

القضاء النهائي على مشكلة الوسواس الكفرية و وسواس الطهارة و الصلاة □ _ م علاء حامد

علاء حامد

الحمد لله واشهد ان لا اله الا الله وحده لا شريك له واشهد ان محمدا عبده ورسوله صلى الله عليه وسلم. اما بعد. اهلا ومرحبا بكم في

لقاء جديد ولايف جديد اه من لايفات يوم الاثنين - 00:00:00

نسأل الله سبحانه وتعالى ان يتقبل آآ منا ومنكم صالح الاعمال اللهم امين النهاردة هنخش في موضوع حساس جدا ومهم جدا
وتقريبا ما بيسلمش منه حد ولو انت سلمت منه بفضل الله سبحانه وتعالى اكيد تعرف حد لم يسلم منه وهو الموضوع الوسواس -

00:00:13

اه او نقدر نقول خلينا النهاردة نحاول نتكلم على الوسواس والشبهات في نفس الوقت لان الوسواس حاجة والشبهات حاجة او ممكن

نوصل لدرجة دلوقتي ربنا يبارك فيه ونتكلم عن عموم الخواطر - 00:00:38

السيئة اللي بتأتي للانسان وازاي الانسان يميز الخطرة السيئة بس من الوسوسة اللي هي فعلا ممكن تدمره وتدمر حياته فعلا يا
جماعة لو مسكت في حد فعلا تدمر حياته. فالانسان لو عنده وعي مبكر بموضوع الوسوسة بيعرف يتعامل معها بيعرف - 00:00:53
يزهب يعرف يوقفها عند حدها يعني والله العظيم سيتعافى من بلاء رهيب رهيب. يعني انا رأيت ناس ابتلوا بهزا الامر واسترسلوا معه

مع هذا الامر وللأسف يعني لم يعني يأخذوا بالنصائح - 00:01:13

وصل مرحلة صعبة جدا جدا جدا. فنسأل الله السلامة والعافية يعني. فالانسان كل ما كان عنده وعي وكل ما كان فاهم الموضوع
كويس. وكل ما كان بيتعامل مع الموضوع دوت كل ما كان الموضوع نقدر نلمه يبقى اسهل. فان شاء الله اللي هيسمع اللقاء دوت

هينتفع به. او على الاقل هينفع غيره. فنسأل الله ان - 00:01:31

يعافينا جميعا من كل بلية. اللهم امين. طيب خلينا نبدأ ننطلق بسرعة ان احنا النهاردة هنتكلم عن ايه. احنا هنتكلم عموما الفكرة

العامة النهاردة عن الخواطر اللي بتأتي لذهن الانسان. وطبعا اكيد نقصد الخواطر السيئة. تمام - 00:01:51

نقصد الخواطر السيئة. لان الانسان آآ يعني لا ينفك عن خواطر دايم الانسان فيه خواطر في دماغه. والمخ ده يا جماعة عامل زي
المكنة اللي اطحن اي حاجة يعني هي على طول بتطحن. مخك ده ما بيقفش. تمام؟ احيانا الواحد بيتعب من التفكير. واحد يقول لك

انا انا بتعب من كثر التفكير. مخي ما بيقفش. هو فعلا - 00:02:11

فعلا ما فيش حد فينا مخه بيقف يعني هو دايم شغال. هادي الماكينة طول ما انت صاحي بل وانت نايم يعني. يعني بتفضل شغالة

على طول بتطحن حاجة شغالة في حاجة - 00:02:31

فاما انك انت عشان كده يقول لك نفسك الا ان تشغلها ايه بالحق شغلتك بالايه؟ بالباطل. لان المكنة ديت لو انت ما حطتش فيها

حاجة مفيدة هي هتشتغل على اي حاجة وخلاص - 00:02:41

واحيانا في ناس عندها الموضوع بزيادة فعلا عقله بيشغل بشكل مرهق فعلا. يعني يعني ما بيقدرش يوقف الافكار وتسلسل الافكار

وتتابع الافكار بغض النزر هي الافكار ديت لان احنا زي ما قلنا الافكار اللي بتأتي الانسان على انواع - 00:02:51

ممكن آآ في نوعين من الافكار مش مزعلني في حاجة. تمام؟ وفي النوع التالت اللي هنتكلم عنه. النوع الاولاني طبعا الافكار الحسنة

الافكار الحسنة الانسان بيفكر تفكير كويس ايجابي. بيفكر في آآ في خطة بيعملها بيفكر في مزاكرته. بيفكر في عبادته بيفكر في -

صلاح قلبه بيفكر يعمل خطة لحفظ القرآن. بيفكر ده افكار جيدة. او حتى بيفكر في امر مباح. هناك ايه النهاردة؟ هنشرب ايه؟ يعني هتفسح ده كل ده ما يزعنيش دي كلها افكار جيدة. ما تزعش الانسان وده مش مش مجالي. وعمر ما الافكار الحسنة بتتحول
لحاجة سيئة - 00:03:26

ولا بتوديك للوسوسة والكلام دوت لكن دي افكار حسنة بتاعة الانسان فده مش مجال ان احنا نتكلم فيها النهاردة في افكار تانية
بتيجي آآ هي هي يعني ما لهاش قيمة. آآ زي مسلا اللي هي الايه شوية آآ هواجس هواجس من حاجة - 00:03:46
زي ايه مسلا؟ وعادة الافكار اللي هي الهواجس ديت اللي هي خفيفة وبتعدي دي ما لهاش ما لهاش حكم بالنسبة لنا ومش شغلانة
بتبقى مربوطة بحاجة هي شاغلاك فعلا هي اصلا شاغلاك. يعني انت مسلا عندك امتحان بكرة فدهاك طول الوقت بتفكر في
الامتحان. دي مش مش وسوسة ولا اي حاجة. لان طبيعي واحد - 00:04:04

عنده امتحان بكرة اكيد دماغه هتفكر في الامتحان. تمام؟ آآ واحد مسلا آآ مشغول مسلا آآ فحصيلي بالناس مسلا فمشغول بالمراجعة
ودماغه على طول في في القرآن اللي هيصلي به طبيعي. اي حد مسلا آآ واحدة ابنها في مشكلة وراح - 00:04:24
هيرجع لها آآ شغل دماغها على طول مشغولة به. كل ده طبيعي. فاي حاجة هي اصلا هي حواليك هي موجودة وهي والموضوع
شاغلك فبيجي في افكارك كتير ده مش شاغلني. ده مش فارق معي لان ده طبيعي يحصل. حتى لو جه في منامك. لو جه في منامك
ما لوش حكم. يعني يقول لك ده - 00:04:44

دوت لو واحد مسلا قبل ما ينام ليلة الامتحان حالا بالامتحان. هيقول لك ده اصلا ده طبيعي. ده مش رؤية ولا من الشيطان ولا ولا
ولا لها حكم اصلا - 00:05:05
لان ده طبيعي واحد عنده امتحان بكرة فكر في الامتحان فنام حالا بالامتحان ده ما لهاش تفسير. تمام؟ واحدة ابنها داخل آآ حتولد
بكرة فهي نائمة حملت بالولاد مع طبيعي واحدة ابنها فداخل عملية فهي نائمة حملت بابنها كل ده وارد وارد ان الافكار دي تجيلك
كتير وارد ان بل تجيلك في - 00:05:15

تمام ودي ما لهاش عندي اعتبار. يعني انا مش بركز في ديت لان ما فيش حد طبيعي آآ ده ده العكس هو اللي مستحيل. ان انت تدفع
عن نفسك فكرة هي اصلا - 00:05:35

مستحيل مستحيل اقول لك ليلة امتحان ما تفكرش في امتحان ولا ولا ليلة داخل فيها عملية في المستشفى الموضوع ما
يشغلش فدي مش شاغلاني لان دي طبيعية فدي ما لهاش حكم بالنسبة لي. لا هي بعترها وسوسة ولا خواطر دي دي عادية. مجرد
ما العملية خلصت صح التفكير هيخلص. فده دليل ان هي كانت مؤقتة - 00:05:45
آآ مجرد ما الامتحان عدى انت بتفكر في الامتحان اللي بعده. فده دليل ان هي برضو كانت فكرة ايه مؤقتة. فدي مش شاغلاني فدي
ما ما لهاش حكم ما لهاش اعتبار حتى لو جت في منام غالبا ما بيكونش لها ما بيكونش لها آآ تفسير. لان ده شيء طبيعي ان يحصل لك
بل اللي مش طبيعي ان ما يحصل لك - 00:06:05

فده مش شاغلني تمام؟ مش شاغلني الافكار الحسنة اللي بتيجي لان ده حاجة كويسة يا ريت ودي اصلا هتكون من علاج الافكار
السيئة زي ما هنبين ومش شاغلني اللي هي الهواجس اللي بتيجي - 00:06:25
لموقف بالفعل هو حاصل لان ده طبيعي واللي مش طبيعي انه ما يحصل انا اللي شاغلني بقى النوع الثالث من الافكار. اللي هي
الافكار الهدامة. الافكار السلبية. الافكار السيئة طيب ايه هي الافكار الهدامة والافكار السلبية والافكار السيئة؟ ديت الافكار ديت
بالنسبة لي هتبقى على آآ انواع - 00:06:38

