحط قواعد كله عندنا مستوى يعني
ينطلق من مستوى او في العادات الجديدة يعني بببدأ من بدايات بسيطة هاي المقدمة الاولى وبداية بسيطة بعدين - 00:48:04

نجي للجزء الثاني خلصنا فاختنا بذنا قل. بعدين بذنا نبلش ايش؟ بمنادمة وبعدين المداومة اللي هو الثبات على هذا القليل فهو عند الله احد واضح؟ هون بيجي هلا موضوع المداومة - 00:48:20

على المداومة دا مجاهدة. المداومة بدها سبات. المداومة بدها انضباط. المداومة في قوانين هلا بذنا نحط قوانين للمداومة. عشان انت تقدر تقدر تدارمه تدارمي على داوموا على هذا القليل وابدأ بقلبي يتمن شوي يتدرّب شوي شوي على اليمان يتدرّب على الانضباط يتفرّغ جزء منه للآخرة بالتدريج بطريقه - 00:48:38

طريقة منضبطة آآ فيها عدم مشادة للدين فيها ترافق فيها شوي شوي عم بدخل دون تمزقات من دون التواهات من دون عسر هضمى طيب قواعد مهمة سريعة رح احكيهم حكي سريع جدا. وبعدين نفتح لكم نسائلكم شو حابين على شو حابين نطبق من اشياء الفعل واشياء الترك - 00:49:06

هم عنا تمنطعشر قاعدة زغار هيكل بسيطين قواعد تعيننا على المداومة على القليل. قواعد تعين على المداومة على القناة القاعدة الاولى المؤمن القوي خير واحد الى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير - 00:49:28

احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز الشأن احرص على ما ينفعك اي اشي ينفعك دنيا او اخره فهو مما يحرص عليه نبغى نفك الاولويات اللي حكيناها قبل شوي. احرص على ما ينفعك واحرصي على ما ينفعك واستعيني بالله - 00:49:49

ولا تعجزي ما تعجز واستعينوا بالله الامر كله لله تعينوا به سبحانه وتعالى لو لم يوفقكم لان تعبدوه لاما عبدتموه ايكم نعبد واياكم نستعين في ان لم يوفقك احد معاني الاية لم يوفقك ويعينك ان تعبده فلن تعبده - 00:50:07

و هون الرسالة الاولى لا تضخم الاسباب كل اسباب لا تضخمها حتى اسباب دخولك الجنة اسباب الهدية اللي هي الاعمال الصالحة اللي احنا عم نحاول نداومهم عليها ونقلها. لا تضخم انت انت هذا سبب لنيل رحمة الله. لكن المعول كل كل - 00:50:31

لا كل المعول على لن يدخل احد منكم الجنة بعمله. قال ولا انت يا رسول الله؟ قال ولا انا الا ان يتغمدني الله برحمته فسدوا وفي رواية في البخاري فسدوا وقاربوا وابشروا. سدد يعني حاول تقتل حاول - 00:50:47

وحاول تصيب الهدف ما ترمي عكس الهدف. حاول وقارب قد ما تقدر تقارب وابشر طيب فاول اشي ما بنضخم الاسباب القاعدة الاولى لا تضخم حتى اسباب الهدية واسباب الطعنات وضخمها استعين بالله الامر لله. اه وبنفس الوقت لا تتحقر الاسباب لانه احرص على ما ينفعك توازن - 00:51:04

لا تضخم اسباب ولا تتحقرها قاعدة تانية ما في خطة لا يوجد خطة صحيحة كاملة كفي وهم التخطيط والسيطرة. ما في خطة صحيحة كاملة. ما في خطة صحيحة كاملة اللي اصلا مش يائس انه ما يعني انت اللي بده ينجح بده ييأس انه يجد خطة كاملة صحيحة مرتبة كل العلوم او كل الحياة او كل التربية - 00:51:26

وكل الزواج او او كل اللغة العربية او كل الرياضة كل اللياقة البدنية او كل تخفيف الوزن او كل اه او كل اللغة اي لغة اجنبية او لغة برمجة او او يعني مادة في الصيدلة او الي هو - 00:51:51

نخلطك هنا خلصوا من وهم التخطيط والسيطرة. التخطيط اللي يعني كامل السيطرة ثلاثة لا تنتظر لا تنتظري ذهنا صافي في بنسنني عشان يلتزم بالاشياء اللي المفروض يلتزم فيها تكون هي من القليل المداوم عليه. بيسنني دهن صافي ويكون مريح - 00:52:11

ومرتاح ومبسوط ان شاء الله ان شاء الله بالجنة ما تنتظر الذهن الصبر طيب اشتغل عايش؟ عاي بطارية اشتغل عدهن صافي عشرين بالمية عشرة بالمية تلاتين بالمية مش ضروري ابدا - 00:52:37

اني انا اكون بذهن كامل صافي او حتى خمسين بالمية صار. اربعين تلاتين بالمية اللي بيجي اللي يجي لانه المداومة مع ذهن نص دهن ربع ذهن عشر ذهن افضل بكثير من تنتظر ليصفى ذهنك لانه لا يصفى ذهنك ودك الله اعلم. ما تبصفي - 00:52:54

ام صبحي. طيب اه كون مركز تعرفوا هدول جماعة لازم اكون مركز وفاهم وصحي حتى هدول جماعة اللي هو برجع بعيد الصفحة. يعني تاني يوم اذا رجع وقرأ الصفحة ورجع لورا كمان صفحة ولا هي قراءتها؟ لا ما تذكرتنيه خلص برجع بعيد الكتاب من اول ممنوع

هذا الحكي - 00:53:13

طيب اربعة اللي حواليكم كثير مهم انكم تعلموهم بلطف مسبق انه انا عندي مثلا آآ ورد نص ساعة في اليوم اه طبعا نص كثير بس يعني هلا من هلا بنحبس الفكرة. اعلموا اللي حواليكم بأنه انا عندي هدف - 00:53:37

انا عندي مسلا بدي اقطع السكر قم بعمل دعاية طبعا المهم بدي اقطع السكر المضر اعلن اللي حواليك انه انا بدي مثلا اه اريح بالغرفة وعندى واحد اتنين ثلاثة. انا عندي اه مشروع وكذا كذا. انا عندي مراجعة قرآن - 00:54:00

انا عندي انا عندي صلاة من الليل فعشان هيكل لازم اضطر انا اه احظر لها غدر ابكر. انا اعلم اللي حواليكم بلطف مسبقا مش بعدين عشان ما تتصادموا - 00:54:20

مع من حولكم. حالم اللي حواليك وخططك. اللي ما اللي ما يملك هدف وخطة في الغالب يكون هو جزء من خطة غيره. اعلموا اللي حواليكم انكم عندكم خطط عشان اما يعينوكم او على الاقل يعذروكم - 00:54:32