اه اه اه نوع متعلق بالاعمال تمام؟ آآ يعني مثلا آآ واحد عنده افكار افكار سيئة خواطر خيلنا نقول الافكار الاخطر الاول افكار متعلقة
بالعقائد. يعني حاجة بتيجي له في دماغه تبع العقل - 00:06:57
خلاص دي الفكر الاول وهنفرق دلوقتي ما بين الشبهة والوسوسة حاجة متعلقة بالعقيدة حاجة متعلقة في الايمان بالله الملايكة

حاجة كده متعلقة بالاعتقاد عموما. فبتجي له افكار في الباب دوت - [00:07:16](#)

خلاص؟ دي ده نوع فكرة من افكار اللي هي الايه؟ اللي احنا عايزين نشوف هنتعامل معها ازاى. الافكار الصعبة. الافكار اللي ممكن تضايقك. الافكار اللي ممكن تأزيك النوع الثاني من الافكار جوة الافكار اللي ممكن تأزيك الافكار في او اعمال حاجات سلوكية -

[00:07:30](#)

التفكير في الاباحية التفكير في عمل آآ جريمة. التفكير في الزنا. التفكير في فعل منكر معين. آآ العزم انا شيه سيء آآ افكار آآ فيها

مسلا آآ حاجات مش كويسة بتفكر في حاجات شمال آآ بتفكر تعمل حاجة غلط - [00:07:47](#)

دي افكار بتيجي للانسان. ايه ايه حكم الافكار ديت وآآ امتى تكون الافكار دي يتحاسب عليها؟ ولا مش هتتحاسب عليها؟ فعموما هل

الافكار دي هيتحاسب عليها ولا لا طيب يبقى نرجع للتقسيم الاول احنا قسمنا الاول افكار حسنة دي مش دي كويسة - [00:08:07](#)

افكار آآ هواجس اللي هي تبع مواضيع شغلاني دي مش آآ سيبك منها الافكار الثالثة اللي هي الافكار السيئة قسمناها لافكار متعلقة

بالعقائد وافكار متعلقة بالسلوك. آآ فلسه بقى جوة هنقسم. هل الافكار دي بتضرني ولا - [00:08:25](#)

ما تضرنيش هتتحاسب علي مش هتتحاسب عليها. ده الموضوع اللي جايبين نتكلم فيه. بس خيلنا ناخذ الجزء الاخطر بالنسبة لنا الاول

وهو الافكار السيئة المتعلقة بالعقائد الافكار السيئة المتعلقة بالايه؟ بالاعتقاد - [00:08:40](#)

تمام؟ لان الافكار السيئة المتعلقة بالاعتقاد ديت هنتقسم عندي القسمين وركز كويس انا فين عشان ما تتوهش مني الافكار السلبية او

السيئة او بتضايقني اللي هي متعلقة بالايه؟ بالاعتقاد حلو - [00:08:55](#)

آآ ومثلها ماشي خيلنا خيلنا الاول في الاعتقاد. آآ آآ الافكار دي هتبقى نوعين النوع الاول شبهة والنوع الثاني وسوسة اه هنا بقى

نبتدي نفهم. احنا فين؟ احنا في الافكار السلبية - [00:09:14](#)

وفي جزء العقائد خيلنا الاول في جزء العقائد خيلنا سيبنا من الافكار السلبية في الايه في العمل ديت دلوقتي آآ الجزء المتعلق

بالعقائد ان انا بيجيلي فكرة سلبية في العقيدة - [00:09:30](#)

ان انا آآ عندي شبهة جات لي شبهة معينة الايمان بالله شبهة معينة في الايمان بالكتب. شبهة معينة في الايمان بالرسول. طيب هل كل

الافكار اللي بتجي لي دي شبهة؟ لا في حاجة اسمها شبهة. وفي حاجة اسمها - [00:09:44](#)

وسوسة اه ايه الفرق بقى عشان انا بافكر ان كل حاجة بتيجي في دماغي شبهة وبالتالي باحاول اطلب عليها رد ولما بيترد لي عليها

بيخش في اللي بعديها وفي اللي بعديها وفي اللي بعديها ما بابا ما بيخلصش - [00:09:58](#)

وانا طب طب اسأل ولا ما اسألش؟ طب انا تعبت من كتر الاسئلة اللي بتيجي في دماغي هنا بقى لازم اول حاجة لازم نمسكها دي لو

مسكناها يبقى خلصنا نص الموضوع - [00:10:13](#)

وهي ايه؟ وهي كيف تميز الشبهة من الوسوسة؟ لان دية لها تعامل ودي لها تعامل ثاني خالص دي لها تعامل ودي لها ايه؟ تعامل ثاني

خالص فالاول الاول بتحدد اللي بيجي لك في دماغك دوت شبهة - [00:10:26](#)

ولا وسوسة؟ طيب اعرف ازاى الشبهة من الوسوسة طيب خيلنا الاول نقول الشبهة الشبهة هي آآ عادة بتأتي مثلا مع آآ المذاكرة او

الدراسة او طلب العلم او سماع بعض الدروس. تأتي في في ذهن الانسان حاجة - [00:10:46](#)

عليه في دليل ما يعني في نص نص شرعي مجموعة نصوص فصاحبنا بيجي يفهم النص فجأ له فهم فهم مغلوط اكيد طبعا الشبهة

بتبقى فهم مغلوط مجاله فهم مغلوط اشكل عليه - [00:11:07](#)

مشكل عليه فبقى عنده شبهة فيه فبيسأل نفسه والله طب كده ازاى؟ طب ما ينفعش. زي مسلا يقرأ نصوص مسلا القدر وما تشاؤون

الا ان يشاء الله رب العالمين دلوقتي شبهة يقول طب طب طالما كده كده ربنا اللي بيشاء اعمالنا يبقى احنا بنعمل ليه - [00:11:28](#)

دي اسمها شبهة تمام آآ مثلا آآ يأتيه شبهة مسلا في الايه؟ في موضوع في موضوع الجنة في موضوع النار. فهو اشكل عليه في فهم

معين في النص الديني فيقول مسلا طب ربنا طالما هو اللي خلقنا وكتب اعمالنا قبل ما يخلقنا مثلا طيب ليه آآ هيحاسبنا على ايه

واحنا نعمل ليه والكلام دوت - [00:11:48](#)

دي اسمها شبهة مجرد سؤال عادي مرتبط بنص ديني اشكل عليه فهمه تمام؟ وهو مش قادر يستوعب الاجابة الصحيحة طيب الشبهة هي عبارة بتبقى في العادة سؤال واحد هو سؤال واحد - [00:12:13](#)

وصاحبه مشكل عليه تمام؟ وبسبب فعلا نص حقيقي. يعني هي ما جتش لوحدها هو فعلا كان في نص معين كان بيقرأه او بيزاكره او درس سمعه فجاء له اشكالية في مسألة ما - [00:12:33](#)

وعادة بتبقى سؤال واحد مسلا خد بقى الفرق المؤثر جدا اللي جاي دوت وهذا السؤال مش بيلح عليه. تاني تاني. السؤال مش بيلح عليه. مش قاعد يعمل كده في دماغه - [00:12:47](#)

دي الوسوسة بتعمل كده بتقعد تخبط على دماغك مش بيلح عليه. هو سؤال في باله و هو ما عندوش مشكلة الاجابة تتأخر ما عندوش مشكلة الاجابة تتأخر. يعني لو الاجابة اتأخرت - [00:13:03](#)

هو مش هيحصل له حاجة لما الاجابة تتأخر مش بيتوتر مش بيقلق مش بيخاف مش بيقعد حاسس ان هو فيه حاجة حاجة بتاكله بمجرد اما يقابل شيخ او يسأل حد او يدور على النت ويلقي الاجابة - [00:13:18](#)

الموضوع ببسكن مباشرة وبينتهي ومش بيجي له حاجة وراها على طول بتقف خلاص تماما لغاية ما بعد كده مسلا في مرة ما جاله شبهة تانية فيقرر ان هو يسأل تاني فيلاقي الاجابة فيسكن والموضوع بينتهي - [00:13:36](#)

الصوبة هي عبارة عن في العادة بتكون متعلقة ببعض النصوص الدينية اللي اشكلت على شخص ما وببيقس في العادة سؤال واحد وببيقى سؤال عادي مش مش معجزة يعني مش ومش بالسؤال بيقعد يلح عليه ويترك ذهنه ويحسسه دايم بالقلق والتوتر طول ما الاجابة ما جتش عادي ممكن - [00:13:53](#)

الاجابة تتأجل انا عارف ان هو في رد بس انا اللي مش فاهم يعني. فاكيد الشيوخ ردوا عليه فمش مشكلة لما اقبال الشيخ هسأله فمجرد ما يقابل الشيخ او يدور على النت او يقرأ حاجة تانية فيها رد خلاص بيستريح تماما وبينتهي الموضوع وبيكمل طريقه عادي ومش بيحس - [00:14:13](#)

ان في اي مشكلة عنده دي اسمها الشبهة. وديت الحل الحل بتاعها هو ايه هو السؤال هو السؤال. بل اقول لك بقى الحل كمان. احيانا الشبهة تزول من تلقاء نفسها. يعني ايه؟ يعني احيانا واحد يجي له شبهة في مسألة ما لقاش حد يجاوبه عليها. فبيحصل ايه؟ كبر دماغه - [00:14:31](#)

بيحصل ولا ما بيحصلش تاني بيحصل ولا ما بيحصلش؟ طب كبر دماغه ليه؟ مسلا بيحصل مسلا ان هو آآ صلى وصام ورق قلبه بيقعد يقول هي اكيد لها اجابة يعني ما - [00:14:55](#)

حتى لو انا يعني مش عارف مش مشكلة يعني ما ما مش مش شاغلني اوي يعني فلو ما لهاش حد حد هيجاوبه مش بتضايقه عادي مش هو عارف ان فيه اجابة بس هو مش لاقى فرصة ان حد يجاوبه. فمجرد ان هو مسلا سمع درس رق قلبه وصلّى شوية ممكن يكبر دماغه من موضوع الشبهة كله ما - [00:15:07](#)

واحيانا الشبهة بتزول لوحدها حتى بدون سؤال عشان كده بيقلوا ان علاج الشبهات حاجتين العلم النافع والعمل الصالح ان انسان يتعلم ويعمل صالحا زي ما قلنا لان بعض الشبهات بتحتاج ان انا اسأل. انا عايز اسأل. فالسؤال محتاج علم فاطلب العلم اما بالكتب او من اسأل في النت او بسأل شيخ - [00:15:25](#)

فده العلم ايه العلم النافع بل وحيانا الشبهة بتروح من غير ما اسأل بالعمل الصالح. هيك شخص يصلي شوية يصوم شوية. يسمع درس رقائيق بتاع يكبر دماغه وما يسألش اصلا - [00:15:53](#)

وهو مطمئن جدا جدا. يعني مسلا سمع سمع درس عن حكمة الله تعالى وسمع ان الله حكيم. كان عنده شبهة في حكم شرعي قال لك اسأل ليه؟ ما هو ربنا حكيم - [00:16:08](#)

انا اللي مش فاهم وخلاص يعني ما مش لازم اعرف. ليه ربنا فرض الحجاب؟ ليه ليه العصر اربع ركعات؟ المسألة جات له. فممكن بقى يا عم يعني سمعت اسم الله - [00:16:19](#)

حكيم وكل ده عايز برضو تسأل ده يا عم مش لازم نسأل. خلاص ربنا حكيم وخلاص. فمممكن حتى بالايه؟ بالعمل الصالح برقة القلب
يكبر دماغه عن السؤال وما يسألش خلاص؟ يبقى دي الشبهة - [00:16:29](#)

خلي بالك عشان التعريف ده وفهمك لطبيعة الشبهة هو اللي هيميز لك الايه؟ الوسوسة. لان زي ما قلنا الشبهة علاجها في طلب العلم
عكس الوسوسة. هنشوف زي دلوقتي الوسوسة ما هي طبيعة الوسوسة - [00:16:43](#)

الوسوسة هي افتراضات عقلية تتولد ذاتيا بصوا يا جماعة للامانة للامانة انا الحقيقة المحاضرة دي آآ استفدت جدا جدا من الدكتور
هيثم طلعت يعني اكاد اكون سمعت له كل كل الفيديوهات اللي اتكلم فيها عن الوسوسة - [00:17:01](#)

آآ استفدت جدا منها. فعموما انصحكم عموما انكم تسمعوا للدكتور هيسم طلعت في كل حاجة. يعني اي حاجة اي فيديو للدكتور
هيسم طلعت اسمعوا خاصة اذا كان بيتكلم في مسألة الوسوسة هتلاقوا له فيديوهات كتير متعلقة بالوساوس في العقيدة مفيدة
جدا. فالامانة انا استفدت كتير من الدكتور هيسم في الباب دوت - [00:17:25](#)

من مجرد ان انا بحاول اوصل لكم المعلومة بشكل ميسر. ونفهمه مع بعض يعني. جزاه الله خيرا. ربنا يبارك فيه وينفع به يا رب اه
الوسوسة هي عبارة عن ايه؟ عبارة عن افتراضات عقلية تتولد ذاتيا. يعني ممكن انت ما فيش حاجة. انت ما فيش حاجة ممكن ما
تكونش في درس - [00:17:46](#)

ما فيش مسألة ما فيش نص شرعي. ما فيش ما فيش كتاب. ما فيش اي حاجة. انا قاعد مع نفسي كده مرة واحدة جه في دماغي ايه
فرض افتراض كده غريب - [00:18:05](#)

وغالبا بيكون افتراض غريب وعادة بيكون ملح جدا ملح جدا وبيكون يسبب لك قلق وتوتر شديد وحاجة ملحة الى السؤال انت لو ما
سألتش هتموت هيحصل لك حاجة تمام؟ وبتبتدي تاكل افكارك كلها. تخليك تهنج. مش بتفكر في حاجة غيرها. ومش قادر عايز كانك
مدمن. وعايز الابرة او عايز الحقنة - [00:18:16](#)

وعايز الشمة بمجرد ما ياخذ الشمة او الابرة بيشعر ان هو ارتاح لكن مدمن كالعادة بعد شوية يرغب في ايه؟ في المادة الادمانية تاني.
فالوسوسة شبه الادمان تاخذ جرعة ايه هي الجرعة الاجابة - [00:18:47](#)

او الفعل المعين اللي انت عايز تعمله فتستريح فتزن انك استريحيت ففجأة يروح هاجم عليك مادة ادمانية تانية او مادة ملحة تانية
تزعجك تاني وتوترك تاني وتبقى انت مش قادر تستحمل وعايز انك انت تجاوب عليها - [00:19:02](#)

بسرعة جدا والا هتزل في حالة من الاضطراب لغاية ما يجي لك الاجابة على السؤال دوت ممكن الفكرة ديت تيجي في آآ فكرة في
الله سبحانه وتعالى. افكار كفرية عن الله - [00:19:19](#)

يقعد يتخيلها ويقعد يتضايق جدا ويقعد مش قادر يستحمل وعايز يسأل فكرة كفرية عن النار تصور لله بالزلم تصور عن آآ مسلا اي
تصور متعلق بالقدر متعلق بالنار بهيجم عليه فجأة - [00:19:34](#)

ويقعد يلح عليه يلح عليه. والفكرة احيانا بتيجي لوحدها كده من غير اصلا نص ولا درس ولا اي حاجة فدي احد صور الوسوسة
منصور الوسوسة ان هو يتخيل ان هو قال كلمة كفر - [00:19:54](#)

وهو ما قالش او قال حاجة بعيدة جدا عن عن الكفر بس هو هيقعد يحكم علي بالكفر. فيأتيه الشيطان مسلا ان هو مسلا ايه آآ قال
حاجة فورا يروح داخل عليه الشيطان يقول له على فكرة الكلمة دي ممكن تكون كفر ممكن تكون كفر. على فكرة انت احتمال كبير
كفرد. على فكرة انت كفرت كفرت كفرت. فيقعد - [00:20:11](#)

ايه المسألة تلح عليه تلح عليه وتأزيه ممكن تكون من نفسه ممكن تكون من الشيطان ممكن تكون من اللاتنين مع بعض تقعد تلح عليه
الفكرة ان انا انا كفرت ويقعد يا عيني متضايق من نفسه جدا ولدرجة ان هو يقعد يستغفر ويقعد يقول لا اله الا الله كتير وممكن
يخش - [00:20:32](#)

يفتسل ويصلي ركعتين كمان. وممكن الموضوع ده يحصل له في اليوم والليلة عدة مرات كل ما يتكلم كلمة في الدين آآ يسول له
نفسه ان هو كده انا قلت كلمة آآ حرام او كلمة كفر انا حاسس ان انا استهزأت انا حاسس ان انا لا ما قلتش الاية صح انا غلطت آآ وانا -

يبقى انا كده كافر. وتقع الفكرة دي تهجم عليه وما بتحلش منه ابدأ او يعتقد ان هو فعل فعل كفر تمام؟ آآ ويتخيل ان هو عمل فعل كفر تمام؟ زي واحد مسلا آآ مسك المصحف بس ما مسكوش كويس. فيقول له انا كده استهزأت بالمصحف - [00:21:10](#)

انا كده كافر هو ما عملش حاجة ما فيش حاجة حصلت يعني. تمام؟ آآ او انا كان القرآن شغال وانا ما كنتش مركز معه. انا كده كافر ويقعد بقى يا عيني كل شوية تيجي له اما يتصور انه قال كلمة كفر او ان هو فعل فعل كفر ويقعد يحكم على نفسه بالايه؟ بالكفريات. فدي صورة - [00:21:32](#)