طيب نيجي للنقطة لهذا القاعدة اللي بعديها كثير من الناس لما يعصي الله كثير من البنات والشباب لما يعصي الله عز وجل اه شو بيسوي؟ نروح قاعدة شيطانية طبعا الهم شيطاني - 00:54:46

او نفسانية امار بالسوء اه بروح شو بقول لك؟ بقول لك مم انا ما بستاهل اه انا عم بقرأ كتاب اه علم نافع انا عم بسمع محاضرة فلانية - 00:55:02

انا عم بقوم الليل انا عاملة حالي بارة لوالدي ااصلا منافقة زي حادثة نافق حنطة طبعا هنالك نزول مستوى الایمان اعتبره نفاق هون المعصية اعتبرتها نفاق فلما وقت المعصية وقت المعصية القاعدة الذهبية اللي علمناها الرسول صلى الله عليه وسلم مش تروح تحاسب حالك بالمحاسبة - 00:55:18

يعني تروح تقععد مع حالك و بعدين معك يا نفسي و بعدين بدننا نخلص ومتى بدق تبطلي لا القاعدة فهي اتق الله حيثما كنت واتبع السيئة الحسنة تمحو القاعدة الذهبية لما تعصي الله - 00:55:44

مش الحل زي ما بقولوا كتير انت بطل جدول اليومي. اليوم ما بصلني الليلة. اليوم ما اليوم ما بقرأ وردي. اليوم ما بستغفر اليوم ما بعمل اذكار الصباح اليوم اليوم ما بزور عمتى اه الى اخره - 00:55:58

اتبع المعصية الحسنة مباشرة واتبع السيئة الحسنات تمحي. الرسول صلى الله عليه وسلم عندما يصح الحديث واتبع السيئة الحسنة تمحها. تمحو اثرها من القلب ادمانها تمحو تمحو تمحي اثارها. اه تمحو اه الصرف اللي ممكن قلبك يصرف عن الطاعة فيه مباشرة - 00:56:13

اطبع السيارة حسنة كل ما كنت اسرع في انه صلح الغلطة كل ما تكون احسن اذا ممكن تصليها. صيحتي عمك ارجعي اعتذري. اه اه مثلا اه خربتي اشي ارجعي زعلتي صاحبتك بدل ما تقدعي تاكلني بحالك ارجعي احكي مع تلفون لانا بعتذر. صلح اذا كان من جنسك صلحها من جنسك احسن اشي - 00:56:33

اذا ما في من جنسها مباشرة اعمل اعمال الصالحات. ليه ممكن تكون اوراقك او ممكن تكون خطتك؟ مش تروح تعاقب حالك لانك انت او انت عصيت الله النقطة اللي بعديها كمان مهم جدا نعرف من وين انا نبلش. اعرف اين انت قبل ان تبدأ. كل واحد يعرف من وين. كل واحد يتعرف من وين - 00:56:53

انا بدي اسوبي هاي الشغله انا وين منها انا ملتزم فيها كم او انا بدي اتركها انا ااصلا قديش عندي من هاي المعصية وهاي الخطأ بدي اتركه او هاي الطاعة اللي عملها اانا وين منها - 00:57:12

طيب اه القاعدة السابعة. النسبة الكاملة عنا احنا لانه احنا بشر النسبة الكاملة اللي حنجيبها في الالتزام اللي هي المداومة مع القليل. المداومة على القليل احسن نسبة بدننا نجيبها عشان استخدم لغة الرياضيات طبعا الكلام - 00:57:24

مش منظر بس يعني احنا المهم نتصاب انه النسبة كاملة هي سبعين بالمية سبعين تمانين بجيسبعين سبعين وثمانين في في عادة معينة. الله يخالف عليه يعني احسن اشي مية وسبعين تمانين يعني معنى انه خمس ايام في الاسبوع عم بلتزم اربعة ستة ازا سبعة

سبعة مية بالمية بس هلا هادا مش العادة - 00:57:40

بنحط خطة صح تكون فيها نسبة خرق تلاتين بالمية اربعين بالمية. مش اه يعني يعني بيسمح لحاله انه يعني احيانا تقع منه بعض الاشياء عشان يمسك اشياء اهم بس لكنه هو بالعموم محافظ على هاي العادة. فالنسبة الكاملة ازا جبتنا سبعين بالمية فهو ممتاز. حتى اللي بجيبي تلاتين اربعين بالمية فينسبه ممتازة - 00:58:01

لاني كتير من المخادعات المشهورة جدا جدا انه بجيبي تلاتين اربعين اسبعين تلاتة بهم لك انا مو ملتزم بعدين برجع بعيد له خطة بنصل بنفس نفس بدل ما يكون تلاتين اربعين مثبت عليها شهرين وتلات وسنة وستينين بعدين بتتحول لاربعين وخمسين لا هو اللي بصير اعادة من اول والفاصل بقول له بصير - 00:58:26

طيب تمانية التعويض القاعدة تبع التعويض بعد ما احظر الخطة التعويض تكون يومي وممنوع القضاء كيف يعني؟ عفوا انه حطينا انا ثلث ساعة في اليوم اه قرآن مع تفسير راح علي اليوم - 00:58:46

بكرة ما باجي بقرأ اربعين ما تقرأ تبع اليوم وبكرة. فبفرض بالليل الساعة عشرة ولا احدعش وانا نعسان نعسانة. مو مشكلة. قادر تعوض في نفس اليوم افضل اشي التعويض بنفس اليوم. ولو مش كامل يكون نصه وربعه وتلته بس من نفس اليوم. ولا تجيبي تعوض اللي راح عليك في اليوم اللي بعده - 00:59:04

والا بتبطل تقدر تستمر القاعدة اللي بعدها عوض كلنا عوض عندما تستطيع واول ما تستطيع دائما وما بتلقي عاليوم الثاني. اليوم الثاني لا ما متساوي فيه تسعه لا تعدد من اول عندما تنسى. كثير من الناس بس ينسى شوي اه وين بlesh ولا ايش عمل ولا ايش سوى ولا ترجع بين الاول او بروح بسوبي - 00:59:25

بنفوت في القاعدة العاشرة لا تعدد الخطط الا نادر. يعني اشهر القاعدات. كل شوي بعيد الخطط بين الخطط وما في اي عمل نقطة احدعش اه او القاعدة احدى عشر. اه - 00:59:47

الزم نفسك الزمي نفسك بنهائية زمنية ما استطعت آآ مع الزام النفس بمشروع او بشيء لعرض او لعرض النتائج لتقدير النتائج لمشاركة هذا الامر اه باللي سويته يعني مثلا اه بدي بدي احفظ قرآن. اه بروح كل شهر مثلا او مثلا بدي احفظ جزء بالشهر. السلام عليكم فلان - 01:00:01

انا بدي اه تسمعي لي كل شهر جزء او كل اسبوع جزء حسب كل حدا. بدي اقرأ الكتاب الفلاني يا اما بسجل الناس يمتحنوني فيه او انا بعرضه بروح بنزل على مع صاحباهي وكذا انه بعد - 01:00:32