من صور الوسوسة اما الوسوسة بتيجي على هيئة سؤال سؤال بيقعد يلح عليه جدا جدا. والسؤال بيبقى غالبا غريب ومش منطقي. او بيبقى منطقي بس اجابته سهلة وموجودة. بس هو عايز - [00:21:52](#)

اسأله تاني هم حتى لما بيتجاوب عليه بعد فترة بيسأل نفس السؤال تاني الشبهة ما بتسألهاش تاني. نرجع للشبهة. الشبهة الاجابة عنها بتبقى مرة واحدة الوسوسة بتلاقي نفسك بتلاقي الموسوس بيسأل نفس السؤال عدة مرات - [00:22:06](#)

وممكن نفس الشيخ وممكن عدة شيوخ. وممكن بيبقى بيكتب الاجابة وراك. يقول لك اكتب لي الاجابة. عشان ما انساهاش ويجيب لك ورقة تانية يكتب لي الاجابة ورقة تالثة اكتب لي الاجابة - [00:22:23](#)

وشوية ييجي يقول لك انا النهاردة اغتسلت كتير. انا حاسس ان انا كفرت. انا حاسس ان انا قلت كلمة الكفر. ونفس الفكرة دي بتيجي في ناس عندها وسوسة في الطلاق. يقول لك انا حسيت ان انا - [00:22:36](#)

وقت مراتي انا حسيت ان انا النهاردة حسيت ان انا آآ آآ مش حاسس ان انا ما صليتش على ذلك بس هي اخطر حاجة بتيجي بتيجي في العقيدة دي اسمها بقى الايه؟ الوسوسة - [00:22:46](#)

اول ما تبقى فكرة فرض عقلي بيتولد ذاتيا مع نفسه كده بيطلع. انا قلت كلمة كفر. انا عملت كفر. انا عايز اجابة على السؤال ده دلوقتي. والسؤال يخلص بيجي سؤال تاني - [00:23:04](#)

وممكن نفس السؤال يتكرر كتير وعايز اجابته ومتوتر وقلقان ومش حاسس ان الحياة وقفت لغاية ما يلاقي اجابة على السؤال دوت هي دي الوسوسة هي دي ليه الوسوسة بيبقى انا لو - [00:23:16](#)

وصلت للنقطة دي بيبقى انا كده وصلت لاهم نقطة اللي هو احنا بنسميه الايه؟ بنسميه العلاج المعرفي. احنا عندنا نوعين من العلاج يا جماعة لا حتى اطباء النفس بيتكلموا في حاجة اسمها العلاج المعرفي - [00:23:31](#)

في حاجة اسمها العلاج السلوكي ايه العلاج المعرفي؟ ان انا اديك وعي الاول ايه هي الوسوسة فلو انت دلوقتي فهمت ايه الفرق بين الشبهة والوسوسة بيبقى احنا خلصنا العلاج المعرفي او جزء من العلاج المعرفي وهنكمل فيه. لسه بقى السلوك اعلم ايه بقى قصاد كده؟ فلو انت مسكت - [00:23:47](#)

مسكت الوسوسة بيبقى انت ايه خلصت جزء كبير من الموضوع عرفت ان دي وسوسة. لان احنا بعد كده هنتعامل معها تعامل تاني خالص احنا قلنا الشبهة ايه؟ الشبهة بتروح تجيب الاجابة وخلص وبتهدى وخلص وبتتعلم وتصلي وبتاع والدنيا بتريح معك -

الوسوسة الموضوع التاني خالص. بس خالصنا نكمل في كم معلومة تانية علشان لسة هنقول ازاى اتخلص من الوسوسة ديت طيب الحاجة الثانية هل الوسوسة زنب ده احد الاسئلة المعرفية المعرفية. هل الوسوسة زنب؟ يعني انا لم لو جات لي الوسوسة. سيبك من الشبهة - [00:24:24](#)

خلاص عديناه. انا جات لي الوسوسة دلوقتي. في العقيدة بيجي لي الافكار ديت بيجي لي ان انا كافر. بيجي لي ان انا قلت كفر. عملت كفر هل ده زنب؟ الاجابة قطعاً لا بل الاجابة انه العكس. الوسوسة فيها اجر - [00:24:47](#)

ايه بجد ده انا كل ما بتجيني بستغفر لسة هقول لك الوسوسة فيها اجر مش فيها زنب. الوسوسة فيها رفعة درجات وتكفير سيئات مش فيها سيئات وذنوب ازاى الكلام دوت؟ اقول لك ازاى الكلام دوت - [00:25:07](#)

النبي عليه الصلاة والسلام اه الصحابة ولك في الصحابة ايه؟ اسوة الصحابة جالهم وسوسة الصحابة جالهم وسوسة. طيب هل

الصحابة ايمانهم ضعيف؟ لأ يبقى الوسوسة اصلا مش مرتبطة بالايمان الضعيف - [00:25:27](#)

تمام مش مرتبطة بالايمان الضعيف ممكن واحد ايمانه عالي جدا وتجي له الوسوسة زي الصحابة راحوا للنبي عليه الصلاة والسلام

قالوا يا رسول الله انه انا نجد في انفسنا ثاني انا نجد - [00:25:46](#)

في انفسنا ما يتعازم احدا ان يتكلم به يعني بيحي لنا افكار مش قادر اقول لك ما ينفعش اقولها لك ما ينفعش اصلا احكيها من

فسادها وكفريتها وفي رواية انا نجد في انفسنا ماء تسقط علينا السماء - [00:26:02](#)

احب الينا من ان نتكلم به. تخيل بقى بيفكر في ربنا ازاى؟ ايه الفكرة اللي جت له عن ربنا حاجة اكيد صعبة جدا وحشة خالص اصل

ضارب بيقول السما تنزل علي والله ما اقولها لك ابدا - [00:26:23](#)

وفي رواية انا لنجد في انفسنا مع ان يصير احدا حمم من النار احب الي ان اتكلم به. والله اتفحم نار وعمري ما اقول لك ما بيحي

في دماغي ايه رأيك بقى - [00:26:38](#)

ايه رأيك انت احسن من الصحابة؟ الصحابة جالهم الافكار الفظيعة ديت افكار كفر كفر يعني رهيبة جدا افكار سيئة جدا عن الله

سبحانه وتعالى ايه بقى كانت اجابة النبي عليه الصلاة والسلام؟ قال لهم لا. انت بقى استغفر. انت لأ أنت كده ايمانك ضعيف. لأ أنت

كده وحش. لأ انت كده انت كده مش كويس - [00:26:49](#)

لا انت لا يا جماعة اتعلموا لا تعالوا احضروا الدرس بقى. لا انت لازم تركز شوية خالص خالص خالص ما قالش كده خالص. اجابة

عكسية تماما. اجابة عكسية تماما. اجابة خارج كل المتوقع - [00:27:11](#)

وقال عليه الصلاة والسلام لهم قال اوجدتموه كأنه فرح كأنه فرح قال اوجدتموه؟ ايه ده بجد؟ انتم وصلتم للمستوى العزيم ده من

الايمان؟ اوجدتموه قالوا نعم هم فاكرين بقى هيعاقبهم ولا حاجة - [00:27:29](#)

وقال عليه الصلاة والسلام زاك صريح الايمان زاك صريح الايمان الله الله اكبر ياه ده صريح الايمان اذا انا كنت جاي فاكرك هتضربني

انا كنت فاكرك هتخوفني انا فاكرك هتهددني بالنار. انا فاكرك هتقول لي رح استغفر وتب وصل. واطلب علم وخل عندك دم وما

تفكرش في ربنا كده يا كافر - [00:27:49](#)

تقول لي انا مؤمن يعني انا كده كويس اه انت كده كويس انت كده ممتاز بشهادة النبي عليه الصلاة والسلام انت ممتاز هتقول لي ازاى

الكلام ده ممتاز ايه يا عم! انت والله ده انا بيحي في دماغي حاجات مش عايز اقول لك - [00:28:14](#)

النبي عليه الصلاة والسلام هو اللي قال كده. قال ذاك صريح الايمان قال ده انت كده عديت. ليه عديت اولاً عدة اسباب دليل ان انت

ايمانك عالي عدة اسباب. السبب الاول - [00:28:34](#)

ان اولاً كون ان وصلت الافكار دي دليل على ان الشيطان بيهتم بك جدا وبيهتم بك شخصيا وبدأ يركز معك يركز معك ده دليل ان انت

حاجة مهمة حاجة جامدة - [00:28:47](#)

عشان كده ابن عباس اتسأل سؤال جميل اوي قيل له ما بال اليهود لا يوسوسون في الصلاة ما بال اليهود لا يوسوسون في الصلاة

وقال اجابة مبهرة. قال ان الشيطان - [00:29:07](#)

لا يسرق قال ان اللص لا يسرق البيت الخرب ثاني قال ان اللص لا يسرق اكتبوها. ما بال اليهود لا يوسوسون في الصلاة؟ ليه احنا

المسلمين بنوسوس؟ ومش بنسمع ان في نصراني موسوس - [00:29:27](#)

ولا يهودي موسوس في الصلاة وقال ان اللص لا يسرق البيت الخرب يا بيت خرابة يخش الشيطان يسرقه ليه يخش لسه يسرقه ليه

الشيطان هيروح لليهودي يوسوس له ليه في الصلاة ده هو اصلا شغال كفر مية مية مش محتاج يوسوس له - [00:29:42](#)

هو هيجي لواحد جامد. وكل ما بيزداد قوتك كل ما الشيطان بيديك اهتمام اكثر عشان كده الوسوسة جات لك امتى بعد الالتزام

بيقول لي انا قبل الالتزام كنت ما بوسوسش لا في الوضوء ولا في الطهارة ولا في الغسل ولا في الصلاة ولا في عدد الركعات وكانت

ماشية حلوة - [00:29:59](#)

تمام ولا في العقيدة من اول ما صلبت العلم وصليت وتبت والتزمت بدأت اشعر بالوسوسة ديت نقول له صح ده طبيعي ده لازم ده منطقي جدا لان الوسوسة خدوا الكلمة دي وهنعيدها تاني. الوسوسة اصلا سببها ايه - [00:30:19](#)

سببها الشعور بالتقصير والشيطان بيشتغل على الحثة ديت. الشعور بالزنب الشعور بالتقصير. الشعور بعدم المسالية. الرغبة في المثالية هي اللي بتكون الوقود اللي بيشتغل عليه الشيطان ويزكيه علشان يحوله لاتجاه الوسوسة - [00:30:37](#)

والشيطان خبير يا جماعة يعرف كل واحد مدخله ايه يعني لو لقاك ماشي اصلا واقع. مش ملتزم يعمل لك ايه؟ يزين لك الشهوات يزين لك النساء يزين لك الخمرة يزين لك المخدرات - [00:30:59](#)

لا لا ملتزم ودائس وداخل جامد بصدرك في الالتزام وعلم وصلاة وبتاع يخش لك من المثالية من المثالية يقول لك خليك مثالي فانت تفتكر دي خاطرة كويسة فيقول لك لا اتوضأ خمس مرات عشان تأكد. لا زود ركعة عشان حاسس ان انت لا شكلهم مش كاملين. زود. زود. لا لا لا انت انت ما عملتش - [00:31:17](#)

كويس عيد تاني. لا الفكرة دي السؤال ده مهم جدا انت لازم تشوف الموضوع دوت ولازم تتدخل فيه. لا لا انت شكلك عملت كوفري انا شايف احتياطي ان احنا نستغفر ونخش نغسل احتياطي - [00:31:42](#)

فهمت فهمت يبقى الشيطان كونوا اصلا تهتم بك من ناحية الوسوسة. دليل انه حسبك من الناس الجامدة والجامد مش بيكله على الزنا. ولا بيكله في قلع حجاب. ولا هيكله في خمر. بالعكس - [00:31:59](#)

هيكله في زيادة زيادة بس زيادة في اتجاه غلط هيكله في المسالية. هيكله في التأكيد. هيكله شد حيلك. وتقع تشد لغاية ما تطلع برة خالص فهمت النبي عليه الصلاة والسلام بيقول لهم تمام - [00:32:18](#)

دي دي شهادة مميزة من الشيطان نفسه والحق ما شهدت به الاعداء هيقول لهم الشيطان كده الشهادة انت خدت انت خدت آآ تصريح. الشيطان بيقول لك انت تمام بدليل ان انا بهتم بك شخصيا - [00:32:37](#)

ذاك صريح الايمان طب ايه المعنى الثاني اللي زاك صريح الايمان؟ زكا صريح الايمان يعني الايه؟ الكراهية اللي وجدتموها ديت. هو انت دلوقتي مش انت متضايق من الوسوسة؟ اه رافضها؟ ايوة بتدفعها؟ اه طب ما هو ده دليل على الايمان - [00:32:53](#)

ما هو عشان انت مؤمن وعشان انت خايف على ايمانك وعشان انت خايف على دينك متضايق من افكار الكفرية ديت. هو الكافر بيتدقيق من الافكار الكفرية تاني الكافر اللي بيقول على نفسه كافر ده كل شوية يوسوس يكفر نفسه. هو الكافر بيتدقيق من الافكار الكفرية؟ الكافر بيحارب الافكار الكفرية - [00:33:10](#)

المخلص بيوسوس في الرياء ستميت مرة في اليوم المراقبي بيتدقيق من الرياء يعني خلاص يا جماعة مش معقول افهم بقى. ان ديت مجرد وسوسة زائدة عن الحد. تمام؟ فعشان كده قال لهم الايه؟ لولا الايمان اللي في قلبكم ما كنتش انزعجتكم - [00:33:33](#)

من الايه؟ من الوسوسة ديت فهمنا الحثة ديت حثة مهمة جدا. بل اقول انا سمعت آآ سمعت اجابة عزيمة جدا للشيخ ابن عثيمين. العلامة ابن عثيمين رحمة الله عليه. يا جماعة والله العلماء كلامهم غير. كلامهم بلسم. انت ممكن تقول لواحد صاحبك انا - [00:33:51](#)

وسوسة يضيعك لكن تروح للعلماء يدك كلمة والله تفوقك سمعت اجابة عجيبة والله. قال سأله السائل قال عندي وسوسة في الايمان وتأتيني افكار كفرية تخيل اجابة ابن عثيمين قال له ايه تفتكروا - [00:34:12](#)

فقال ابن عثيمين هنيئا لك ايه؟ قال له ايه قال له هنيئا لك ابشر بانك وصلت الى مرحلة عالية من الايمان هنيئا لك مبارك لك انك وجدت هذه الافكار والله هذا دليل على انك شخص تقى نقي مؤمن ولولا ذلك ما جاءتك هذه الافكار - [00:34:29](#)

يا سلام! ايه الجمال ده! ايه الروعة دي! ايه العلماء يا جماعة! العلماء بلسم! والله العظيم حاجة اجابة تشرح الصدر. تخيل انا فاتصدمت انا قلت الشيخ هيشد عليه ولا حاجة بيقول له هنيئا لك بشراك انت انت مؤمن انت رجل تقى انت رجل صالح - [00:34:55](#)

حاجة جميلة بل نقول يعني ان ان ليه بقول لكم ان ديت فيها فيها اجر يا جماعة. لان الوسوسة ابتلاء تاني الوسوسة ابتلاء. صح والابتلاء قرين الاجر الوسوسة هي مرض العقل - [00:35:12](#)

زي ما مسلا المغص والسرطان مرض البدن طيب مش الانسان اذا ابتلي بمرض في بدنه يؤجر؟ نعم كذلك اذا ابتلي بمرض في عقله

اللي هو الوسوسة يؤجر وفي الحديث ما يصيب المسلم من هم - 00:35:30

ولا غم ولا حزن حتى الشوكة يشاكها الا كفر الله بها عن سيئاته. معلش هو الوسوسة دي هو فيه هم في الدنيا زي الوسوسة اسألوا اي واحد موسوس ما مدى الهم اللي بيشعر به - 00:35:49

ما مدى الغم اللي بيشعر به؟ ما مدى الالم اللي بيشعر به؟ والله الام الوسوسة اشد من الام البدن. والله الام وسوسة اشد من الام البدن وانا رأيت حالات يعني مش عايز اقول لكم وصلوا لمرحلة صعبة جدا. ارجو من الله يعني ان يكونوا مع الصديقين من التعب اللي شافوه من هذا الامر. تمام - 00:36:04

اه اذا كان الهم بس بيصيب الانسان بيؤجر عليه. ما بالك بوسوسة ملازمة له طول النهار والليل. شيه صعب جدا تمام؟ بس احنا هنحاول ان احنا ايه؟ نطلع منها. فتأكد يا صاحب الوسوسة انك مؤمن تقى نقي ولولا ذلك ما جاءتك الوسوسة انك مأجور -

00:36:27

طالما فيه وسوس مأجور دائما بل خد بقى الهدية الجمال لو ان انسان بسبب الوسوسة قصر احيانا البعض ممكن بسبب الوسوسة في الصلاة بيقول لك آآ مش قادر. ما قدرتش صليت الفرض بس - 00:36:46

مش قادر اصلي النافلة تمام؟ فيه واحد مسلا من كتر الوسوسة في العقيدة آآ حصل له تقصير في طلب العلم مش قادر تعبان هنقول له خد بقى الجائزة دي. والله ان شاء الله يكتب لك اجر ما قصرت فيه - 00:37:02

بس طبعنا الفرائض تجيبها. ما قصرت فيه من النوافل نرجو من الله. نرجو من الله ان يكون لك اجر كامل فيما فرطت لان النبي عليه الصلاة والسلام قال اذا مرض العبد او سافر - 00:37:19

اذا مرض العبد او سافر كتب له ما كان يعمل صحيحا مقيما كتب له ما كان يعمل. صحيحا مقيما. وده مرض. الوسوسة مرض. لو منعتك من النوافل مسلا فان شاء الله يكتب لك الاجر كامل - 00:37:34