اسبعين او بعد ثلاثة او بعد شهر حسب خطتي. انا راح اناقش الكتاب. ساعتها لو خرجت اسبوع اسبعين زيادة مو مشكلة. بس المهم انه انا دايما عودوا حكموا فحالكم للنهايات. طبعا نهايات صغيرة ونهايات متوسطة. النهايات الصغيرة جدا جدا مفيدة - 01:00:47

كل ما بتقدر تحط نهايات تكون افضل طيب اه كثير مرات اه من الناس بده يعمل مثلا دورات نافعة وكذا وعنه كتير انت اعلن ازا انت طبعا دارس ومهيا وحضر اللي بتحضره و شوي شوي تكتمل المادة ما في شي كامل بتزنقوه - 01:01:02

قال لبعضها للتعاون مع اهدافك على انها مش مفروضة عليك ما بزبطوا مع انها فرض. مش فرض رباني وفرض من نفسك يعني بده تتعاون مع اهدافك اللي حطيتها انها فرض. نصل نتعامل معها بعقلتنا مو فرض. عمره ما يلتزم فيها - 01:01:21

النقطة اللي بعدها انجز ما في يدك ثم اكتشف نفسك وليس العكس كثير من الناس للاسف ايش بيسيوي بيعكس الموضوع تكون لسا ما بشش مهمه بكتاب وبدوره بتخصص. لسا لانا حاسة اني مش مرتاح بدي اعيد اكتشاف نفسي - 01:01:38

لا واكتشف نفسه ولا هو انجز ولا هيكتشف نفسه ولا انجزت ولا سوت ولا اشي ولا سوى ولا اشي القاعدة العامة انجز اللي بайдك بعدين بتكتشف حالك الا طبعا اذا كان اشي بده خمس سنين وست سنين وسبيع سنين يعيش كثير كبير اه ممكن هون ينحكي وان كنت انا لا ارغب بهذا الا يعني كل حالة بحالتها ولكن القاعدة العامة اي اشي - 01:02:00

في خلال سنة وستين خلصوا الا يعني الاستثناء خلص بайдك وبعدين بعدين تكتشف حالك مش لابس النقطة اللي بعدها اكتر سؤال

بيجيينا اه اللي هو كيف اعرفه كيف اعرفه يعني بتعرفوا السؤال الوسع انه كيف عرفتوا - 01:02:22

الواسع مجموع تجارب نهايتها ضبطها قاعدة. الوساعك طرف تعرف كيف تعرف وساعك. لما تخوضي تخوضي تجارب تخوض تجارب كثيرة لآخرها بس خود تجربة هاي شهر وهون سنة وهون سنتين هون ثلاثة ومع لازمتني فلان او المعلم الفلاني او المدير الرسالاني او الدورات خلصت كل دورات فلان - 01:02:45

بعدين بتقدر تعفسك هلا طبقت كل موضوع معين لآخره. وغلطت وصوبت وانتقدت وانتقدت بتعرف وساعك وبيبلش بهاي الشغالة خلص اشياء اللي وسع مجموع تجارب نهايتها وليس مجموع خطط ونظريات من العمل - 01:03:07

اللي بده يعرف بده يجرب و بده يغلط النقطة اللي بعديها تقبلوا تقبلوا نقصان انفسكم خططكم فشلها احيانا ما في مشكلة. والقاعدة الاخيرة كل حدا يعرف ايش الوسائل. اللي تعينه - 01:03:27

وتساعده في كتير ناس مثلا كان من اهم اشياء مثلا بقولوا لي التزمنا مثلا من اهم الاشياء اللي ساعدتهم في التزام مثلا اه ابليكشن زي تفسير السعدي الناس اللي منضبطة وبتطفي النت او حتى قاطعة النت بس مثلا - 01:03:49

تعملوا حسب الحاجة. واللي مثلا في ابليكشن تفسير السعدي. اجمل اشي فييه انه بحط لك لما تطلع وين انت موصل. لانه مثلا في ناس عنده بيعرف حاله انه عنده مشكلة لو ما يعرف وين موصل كتير بزعجه او بتخربط او بيرجع بين الامة - 01:04:04

في ناس بالنسبة له انه الكتاب كتير صعب اني احمله باي مكان بس الموبايل اه متعدود انه يطفي النت وانه يقرأ منه فهو سهل معه دايما لانه بيقدر يقرأ منه او اللابتوب. حسب الخطة في ناس مثلا الوسيلة اللي بتتعينه انه - 01:04:18

اه مثلا مم اه بعض الاصدقاء او بعض الصديقات اللي بعينوا مثلا بموضوع ترك الاكل الضار. وهكذا. كل واحد يعرف ايش الوسائل اللي طيب هلا احنا هيكل انا هيكل. انا هيكل انهيت. قواعد. هلا احنا بدننا نطبق عال فعل و عالترك. بدي اه خيركم - 01:04:34

اه خيركم في يعني في اه قديش الساعة سبعة وخمسة؟ بفضل انه اخذ شيء فعل وشيء ترك. بدي اخيركم بایش الاشياء اللي عندي اه ندرج لكم اياها تدرج معين حيث انه يعني نطبق في هاي القواعد بس عايشي. عايشه عملية. طبعا مع مراعاة انه كل حدا يعني وانا عم بحكي شوف حاله وين. وين مستوىه - 01:04:54

الاشياء الفعل اللي عندي اه بدمكم ندرج مثلا نوافل في الصلاة كلها او قراءة التفسير او رياضة او قراءة كتاب او تعلم مادة جديدة آآ صوتيها مثلا او الدراسة نفس الدراسة جامعة ومدرسة - 01:05:17

هذا الاشياء الفعل شاء الترك عند الغضب اضاعة الوقت التعلق الزائد بالآخرين بالله او مش عارف كيف بدمكم تختاروا اه مين هم اسراء اه وتشوفي انت ايش ايش عمالين نجارة السريع - 01:05:34

ممكنا يكتبوا عالجات ونشوف جرد سريع. تمام ماشي اشياء الفعل نبلش اول ونأخذ وحدة تانية وحدة ترك وازا ضل وقت بناخد كمان تطبيق بس ممكنا تعيدي لنا الفعل ماشي حاضر - 01:05:53

الفعل قلنا اه الرواتب كلنا نوافل. نوافل الصلاة المقصودة يعني معاي اه نوافل الصلاة اه بس ثواني والله قراءة تفسير القرآن اللي هو ورد اللي ورد من القرآن مع التفسير. اه الرياضة قراءة كتاب تعلم مادة جديدة صوتيها. دراسة - 01:06:07

دراسة اي شيء نوافل في الصلاة قائد التفسير القرآن الكريم رياضة قراءة كتاب تعلم مادة جديدة دراسة بالنسبة للتارك اكتر اشي اضاعة الوقت التعلق بالآخرين انا حابب نبلش بالفعل بعدين نروح عالدار. تمام - 01:06:33

نخذ قراءة تفسير طيب ماشي هيكل طلع التصويت ولا هاد بناء على اللي شفته انا اكتر اشي قراءة تفسير. طيب ماشي طيب بالنسبة لقراءة التفسير اولا زي ما اتفقنا اه كل حدا يصنف بمعنى اه مثلا اللي قارئ التفسير كامل غير اللي مش قارئ بمعنى - 01:07:52 المعتمد على قراءة ورد من القرآن الكريم غبي مش معتمد اصلا انه يقرأ اللي ما اللي مثلا اه عنده مشكلة في التجويد اول شيء بيبدأ فيه انه بيبلش يتعلم - 01:08:15

احكام طفل. هاي بس هيكل عالهمش قبل ما نبدأ في التفسير طيب اول اشي بالتفسير نبدأ بالتفسير بانه ايش التفسير اللي اختاره ايش التفسير اللي اخطأ طيب طيب انا بدبي افترض اه يعني نظريا انه اللي عم يسمعني تلات مستويات. ماشي - 01:08:30

آآ بدی افترض انه المستوی الاول الاغلب ما عمره خلص تفسیر كامل بدها افترضنا هیک. وافتراض انه في مشكلة متوسط ممکن يكون عشرين بالمية مثلا نخلص له على الاقل تفسيراته في السنة. ومستوى تالت ما شاء الله يعني ممکن يكون - 01:08:49 - مستواه اعلى من ذلك مفتوح طيب فاحنا تسمحوا لي ناخد للطبقة الاولى وتقيسوا على بقية الطبقات. لانه اصلا الثاني والتالت ما بیحتاجونیش في العالم. اللهم بارک يعني وممکن الثاني يحتاج لمستاد ممکن نكون احنا نتعلم منه. ناخد بس الطبقة الاولى - 01:09:04

ایش رأیکم طیب خلص جمال منیجی کالتالی او لا بختار تفسیر اه المهم فيه يكون سهل اه سهل وقدر المستطاع يكون سهل حتى على خلاف ما يظنه کتیر انه الا بدی ایاه يتحداني بدی انا يكون هیک يعني اكون منشد له افهم اول مرة - 01:09:28 - کده ما کنتش فاهمة. مم ليس صحیحا في الغالب طبعا كل نفس الها يعني يعني خارطتها وطريقة تفكيرها ولكن في الغالب الاحسن هي تکوین العادة ان انجح وليس المهم انه انا يعني انا بدی اعتاد انه هذا القرآن علی یسیر سهل محبب بسيط لیاقۃ القلبیة زی ما اتفقنا کل مالها عم تزید تجاه تفسیر القرآن - 01:09:56

اخترت السؤال نصیحة في التفاسیر مثلا. احنا في عنا التفسیر المختصر في صارت تفاسیر التفسیر المیسر طیب اه في تفسیر اه للناشئین عبدالحليم عویس تفسیر القرآن الکریم للناشئین عبدالحليم عویس بس هذا مستواه شوی اعلى حتى بس يعني برضه ممتاز جدا للجمیع. مثلا هون اربع تفاسیر هدول مستواهم - 01:10:20

مستوى اعلى شوی بس بعطيکم مستويات مستوى اعلى شوی. بیجي عنا مثلا زی تفسیر السعدي آآ طبعا في عنا الجاللين هو الكلمات. طیب. الفكرة اي واحد من هدول صعب شوی مستواه في عنا زيدة التفسیر برضه - 01:10:45 - ومحمد الاشقر الله يرحمه قد شوی اعلى باخد بس واحد منهم. والنصیحة للاغلب ياخذ يا مختصر يا میسر. یاسر التفاسیر. تفسیر واحد. طیب اللي مش معناد ابدا الا انه يعني متقطعتات. النصیحة انه انه یبدأ اما تبدأ اما بخمس دقائق او عشر دقائق فقط - 01:11:02

فقط خمس دقائق او عشر دقائق يوميا اللي مش محتاج يقرأ بالمرة وبيکرہ القراءة وبيحبش القراءة وعسیر عليه القراءة ولما یقعد وبين جلطه وبينما وبيعنوسوا وبموتوا وبيتزکروا بتعزل نص المطبخ عشان ما تقرأش اه هدول خمس دقایق یبلشوا. اللي ایسر شوی بس مش معناد بس عالقرآن عشر دقائق. ممتاز - 01:11:24

هدول عشر دقائق بنطبق عليهم القواعد کلياتها بمعنى سبعين بالمية الالتزام خمس ايام في الاسبوع او اربعة کتیر ممتاز ما برجع بعيد من اول لو نصیر التفسیر عادي کلياتنا ننسى التفاسیر. يمكن انا شخصيا - 01:11:50

قال من فضل الله يعني تفاسیر کثيرة کاملة اه لا مش کثيرة يعني سبعة ثمان تفاسیر کاملة مثلا. وتضلک تننسی التفسیر تفسیر اصلا یونس سعادة زی الحفظ ما في مشكلة مش ضروري يكون کامل. شایفین کل القواعد بدها تتطبق کلها مع بعضها - 01:12:00 - آآ بضل ماشي بخلص عشر دقائق اربع تیام في الاسبوع خمسة اربعة ثلاثة ما في اي مشكلة بضلک مکمل ما برجع بعيد العادة ولا بزيد ولا بقلل والعشر دقائق اللي یلشوا خمسة خمسة. بضل هیک ماشیة شهر کامل - 01:12:14

مفروض بالشهر الكامل هادا طبعا اللي بحب وهادا افضل بكثير. عالاقل يكون عندي يعني احصاء شهری. انه المفروض اكون جایب عشرين من تلاتین. عالشهرین تسعه وعشرين تلاتین يعني اول يعني عشرين يوم من تلاتین يعني معناها انا - 01:12:34

يعني عم باخد لي عالاقل اربع ايام ضرب اربعة اه خمس ايام ضرب اربعة وعشرين يوم سبعطعش يوم سبعطعش يوم من تلاتین حتى لو كان خمسطعش يوم من تلاتین اللي مو متعددين فهادا ممتاز جدا جدا جدا - 01:12:49

ممتاز واضح؟ فباخد اهي عشرة او خمس دقائق. نکمل الشهر کامل. یشوف بقيم طبعا الافضل اقيم. في ناس ما یعرفوا ما بحبوها یا الطريقة. يعني في طريقة تقييم وتقییم. مثلا - 01:13:04

انا جبت خمسطعش من تلاتین بالشهر الاول. ممتاز جدا بكون هدفي خلص اثبت خمسطعش لو جبت ستطعش سبعطعش سمنطعش سبعطعش لحد وعشرين ممتاز جدا جدا بالشهر الثاني. وبضل عشر دقائق - 01:13:16