عند الله سبحانه وتعالى. يبقى احنا جاوبنا على السؤال هل الوسوسة زنب؟ لأ هل الوسوسة دليل على ضعف الايمان؟ لأ خالص. بل هي دليل على ايه؟ على قوة الايمان على قوة الايمان. لذلك النبي عليه الصلاة والسلام بيبين ان من دليل قوة ايمانك ان الشيطان ما قدرش الا على الوسوسة - 00:37:50

في رواية قال لما الصحابة قالوا له يعني على الوسوسة قال الحمد لله. في الرواية قال الحمد لله الذي رد كيده الى الوسوسة الحمد لله الذي رد كيده الى الوسوسة. يعني الحمد لله اخرك الوسوسة. يعني ايها الشيطان الخايب الضعيف ده اخرك - 00:38:13

اخرك توسوس لي. بس ما تقدروش تطلع الايمان من قلبي. ما تقدروش تدمر ديني. وانا مأجور على هذه الوسوسة. وانا معي دليل على ان ايماني قوي. اخرج توسوس فلزام تتعامل مع سوسة كده مع شيطان باحتقار. مع الوسوسة باحتقار وده اللي هنقله كمان شوية - 00:38:32

تمام يبقى ايه؟ يبقى الانسان يحاول ايه؟ يفهم المعاني ديت. عشان كده بنقول بقى الاجابة بقى هنا انتم عايزين طبعنا المسألة الهم. وهي كيف تتعامل مع هذه الوسوسة اعمل ايه؟ فاكرين الشبهة - 00:38:49

قلنا الشوبه عادي جدا رح اسأل جاب خالص الكلام اتعلم صل خالص الموضوع. انسى بقى كل اللي انا قلته في الشبهة ده انساه خالص الوسوسة موضوع ثاني خالص تمام كيف تتعامل مع الوسوسة؟ وطبعنا خلينا برضو نفردها عشان عشان الكلام هو هيبقى واحد.

الوسوسة في العقيدة زي الوسوسة في العبادة - 00:39:06

الوسوسة في الطهارة الناس اللي بتتوضى ساعة لدرجة انه مش عايز يصلي كره الصلاة مش كرهها يعني كافر يعني مش قادر يصلي الناس اللي بتوسوس في الصلاة وبتعيد الركعات. وبيقعد يقول التشهد خمس مرات. والفاتحة ست مرات - 00:39:28

واللي بتقعد توسوس في الغسل وتقعد ساعتين تغتسل. تطلع ويغتسل ثاني يعمل ايه مع الموضوع دوت نفس الكلام نفس الكلام. هنقله هو هو. خلاص هو العقيدة زي السلوك الباب دوت - 00:39:44

واحد نمرة واحد اولاً اذا كان الوسوسة في العقيدة كسؤال خد بقى اكتب ديت. اياك اياك ان تسأل عن هذا السؤال عكس المتوقع

تتوقع ان انا هقول لك اسأل عشان ترتاح. ابدأ - 00:40:03

اول شيء اياك ان تسأل اياك ان تبحث عن اجابة السؤال الذي انت عرفت انه وسوسة مش شبهة خلاص اياك ان تسأل عن الاجابة اياك ان تبسح عن الاجابة على النت - 00:40:30

اياك ان بسم الله. اياك ان تسأل شيئا اياك ان تسأل شيئا ليه لانك اذا فعلت ذلك يبقى عملت اكبر جريمة مع الوسوسة ايه اكبر جريمة ممكن تعملها مع الوسوسة - 00:40:48

الاهتمام ايه؟ ايه اكبر جريمة ممكن تعملها على وسوسة الاهتمام ان تهتم بها الاهتمام انك تديها قيمة انك انت تعمل لها لازمة. ان انت تعتبرها حاجة لها لازمة اول ما بتديها قيمة - 00:41:29

وبتعتبرها حاجة لها لازمة بتنمو وتتكاثر وتبدأ تأخذ وضع تمام تبدأ تأخذ ايه؟ وضع فاياك ان تهتم بها لان علاج الوسوسة هو التجاهل التام واي محاولة للعبث في كلمة التجاهل التام - 00:41:52

سيطيل جدا العلاج لا تهتم بها لا تسترسل معها. لا تحاول ان تبسح عن اجابة. لا تسأل لا تبسح لا تقر لا تنزر لا تفكر العلاج هو الاهمال التام بدك تضرب بها عرض الحائط - 00:42:35

ولا تفكر على ان تجيب عنها لان كما قلنا دي مش مبنية على سبب علمي واضح انما هي شيء قفز في ذهنك بدون سبب العلاج ان تطرده بدون نزر شيء قفص في ذهنك بدون سبب - 00:43:02

العلاج ان تطرده بدون نزر واحد دخل عليك فجأة ما احترمكش وبيزعجك. الحل اطرده برة لو انت اهتميت به واستقبلته كل شوية هيخش عليك لكن انا لو من اول مرة دخل علي بدون احترام بدون آآ وازعجني وعطلني كرشته مش هيجي ثاني - 00:43:22
يحترم نفسه بعد كده هيتعلم الادب كده الوسوسة اتعامل معها كده. واحد قليل الادب واحد مش متربي واحد عايز ياخذ على دماغه واحد بيزعجني اعمل معه ايه برة ده الحل الوحيد - 00:43:46

اطلع برة ما تخشش هنا ثاني. انا عندي موضوع مهم. ولا موضوع مهم ولا زفت اطلع برة فاهمين انا بتكلم ازايا؟ معلش انا بتكلم بشدة بس والله هو ده الحل الوحيد - 00:44:04

اطلع برة عندي موضوع مهم جدا برة ما تخش هنا ثاني ولا عندك ايه؟ ما فيش حاجة مهمة. دخولك بالطريقة ديت مش صح. انت ازعجتني برة ما تجاوبوش ما تكلموش - 00:44:16

وما تسترسلش معه فاهم ده الحل صدقني اي محاولة تانية هتدمرك هتعتقد انت خد بالك بقى من ايه من من من توابع الموضوع دوت. له توابع. بعض يقول لك بس انا بس انا مش مش مش بقدر يا شيخ مش بقدر. انا مش بقدر انا ببقى - 00:44:37

لو انا لو انا ما تجاوبش علي دلوقتي بافضل هافضل متوتر على طول. غلط دي بقى من الحاجات المفهوم الغلط تعتقد يعتقد الموسوس ان هو لو ما تجاوبش عليه او لو ما عملش الفعل اللي بيريحه - 00:44:58

ان هو هيفضل كده. غلط غلط غلط صح انك هتفضل كده فترة قصيرة وبعد كده مرة واحدة لا شيء هيروح الفكرة دي هتروح عشان كده من تعريف الوسوسة انها افكار تتولد - 00:45:15

زاتيا وتموت زاتيا. ثاني انا قلت لكم النص الاول بس من التعريف. خد النص الثاني. الوسوسة فكرة تتولد زاتيا وتموت ايه؟ زاتيا عاملة زي ايه الوسوسة؟ عاملة زي الرغبة في في في الاباحية او الرغبة في العادة السرية. واحد جا له فكرة كده عايز اعمل العادة السرية دلوقتي - 00:45:34

فمسك نفسه شوية وشغل نفسه كده هيقعد عايز يعملها طول حياته ولا هي عشر دقائق وخلاص عشر دقائق ربع ساعة هيهدا هتروح الفكرة من دماغه ان هي لها ايه لي ابيك كده لها قمة. مجرد ما تعدل بك ديت مجرد ما تعدي القمة - 00:45:57

بتلاقي على طول نزلت بسرعة. مش نزلت ببطي. نزلت بسرعة جدا بسرعة جدا. انا هاسألكم سؤال بالله عليكم وتجاوبوني بالله عليكم تجاوبوني انت دلوقتي اللي جالهم الموضوع ده وعشان انا ليه عايزك تجاوبني عشان في ناس بيسمعوك دلوقتي - 00:46:18
وعندهم الموضوع دوت. انا مسلا حصل معي ومعكم. انا ما بتوضا دلوقتي. حلو مجالي وسوسة ان انا حاسس ان انا ما غسلتش

الحثة دي كويس. رغم ان انا غاسلها ثلاث مرات - 00:46:34

فقلت في نفسي طب والله ما ما غاسلها الرابعة وزى ما تيجي بقى. انا زهقت انا مش مش هكمل مع الوسوسة دي. وكملت وضوئي عادي وطلعت من الحمام. مجرد ما طلعت من الحمام. لسة الفكرة موجودة - 00:46:45

ولا انت في مجرد في خلال دقيقة واحدة راحت مجرد ما دخلت الصلاة لسه الفكرة موجودة لأ بتروح فعلا انت بقى في اخر الصلاة في التشهد وبعد كده قعدت تقول لأ انا حاسس ان انا قلت اتشوط كويس. حاسس ان انا عايز اقله تاني. فقلت طب والله ما قايله تاني - 00:47:01

كفاية بقى زهقت. مش هقله تاني انا هسلم. حتى لو ما قلتوش صح بقى. انا هاسلم وخلاص رحت فعلا سلمت وقمت وسلمت على الناس ومشيت من المسجد رحت لسه الموضوع شاغل - 00:47:23