الشهر الثالث كذلك الامر لو لو ضللت ثابتة بس بس عشرين من تلاتين سبعطعش تلاتين من خمسطعش وعشرين من تلاتين اذا زدت خير وبركة في الغالب هدول التلات اشهر في الغالب بتكون هون بلشنا احنا هاي العادة بلشت تصير جزء من الحياة بسيط سهل مو ضروري يتخداني الموضوع مو ضروري - [01:13:29](#)

كتيرك تفسير عميق هون ضروري اطلع الایمان يتقطر مني تقطر وانه انا خلص يعني بي اجلس احدث الناس بالتفصير لا مش ضروري. طيب من دون خيال ومبالفة. خلص. وعم بنسى التفسير. طبعا حتنسى التفسير ومية في ايات والله يمكن قرأت تفسيرها والله - [01:13:49](#)

قادسا اكتر من مئة مرة ورجعت نسيتها وبتضل مرات في تفسيرات واحد وهو طفل. فسوف بتضل تغلب فعلا والله فينا في شي اكتر من هاد ويعني بتيجي بتمسكوش وبترجع بتفلته - [01:14:09](#)

اذكرنا هذا تفسير تبع عام بالف اول سورة البقرة اللي هو فيه تمثيل للمنافقين. هذا يمكن اكتر من مية وخمسين ميتين مرة قراءة الحمد لله واخيرا ثبت في راسي اللي هو تبع اه - [01:14:20](#)

تبع اه مثلا هو كمثل الذي استوقدنا. يا الله شوكولاتة تفاسير ولا افهم او تفهم وبعدين ترجع تطلع بعدين ترجع عادي عادي ما في مشكلة كمل طيب وصلت تلات اشهر اربع اشهر شعرت اول ما يصير عندي شعور انه هذه العادة - [01:14:32](#)

طارت سهلة علي؟ ما بطلع عشرين دقيقة مرة وحدة ابو عشر دقائق طبعا في نفوس ممكن تقدر تطلع الضابط هون اللي عنده اصلا عادات نجاح اصلا عالانضباط بيقدر يطلع من عشرة عشرين اللي مو معترض عالانضباط ايه يطلع لعشرة - [01:14:46](#)
طلع خمسطعش يعني بطلع بس خمس دقائق وبشتغل نفس الشغل. كمان ابو شهرین او تلات اشهر ما في اشي منزل ما في اشي منزل ما في اشي كامل. بس الفكرة انه صار عندي ست اشهر - [01:15:02](#)

بكون قدرت اوصل ست اشهر سبع اشهر ثمان اشهر. بث بضم خمسطعش دققة اللي مو متعودين متعودين ممكن يكونوا وصلوا عشرين دقيقة. وهكذا بعدين بعد هدول ست اشهر بطلع آآ مثلا - [01:15:13](#)

خلال هدول الست اشهر ثمان اشهر تسع اشهر ثبتت العادة عندي ربع ساعة او تلت ساعة صوت موصلة ممكن ثبت عليهم لنهاية السنة هلا لما يجيوني رمضان عالحدعش احنا باقي لنا عشر اشهر وتسع اشهر لرمضان. جينا رمضان - [01:15:27](#)

الفكرة انه برمضان انا اصلا معتاد على عشرين دقيقة. هلا لو رجعت ارتفعت ساعة ولا ساعة ونص ولا ساعتين المطلوب ما عندي مشكلة برمضان لما ارجع بعد رمضان لو ضيعت شوي برجع لوين ركزوا والله معي شوفوا الطلعة برجع على عشرين - [01:15:44](#)
هلا السنة اللي بعديها ببلش ازا بيدي اطلع بطلع اللي كانوا خمسطعش بطلعوا عشرين اللي كانوا عشرين ممكن يطلعوا تلاتين وايضا ممكن اضل سنة كاملة فقط ثابت على هذا الرقم. وزي ما تابعنا من خمسطعش لخمسة وعشرين من تلاتين هذا يعتبر اشي ممتاز جدا جدا جدا وقوى جدا. بخلص - [01:15:58](#)

كامل تفسير كامل ما بتنتطط من التفاسير. ولا بضل اسمع كتير تفاسير. ولا ولا بسمع من هون وبسمع من لا خلص. تفسير هي بتقرأ بهالتفسير كاملين اوه كاملين عارفين كيف هدول هاد بسيط لا بتضيعي لا روحي لا خلص. بلشت التفسير بكمله لآخر - [01:16:14](#)
خلصت التفسير الاول طبعا انا في ما شاء الله كتير من الطلب اللي معانا. تبارك الرحمن كتير منهم بلغ الي بخمس تفصيلين صار تلات اربعة. الشغله مو بالعظم يعني في ناس انهم تلت اربع سنين يعني - [01:16:37](#)

بس انا ماما خلصت نص تفسير تفصيل. حتى لما يجي رمضان حتى لما يجي رمضان كتير من من طلابي بقول لهم ما تزيد ورش حتى ممكن مش تعود تقتله خلص خليك عم تفصل. ما في مشكلة - [01:16:49](#)

ما ما تخربط حالك خلص كل واحد بدخل الجنة اه الصراط المستقيم واسع. ندخل الجنة النوافل كثيرة ما ما ترهقه حالكم. خلص التفسير الاول بعدين نفس يعني نفس هاي الطريقة ممكن نوصل لتلاتين ممكن في ناس توصل لاربعين ناس بنك خمسين ساعة. في اكثر في اقل الفكرة. ما في اشياء اخرى لانه كمان - [01:17:01](#)

اه بثبت تصير هاي عادة دائمة عندي. بخلص التفسير الاول بعدين بخلص التفسير الثاني. اه خلص تفسير تالت وهكذا على مدى عشر

سنين. خمسة عشر سنة طلاب علم. ممتاز بذك احسن من هيكل. يعني انت تخرخل لخمسة عشر سنة تكونوا قاصدين ست تفاصير لخمس تفاصير لسبعة. مش مهم العدد. الفكرة انه - [01:17:20](#)

انت مر عليك فهم كل اختبارك اللي انت خلقته عشان تطبق هذا الكتاب مر عليك فهمه وشوي شوي وبموضوع وصارت عندك عادة وما في هيكل تمزقات قلبية ومشاكل الى اخره - [01:17:41](#)

ارجو انه يكون آآ يعني ان شاء الله شرح آآ سريع مبسط. هلا بدبي اروح على اه بدبي اروح على تمام هيكل اه اختنا اسراء تمام هيكل الواضح العادي انه لو في في تفاصيل بس انا بدبي احاول اكون شوي سريع ان شاء الله انها وصلت ولو في بذكم اضاءة اكتر - [01:17:53](#)

ممتاز والله. ان شاء الله انه تمام طيب خلينا ناخذ تحبوا ناخذ اه عندك اكتر رياضة واه مش رياضة عفوا. لنروح عالترك. تعلق الزائد بالآخرين لاضاعة الوقت وللغضب ايش الاكثر عندك؟ - [01:18:15](#)

اضاعة الوقت اضاعة الوقت وفي تعلق زائد نروح لاضاعة الوقت واحدة منهم اه اضاعة الوقت طيب ممتاز. ماشي. هلا اضاعة الوقت الاصل الاصل كمان هون عنا احنا التطبيقات نفس الفكرة انه احنا - [01:18:30](#)

في الترك اه المطلوب منكم كالتالي كل حدا بيمسك وراه وقلم وبيعمل او قائد قائمة قائمة بايش ايش ايش الاشياء اللي تهدر وقفوا وبيصنفها يعني لتفاصيل بسيطة جدا بالله بس لحظة - [01:18:50](#)

مم السلام عليكم اه في قربنا نخلص تفضلوا تفضلوا. لا تقدروا تفوتوا تفضلوا تفضلوا. تذكرت حكوا لي الباب الثاني. اه براحتك براحتك زي ما بذكم تفوتوا ترور هناك براحتكم. اهلا وسهلا. طيب - [01:19:13](#)

اللهم صلي على سيدنا محمد. اه كنا عم نحكي على اضاعة الوقفة. فال فكرة هلا بناخذ قائمة اه وبيلش اكتب ايش الاشياء اللي بتضيع وقتي بالتفصيل انا راح اعطيكم امثلة عليه بالتفصيل بالتفصيل - [01:19:28](#)

وبعدين بصنفها هاي الاشياء بعد ما اكتبها بالتفصيل يعني بند بند. بصنفها ايه اسهل علي ترکه بالتدريج من الاسهل للصعب الاسهال للصعب. طبعا نفس التعلق الزائد بالآخرين نفس الشيء الغضب - [01:19:41](#)

بحط بحط لستة بالاشياء اللي بتضيع لي وقتني. اشياء الغضب. ايش يعني غضب؟ يعني واحد اتنين ثلاثة اربعة خمسة ستة سبعة عشرة ايش يعني ضاعت وقتني؟ واحد اتنين ثلاثة اربعة خمسة ايش يعني؟ واحد اتنين ثلاثة اربعة خمسة ستة سبعة ممتاز بحطهم قائمة وبحطهم الاسهل - [01:19:59](#)

درج للصعب باخد كل اسبوع شغله او شغلتين او تلات حسب سهولتهم بيلش من الاسهل وما بيلش من الاعصاب. بيلش من الاسهل علي وبالتدريج للي بتركه بتركه مثلا تلات شغلات اول اسبوع - [01:20:15](#)

الثلاث اللي بعديهم. الثلاثة اللي بعديهم. على مرور شهرين تلات اربعة. واذ بي انا طبعا اللي بتركه ما برجع له. وبتصير بدها ثبات وقرار وحزم عالي جدا جدا مع الناس بعض القراءة الدقيقة. ناخذ اضاعة الوقت كمثال. في ناس مثلا انا بعطيكم امثلة طبعا كل واحد يصنف اللستة تبعته. بس عشان نتعلم كيف نفكك الاشياء اللي - [01:20:28](#)

متقسمة. مثلا في ناس عندهم اه اضاعة الوقت مثلا. في ناس اول ما يصحوا لا اراك الله مقام بيصحى او بتصحى يتأمل واتمضمض ممكنا وحاس حاله ما ارتاحش في اليوم والنوم كانت مش مريحة - [01:20:48](#)

وتبليش تمر عليها خواطر مبارح وبكرة واللي بعده وطبعا في ناس طبعا خمس دقايق بروح مش مشكلة وعشرين دقايق ماشي. وفي ناس ممكنا هون يقعد نص ساعة وفي ناس اللهم الله يعنيهم يعني. بقعد نص ساعة - [01:21:07](#)

ساعة وساعتين يعني تألموا هذا وقت وقت تاني تقلبات الليل هاي برضه وقت مهم جدا احيانا انت كتير بتتصحي لا انت نايم ولا بتتصحي. انت ماشي عندك بكره اشياء بس انت مش قادر تنام - [01:21:21](#)

مش الحل تظلك قاعد مع هذا اضاعة وقتك ترى ممكن تنسوى فيه كتير اشياء بتتعمل. بالاوقات هاي اللي هي مش زابط فيها نوم فمثلا هذا بكتبها بالقائمة عندي. بدل ما تسميه ارق ممكن يصير قيام ليل. بدل ما تسميه ارق بصير الطلبة اللي بدننا نسميه

ارق ومنعوا رياضة. بدل ما يلا قوم قومي - 01:21:36

عذرا انا عم بخاطب الجلسة مع انه جنس واحد. طيب اه ناس مثلا عندهم عفوا منكم معلش بس يعني يعني بحكم انه اشي عملي الوقت من اشهر اماكن اضاءة وقت الحمام - 01:21:55

ففي ناس في الحمام فعلا يعني يبدو انه للاسف البعض ما عنده قدرة انه ينظم حياته. فدایما من ناس حواليه ومزحوم وناس دایما بدها ایاه ودایما بدها وما بيقدر يترك اولادها - 01:22:09

نترك اصحابها ولا اهلها ولا فدایما معانا ما مع ناس متى بتركوا الناس المكان الوحيد اللي يقدر اصلا يخلوا بنفسه الحمام فيأخذ خلوة سیئة جدا مكان سیئة جدا مش مناسبة بدل ما اسماء اكتب اكتب اه فعلا في ناس عن جد فعلا بقعد نص ساعة وساعة وساعة وربع مش عفوا اه يعني الفك في المعدة لا هو يعني - 01:22:21

آآ تضييع وقته مثلا في ناس اه اشهر اماكن اضافة الوقت. اللي هي اه السوشیال میدیا آآ برضو بتنحط في القائمة اه السوشیال میدیا بتنحط عندي في قائمة طبعا وكل واحد له اعلم بايش بضييع وقته. ممكن يكون اكبر مكان لتضييع الوقت قناة لنفس مطمئن - 01:22:41

والتفقد اليوتيوبات تبعتها والفيوارات ويا رب يكثروا عدد المشاهدين للخير يا رب. يا رب فيديوهات الخير ما حد بيحضرها. اما روح اغنية ساقطة الكل بحضرها. وانت مالك يعني الواحد لما بيخدع حاله شوفوا شو بتبلش يعني وين روح. فاهمين لهاي الدرجة - 01:23:03

او في ناس اضاعت وقته عصفحات الدعاء ديروا بالكم هاي مخادعات عند الكل بس هي يعني فانا مثلا بدبي اي انا انا نصيحتي بالعادة هون انه مثلا الخروج من كل - 01:23:21