لسة عايز تعيد الصلاة؟ لسة عايز تعيد التشهد؟ لأ خلص مجرد ما عدت القمة دي راح راح ولو قعدت كل مرة تعمل كده كله هيروح. هي عبارة عن فكرة بتطلع بقوة - 00:47:39

جدا وبتبقى في بك واحدة بك واحدة قمة وتقعده تلح تلح عليك. فانت لو انت تجاهلتها اطلعي برة ما تتكلمش معي. مش مش هديك آآ عقاد نافع. والله ما هعبرك - 00:47:57

هتتكسر القمة هتتكسر ويبتدي ينزل بسرعة يروح فهي لها اعراض انسحابية الاعراض الانسحابية دي في الوسوسة ممكن تقعد دقائق وخلاص وتروح تمام بتروح منك خلاص بس بس هيجي لك واحدة تانية بقى ما هي الفكرة ما هي مش هي واحدة. انت مسلا في الضوء بيجي لك وانا بعمل شعري وانا بعمل ايدي وفي السجود وفي الركوع وفي التشهد - 00:48:10

انت هتقعد تقاوم في كله كله على كده والا مش هنخلص كل شوية تطرد الفكرة. تطرد الفكرة. تطرد الفكرة. تطرد الفكرة. تطرد الفكرة. هتكتشف فعلا ان الافكار بتروح. مجرد ما انا بتجاوزها بدقة واحدة بتروح - 00:48:36

مجرد ان انا اهملتها تماما. وما تفاعلتش معها راحت لان هو فعلا ده الحل المثالي التجاهل التام التجاهل التام. واي محاولة للتفاعل مع الوسوسة هي عملية احياء وبعث وعملية تقوية وتنمية لهذا الوسوسة وانت اللي هتتحطم نفسك بنفسك لو استجبت للوسوسة ديت - 00:48:51

فلازم انك انت تطنشها تماما تماما. وده اللي بنسميه آآ ايه؟ الية الانتهاء. اكتبوها الية الانتهاء والتجاهل كده حتى في الطب النفسي اه اه يعني خد بالك العبارة الذهبية اللي قالها النبي عليه الصلاة والسلام ديت. خدوها بقى العبارة ازاى؟ شف الكلام اللي انا قلته ده كله. النبي، عليه الصلاة والسلام، قالها في كلمة واحدة - 00:49:15

الصحابة قالوا له آآ هو بيقول عليه الصلاة والسلام يأتي الشيطان الى احدكم فيقول له من خلق كذا من خلق كذا من خلق كذا تمام سم يقول له من خلق الله - 00:49:40

ثم يقول له ايه؟ فمن خلق الله اه هنا بقى بدأت الياه بدأت الفكرة الشايطنة ليه؟ عقديا وسواسية تيجي له. فمن خلق الله؟ قال فاذا وجد ذلك فليستعذ بالله ولينتهي - 00:49:54

فليستعذ بالله ولينتهي ما قالش حاجة تتعمل ما فيش اي حاجة تتعمل غير التجاهل فقط لذلك دي من من المعجزات النبوية الكلمة دي ولينتهي دي معجزة نبوية. لان الطب النفسي بعد عشرات السنين من دراسة الوسوسة انتهوا الى كلمة واحدة - 00:50:09
كلمة واحدة قالوا دي خلاصة علاج الوسوسة. سموها صوت كوبينج يعني ايه صوت ستوبينج يعني توقف التفكير هو ده الحل الوحيد الان للي ليه بيتكلموا فيه لوسوسة غير طبعا العلاجات اللي هيضطر الواحد ياخذها كيميا عشان يوقف دماغه وحتى العلاجات اللي بياخذها الناس عند الاطباء النفسيين هي عبارة عن ايه - 00:50:31

هي بتساعده ان التفكير يقف يا اما تعملها لوحدهك او الدواء هيعملها. فالدواء مش بيعالجك. الدواء مش بيعالجك. الدواء بيوقف التفكير بس. بدليل ان المريض دوت لما بيوصل للمرحلة دي - 00:50:53

لو وقف الدواء الوسواس هترجع له فورا فمن الاول انا اعود نفسي ان انا اعمل مناعة ذاتية بالية التجاهل والتوقف بدل ما احتاج لدوا

وأفضل طول عمري اخذه صدقوني فعلا صح اسماء بتقول الكلام الكلام صعب - [00:51:06](#)

صعب التنفيذ صعب في الاول بس ده علاج مسالي. هو ده الحل يا جماعة. يعني اضرب لكم مسال. انت دلوقتي آآ الوسوسة دي يا جماعة لما تيجي لك اعتبرها زي واحد - [00:51:26](#)

آآ مجنون بيكلمك واحد مجنون بيكلمك. او انت مسلا عندكم في الشارع عندكم في ولد اهيل لا مؤاخزة وعيل عبيط عيل صغير كده عبيط. كل لما بتمشي الشارع بيغلس عليك - [00:51:42](#)

يغلس عليك وهو بقى لما حد بيعبره بيزود فيها فالناس تقول لك ببساطة ايه طنشوا ما تردش عليه ما تبصلوش هو لما حد بيعبروش بيسكت فيبشوفك بعد كده معدي في الشارع - [00:52:00](#)

ما يقعدش يغلس عليك. ليه؟ يقول لك ما هو ما بيردش علي ما بيعبرنيش. فلازم تعتبر ان الفكرة الوسواسية دي لما بتجي لك سواء وانا بتوضاً سواء وانا بغتسل سواء وانا بصلي سواء فكرة عقدية ان ده - [00:52:17](#)

الحي للبارد الرزل الغلس اللي في الشارع عندكم العبيط الصغير ده اللي هو اللي هو الحل معه انك انت اعتبره جزمة قديمة ما تعبروش وما تردش عليه وما تتفاعلش معه. يومين ثلاثة وهيزهق وهيدور على غيرك - [00:52:30](#)

فاهمين يا جماعة ولو انت رديت على العيل ده هيعمل ايه؟ هيجيب عيال الشارع كلها معه ويغلس عليك اللي هو احنا بنسميه ايه؟ ان الافكار الوسواسية بتجيب بعضها. ما هو ان ما بقى ما فيش حد بدأ بفكرة بعشرين فكرة مرة واحدة. هي - [00:52:52](#)

بدأت بفكرة ودلوقتي هي عشرة وعشرين وبعد ما كانت في الطهارة بقت في الطهارة والصلاة. وبعد ما كانت في الطهارة والصلاة دخلت في العقيدة هو ايه اللي حصل؟ اللي حصل ان الواد الرزل ده - [00:53:17](#)

لما لقي انك انت زبون لم العيال الرزلة كلها وبقى كل العيال الغلسة بتستلمك في الشارع. عشان انت زبون لكن لو كان اول عيل طنشته كان زهق منك وما جبش العيال التانيين - [00:53:29](#)

فهمت بعض الناس علشان يخفف عن نفسه يخفف عن نفسه اعراض الانسحابية ديت وده اخطر حاجة بتحصل. انتبه بقى وركز معي في الحتة دي كويس في ناس بعض الناس عشان يخفف الاعراض الانسحابية ديت اللي هي بتزعجهم اهي طبعا الموضوع الفترة دي مزعجة جدا. انت عامل زي واحد عامل زي ايه واحد قاعد يخبط على الباب - [00:53:48](#)

على الباب وانت المطلوب تصبر وما تفتحش فطول ما هو بيخبط انت متوتر دول امتي يمشي بقى صح فانت تقول طب افتح له خلاص واستريح! اه هنا دي بقى من دمار الشامل. ان مسلا تيجي لك الاعراض ديت ان انت المفروض تصبر شوية لغاية ما هو يمشي

- [00:54:17](#)

هتقول طبق طبق طب افتح له بس افتح له كده بص آآ اريحه هيفضل قاعد على الباب بقى كان قرب يمشي رحت انت عملت ايه ووردت؟ زي ايه مسلا؟ اديكم مسال. انت مسلا بتتوضا حلو؟ بعد الثالثة مسلا حسيت ايه؟ قلت طب آآ حاسس ان انا ما - [00:54:39](#)

فايه جيت ايه قلت ايه لا خلاص خلاص بعد كده فجاء لك ايه نفسك بتاكلك. تقول طب خلاص ايه المرة دي بس المرة دي بس ايه اتأكد كده المرة دي بس. غلط - [00:54:58](#)

غلط دي مش هتريحك دي هتجدد الموضوع ثاني. غلط اه طب انا حاسس ان انا كل كل صلاة كده حاسس ان انا ركعت ركعة مش ركعتين. اه زكات سجدة مش سجدين مسلا - [00:55:11](#)

اه حاسس ان انا ما قلتش تتشاوط صح فانت عايز تسلم هتسلم اهو ها هتسلم خلاص قلت هاسلم. بعد كده قلت ايه طب المرة دي بس بس عشان استريح بس مش - [00:55:29](#)

المرة دي بس عشان استريح غلط اوعى تعمل كده اوعى اوعى تفكر انك انت هتستريح لما تديها ايه نفس قلت المرة دي بس انت كده بتجيب المرة اللي جاية واللي بعديها. لازم طنش تماما - [00:55:41](#)