الدعاة الا صفحة واحدة او تنتين اقصى حد وبشرط تكون بتنفيذني وما بتشعرني باني ضايع اني ضعيف واني مخربط الحق عمري ما عملت. وما تكون فيها زخم الا اذا انا عاملها زي اخبار. اما اي اشي فيه زخم النصيحة اطلعوا منه - 01:23:34
ما تكون ولا عقناة الا قناء ممکن تفیدکم ونذکرکم بتدرج اما قنوات ومن هون اسمع ومن هون الحق ومن هون الحقه و هون درس وهوون محاضرة و هون - 01:23:53

العبادة هون بهاي العبادة و هون بهاي النافلة هون بهاي النافلة تضلك تسمع تسمع ما بتصلیش ولا اشي. وبتنزح نفسيا وبضل يضييع وقتك و بتتتوتر و بتتتوتر و بتتتصلي تعامل هيك طبعا وكيف بشنا تفتح بعدين تفتح ما قرارات مخلوقات بعدين قناء احمد بعدين قناء حسین عند راسك بعدين اه قناء مکانی وبعدين هدول متهاوشین مع هدول الله يهديهم وبعدين هدول الله يغفرهم - 01:24:03
ولا انت رايح رايح الليلة كله و هدول بعلقوا هدول و هدول بعلقوا هدول فهون بيجي بالتفصيل صفحات الدعاء مثلا مين طلع منها كلياتها الا صفحة وصفحتين بحتاجهم وفعلا عمستفيد منهم فعلا - 01:24:23

والله شايفکم ما بستفيد منهم بطلع منهم كلهم حتى طبعا من باب اولی ابليکيشن معينة خص تتسکر كلاتها اذا في اشياء طبعا تيك توك ومش تيك توك و هاي الاشياء التخبيص كله يتتسکر - 01:24:35

آآ في القائمة. في صديقة معينة او ام معينة او اخت معينة في صديقة اللي هي بتمسکك بتسلخ التلفون من ابو تشكل على زوجها واولادها واللي خلفوهم كلهم وبعدين بتجيی و بتروحی يعني - 01:24:47

اصلا لو فيك حل اصلا انت طالعة معك عشرة فولت حيل. بيخلصوا وبيصير سالب خمسة. فهدول مثلا بشوف انه هدول هدول مثلا في سحبة معينة وناس معينين هدول بياكلوا وقتی. صاحبات معينات اخوات في الله بس برضه بياكلوا وقتی او بس كل وقت متتشکي - 01:25:01

خاص بحطمهم قائمة واحدة طهر مثلا السهر على واحد اتنين ثلاثة اربعة. التفكير في مواضع معينة مثلا اه مشكلة مع مشكلة في سبب دنيوي بقدر اسویه بسبب دنيا وانا ما عم بسوی بس قاعد عم بفك. هاي برضه بالقائمة. بصنف المواضع اه ضمن قائمة اللي هي اشياء لها اسباب ببدي - 01:25:17

الحل تبعها هاي عشان يعني من الاخر بعد ما تحطوها في القائمة كل اشي له سبب بيتأخد السبب وبعدين بنشوف شو بصير وأشياء ليس في يدي سبب اسويها يعني هي مشاكل ممكنا تصير ممكنا امي تطلق من ابوي ممكنا اختي ترسب في التوجيهي ممكنا اماشي -

01:25:41

اه هاي ازاء لا ما في سبب بيدي خلص هاي اعلم حالي عشان ما يضيع وقتي انه القلق فيها لا يجدي القلق جهد عبئي القلق لن يرد بقدر الله يشفينا. فبصفه الاشياء اللي بتقلقني. برضه اذا اشيلها سبب اقدر اخذه واشي ما لوش سبب. وبناء عليه بتحرك -

01:25:56

اذا صنفته طبعا في قائمه اطول من ذاك نصفه كل هاي الاشياء في ناس مسلا انا مثلا باضاعة وقتي مثلا انا بحب كثير احكي مع زوجتي انه مثلا فمثلا انا من اضاعة -

01:26:15

علاقتي انه مشي البعض يعني اول اشي ممتاز بس انه احنا منمسكش حالنا مرات اربع ساعات ساعات اللهم بارك اعوذنا من الحسد والعين المهم فتلات اربع ساعات مثلا بتقعدوا لساعتين ولا ثلاثة يعني الفكرة انه بدك تمسك حالك. فكل واحد بده يعرف ايش -

01:26:25

وين في ناس اولاده بيسحروا معهم في ناس في ناس فبتكتبوا بالقائمه بالتفصيل بالاسماء والأشخاص وبنبلش من الاسفل للاكتير وستين سبعين بالميه من النجاح هادا اشي كتير ممتاز انا هيكل خلصت -

01:26:43

اه اخذنا مثال هون آآ يعني ارجو الله عز وجل ان ينفعنا بما علمنا وان يجزي خير من نسق ومن حضر ومن قام باللقاء ان يتقبل منا ومنكم -

01:26:56

اه انا في اسئلة انا ما عندي مشكلة وان بعرفش ليش الترتيب عندكم اه في مجال نوخدكم سؤال؟ نظافة تمام بس نشوف في اخت بتسأل ازاي نتخلص من التعلق -

01:27:11

على شو اسمه على على نفس تدريجها. طيب امامكم سرعة التعلق نفس الشيء بتنحط قائمه. بمين انا اصلا متعلق. بس اول اشي بدننا نعرف انه الضابط الضابط شرعي للتعلق المحرم او التعلق اللي هو الزائد شرعا. هو ضابطين رئيسين. الضابط الاول هو يعني كيف -

01:27:38

تعرف انه هذا انسان متعلق فيه تعلق لا يحبه الله. تعلق زائل. اولا انه اه اذا عصى الله او اطاع الله فمشاعري تجاهه سيان كمان مرة شفته في معصية وشفته في معصية اخت اكرم زوج عم اه -

01:28:02

شفتها في معصية او في طاعة مشاعري سيان تجاهها حب شديد وقوي وما في اي تأثر اللي ما بيطلع وبينزل بحسب طاعة ومعصية. اذا انا عندي تجاه انسانه او انسان اه من محارم او الزوج او هذا -

01:28:20

هيك اذا اتجاهه صار على اول علامة من قال عنه تدل انه التعلق ايش ماله تعلق مرضي او تعلق زعم طبعا احنا في عنا المشاعر قسمين. في عنا مشاعر كسبية ومشاعر غير كسبية. المشاعر الكسبية هي اللي الله كلفنا بها. اللي هو الحب في الله والبغض في الله. فانت المفروض انه هذا الانسان تحاول -

01:28:36

كسبيه اذا انت انصبف بصفة صبغة الله عز وجل. يصير الانسان انه لا انا مطلع انت عم تغسل لعنة مباشر لازم ينزل لو لو تكلفا انه انا بضغط فيك هذا الاشي المفروض تنزل المشاعر. طبعا هذا بيصير عملية تلقائية عند اللي لياقته القلبية عالية الایمانية. تمام هاي العلامة الاولى. العلامة الثانية -

01:28:55

اه اللي هو هذا حتى يركزوا والله معندي هذا نسميه تزكية الوجوب او بين قوسين يعني التزكية في العلاقات مع الثانية هي التزكية الواجبة. كل ما يقال في اشياء اخرى -

01:29:13

هنسميه تزكية الترقى بمعنى انه لا يعتبر تعلق زائد بالمعنى المحرم ولا تعلق زائد امراض قلوب كبيرة. صغائر بسيطة. اه العلامة الاولى زي ما اللي هي فعلاً هون في مشكلة اللي هو انا الحب واحد -

01:29:23

الحب واحد ما بزيد و بينقص بحسب الطاعة والمعصية. العلامة الثانية اللي هي اللي انا مستعد او مستعدة اعصي الله من اجله اعمل

حرام ضيع صلاة عشان زوجي بده يسهر معي. دايما احيانا - 01:29:38

يعني نسأل الله السلامة بس يعني يعني جا لون بتصرير. مثلا اه عشان زوجي بتضيع الصلاة اه عشان اه زوجتي امي ولا بتشفوني ولا بشوفها. اه اه مثلا عشان اه يعني يعني بحسب طبعا نوع المعصية تكون - 01:29:56

شكل التعليق. انت المعصية اللي عم تعملاها عشان فلان فانت معناها هم انت متعلق فيه بتعنت ازاي؟ هذا هو التعليق المحرم ادل على سوي ذلك من العلامات برضه يعني اذا حابين برضه نفس الشيء بنحط قائمة - 01:30:12

يلي بحب يترقى في التسكة لانه هاي التزكية الواجب. هلا الباقي كله سنة يعني ترقي تنخل اه مم مزيد احسان اليوم مثلا بحط قائمة. في ناس مثلا متعلقين بناس يعني لا ما بيغصوا الله عشانهم - 01:30:27

واذا شافوهم بعناسية وفعلا بينزلوا من عينهم شوي وبيرجعوا بيعطلاوا منهن. فالحمد لله. بس نفردهم يترقوا اكتر. بس انتبهوا ما تزودوها في يعني. تترقوش كتير. بعدين الناس بتتركم ومنكم بعدين وبزعلوا منكم بعدين فانتبهوا يعني شوي شوي. وبدها حكمة وعقل - 01:30:45

وكل التطبيقات اللي عم بحكيها ما بتنترك بالكلية وانما انا شفت حالي مبالغ فيها متبه عحالى بخفف منها مش بتتركها مثلا اه مثال مشهور عند الزوجات. مثلا الاكل بدونه مو طيب - 01:31:02

حلو لا والله فكرة شوفوا مسلا مقلوبة منسف دوزي اللي بيحب يعني هاي الاشياء بصراحة حتى الاشياء المضرة زكية من وجود الزوج فيبليش انا انه اه لحزة شوي ما بعرف اكل اكلة زاكية بدون فلانة بدون ماما وبدون صاحبتي بدون لا هون بيجي بصير انه القاعدة انه احيانا باكل معها عامدا - 01:31:16

عفوا عم بصير باكل بدونها عمدا في اماكن معينة حدائق معينة وممتازات معينة مسلا ما بروح بدون فلانة او بدون فلان آلا برق بحط بالقائمة انه ما عم بروح الا مع فلان. او فلان. فبصير اروح - 01:31:39

آلا مثلا دايما ازا في اشي فيه بسط وهذا دايما بنادي فلانة او فلانة اه بصير هون التزكية يعني هاي القائمة بحطها وبشوف اني انادي اتعمد اني انادي غيره او غيرها - 01:31:57

الطلعه معي تعمدا او ما بناديه او ما بناديه انا طبعا بس بده ترتيب قبل. وما يكون مرة وحدة وما يكون انسحاب مية بالمية لانه اصلا هادا قلنا انه تلقى. وفي جزء منه اصلا مش لازم يكون يعني - 01:32:12

يعني طبيعي جميل اه ما بدننا نتركه كله ولا بدننا ناخده كله. طيب اه من الاشياء مثلا انه انا صرف ذهن يعني التفكير فيه. بدي اشوف قدبيه انا في كتير مثلا كل لقطة حب او حزن او الم بخطر عبالي لا معناتا هون برضه بدي - 01:32:24

انتبه هون لاحظ يعني اشوف شو المشكلة واعالجها. مثلا اطول شوي فترات السؤال عليه اذا شفت حالي يوميا اربع تلات مرات خمس مرات اه يوميا لازم مرة حسب طبعا مع مين عم نحكي يعني. كل اسبوع مرة اه هكذا بصير اللي هو بطول الفترات بس طبعا ضمن حسب طبيعة العلاقة - 01:32:43

الزوجان اكيد مختلف تماما عن اخ واخت كتير مختلف عن اخت في الله كتير مختلف عن عن شيختي يعني كل علاقة الها طبيعتها في في في اه بين الزوجين الاطمئنان اليومي مرة مثلا ممكن يكون طبيعي - 01:33:03

بس مثلا بين صديقتين ممكن يكون زائد ممكن يكون زائد. واضح؟ ممكن. ممكن ما يكون وهكذا آلا مثلا عالمة كثير قوية اني ارفض بعض طلبات هذا الانسان يعني كثير مهم - 01:33:16

حتى لو كان مش حرام وكتت بقدر اسوتها احيانا طب ديروا بالكم مع الازواج انتبهوا بلاش ما تتكسر الدنيا. طيب احيانا النوع اعتذر بلطف او اوجل طلبات وتأجيل الطلبات ترى من اهم المهارات مع من نحب عشان ما تزيد تعليقنا فيهم ولا يزيدوا هم يتعلقو فينا تأجيل الطلبات مش الغائها تأجيلها - 01:33:34

ماشي حاضر حبيبتي بکرا وان شاء الله الاسبوع الجاي يعني بس خلية مسا من عيوني بس خلية اخلص كذا. طبعا هادا شو بيخليني كل شوي شوي عم بفضي جدول اليومي عشان ينزل للفقرات اللي حنحكي لها - 01:33:54

اً مثلا اذا زعلت مني او زعل مني هاد اللي انا كتير بحبه اه اني حمشي كل جدولي اسير خطة اليمين زي ما هو. وهكذا طبعا في كتير تفاصيل اكتر لكن هاي التفاصيل يعني هيكل هيك بالمجمل تحطوهם برضه بقائمة وتشتغلوا عليها - [01:34:06](#)

امل اني اكون جواب ان شاء الله ايجابية مفيدة جزاكم الله خيرا وبارك الله فيك يا استاذ انس هو الوقت انتهى بارك الله فيك الله يجزيك الخير يا رب. واياكم الله يتقبل منا ومنكم جميعا وشكرا لله لكم جميعا ان شاء الله - [01:34:24](#)

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته - [01:34:42](#)