لازم تديها لا مؤاخزة بالجزمة هو ده الحل الوحيد تمام آآ تجيلك سؤال في دماغك في العقيدة مش قادر مش قادر. طب طب طب طب اسأل السؤال ده بس عشان استريح بس وخلاص - [00:55:59](#)

ومش هسأل ثاني غلط ما تسألش ولا مرة ولا تستجيب ولا تتفاعل ابدا ابدا تمام يا حبايبي فديت مسألة مهمة جدا. تمام؟ لا تبالي به. لا تبالي به تمام؟ طيب هيحصل ايه بقى مع تكرار الايه؟ التجاهل دوت - [00:56:13](#)

اه هيموت خد بالك اكتبوا الجملة ديت على ما ينمو الوسواس ينمو على الخوف ينمو على جدران القلق ينمو على جدران التوتر كلما خاف منه الانسان كلما توتر كلما انزعج كلما اهتم به - [00:56:38](#)

وتعاضم وتفخم فكل ما انا اقول له لا انا مش خايف منك لا انا انت ما لكش لازمة لا انا مش هسأل انا مش هعمل عارفين عايز عارف تعمل ايه - [00:57:03](#)

اسمع كلامي. والله انا بريحك يجي لك مسلا في الموضوع يقول لك انت ما توضحتش صح قل له ما لكش دعوة انا يا عم مش عايز اتوضأ صح يا عم - [00:57:16](#)

انا عايز صلاتي ما تتقبلش ما لكش فيه ما لكش فيه. انا حريا اخي انا طالبة معي اصلي من غير وضوء. لك فيه هي كده لازم تتعامل معهم. كده - [00:57:26](#)

مش تسلوب الشارع افكار كفرية يا عم ما لكش فيه. انا دماغي بايضة بس ما تقولش انا كافر يعني يا عم انا دماغي بايضة سبني انا في حالي يا عم انت مالك انا انا مؤمن انا على وضعي ده مؤمن. انا عجباني دماغي - [00:57:40](#)

وطنش ومش هسأل مش هسأل كده النبي عليه الصلاة والسلام من العلاجات اللي قالها قال ايه؟ قال فازا وجد احكمم ذلك فليقل امننت بالله ورسله. ودي هنقله في العلاجات السلوكية - [00:57:58](#)

فليقل ايه؟ امننت بالله ورسله يعني لما اقول عملت براسه دي دي ايه دي فايدتها ايه؟ وفي رواية قال فليقل الله الله ربي لا اشرك به شيئا الله الله يا ربي لا اشرك به شيئا - [00:58:13](#)

ايه الكلمة اللي انت بتقولها دي؟ اللي هي ايه؟ اللي هي بتقول له ما لكش فيه يعني وبالبلدي انصح التعبير. اللي هي بتكس الشيطان قل له ما لكش فيه - [00:58:28](#)

بيقول لك بس الافكار انت كفرت كده. امننت بالله ورسله ما لكش فيه عارف انت ايه؟ ايه؟ عارف ليه العيل السقييل ده ما لكش فيه اطلع منها امننت بالله ورسله - [00:58:38](#)

يا بس انت على فكرة انت الحركة اللي عملتها دي كفر انت اغتسل الله الله يا ربي لا اشرك به شيئا. ما لكش فيه اطلع منها يا عم انا بيني وبين ربنا. الله الله يا رب لا اشرك به شيئا. ربنا عالم بي - [00:58:53](#)

اطلع من دماغي ما توجعش دماغي عشان ما ازعلكش والله اقوم اجيب لك ستميت ركعة دلوقتي واكهربك ها هتمشي بالادب ولا اروح اجي اقرا لي ست اجزاء دلوقتي هيقول لك سلام يا باشا - [00:59:11](#)

مش هاجي هنا ثاني انت طول ما انت تدي له اهتمام هيقعد معك. عشان كده شفنا بقى بص العلاجات فليستعز بالله ولينتهي ويقول الله الله ربي لا اشرك به شيئا - [00:59:27](#)

يقول امننت بالله ورسله. شفت العلاجات ديت كلها بدأنا نفهمها واحنا بنقول كده ليه؟ ويعني ايه ولينتهي هي دي معناها ده فهمتم بنعمل كده لان هي دي مش اجابة الشبهة. واحد يقول لك طب يعني انا لما قلت امننت بالله ورسله. هو انا كده جاوبت على السؤال؟ لأ ما جاوبتش - [00:59:43](#)

دي مش اجابة دي ببساطة كبسة للشيطان دي ببساطة معناها كبسة للشيطان بتكسبه بس لان اصلا مش مطلوب الاجابة وممنوع الاجابة فهمت وعد بيه راح احيانا الحديس ده يقول لك هو طب انا لما قلت امننت بالله ورسول كده ايه اتحلت يعني؟ اه - [01:00:02](#)

خالد بيه ان انت كبست الشيطان. ان انت اه ما اهتمتش به. قلت له اطلع برة اطلع برة يا ابني انت كفرت تعال اقول لك بس انت كفرت امننت بالله ورسوله اطلع برة - [01:00:23](#)

اسمعني بس انت اصل انت الحركة اللي عملتها دي بص السؤال ده الله الله يا رب لا يشرك به اطلع برة فهمتوا فهمتوا ليه بنقول كده اعوز بالله من الشيطان الرجيم - [01:00:34](#)

ما تخشش هنا ثاني وعلى كده بقى الطهارة والصلاة ما لكش فيه انا عايز صلاتي باطلة انا يا عم ما بحب اصلي الصلاة ثلاث ركعات انت مالك ها انا انا بحب اتوضا غلط - 01:00:46

مش هعيد مش هزود عن ثلاثة مش هجيب ركعة زيادة مش هسجد السجدة الثالثة زي كل مرة يا عم انا انا حر انا بحب اصلي صلاة ناقصة انا كده انا متعود اصليها ثلاثة ما لكش فيه - 01:01:03

والله الموضوع يخلص هيدبل يدبل يدبل يدبل لغاية ما يموت يموت وهيبأس منك الشيطان ويروح يشوف زبون ثاني بقى يروح يشوف ايه؟ زبون ثاني لانيك انت خلاص دمرته فعلا دمرته فعلا - [01:01:17](#)

تمام فانت كانك بتبعث له رسالة انت حقير انت تافه. انت ليس لك قيمة. انت اخرك وسوسة. وانا مش مش زبون. ومش سازج. ومش هسترسل معك وما فيش اصلا شبهة في الاسلام قوية. وما فيش حاجة اسمها شبهة ما لهاش اجابة. كل اللي انت بتقوله ده هري. وانا مش فاضي لك - [01:01:37](#)

فهمت الكلام يا جماعة من الحاجات المهمة انك انت زي ما قلنا تهتم بالاستعازة. الانتهاء التجاهل التام والانتهاء الحقيقي. ما تطبطبش على نفسك. ما تديش لنفسك آآ مخدر وتستجيب تهاء تام. عشان كده البعض يقول لك انا انتهيت - 01:02:00

بس رجعت لي غلط يبقى انت ما انتهت انتهاء تام مش قصدي رجعت لك يعني ما هي كده هنقعد فترة اكيد. بس بس ما بتتحلش ابدا يبقى انت فشلت في التجاهل التام - 01:02:30

تجولة تام شوية هنطلع ان شاء الله ممكن احيانا الواحد يحتاج بعض الادوية في المرحلة ديت تساعد. بس الافضل يحاول يعتمد على نفسه في الاول وقل امنت بالله ورسله. وتقول الله الله ربي لا اشرك به ايه ؟ شيئا - [01:02:42](#)

خلاص بعد كده احيانا يأتي الشيطان الانسان يقول له انت الوسوسة دي بسبب انك تقرا قرآن او بسبب انك انت بتطلب العلم نتوقف عن طلب العلم ونتوقف عن قراءة القرآن. هو ده الحل. لا طبعاً - [01:03:02](#)

غلط تماما غلط. اذا جاءك بهذه الطريقة ده مش حل مش رصاصة مش جت لك عشان تقرا قرآن لان هي اصلا الوسوسة مش علمية مش جاية بسبب زي الشبهة في في مشكلة علمية وباحلها - [01:03:25](#)

هي بتيجي قفزة كده في الدماغ اقول له لا انا هقرا قرآن برضو وهطردك انت انت تمشي. مش القرآن اللي يمشي. انت تمشي يقول لك ما تطلبش علم. تقول له اه هطلب علم - [01:03:41](#)

انت تمشي وهكمل في طلب العلم تمام؟ بعض الناس بيستجيب بس استجابة ثانية يعني اهتمامه بالوسوسة بيبقى بشكل ثاني اللي هو ايه ان هو مسلا جت له الوسوسة فى الصلاة. فيقلل الصلاة - [01:03:54](#)

بيقول لك هصلي الفرض بس ما انت كده اهميت برضه انت كده برضه اهميت قاوم على قد ما تقدر انا عارف ان فيه ناس مش هيقدر يعمل اللي انا بقوله بالزبط. بس على قد ما تقدر. قاوم قاوم ارجوك - 01:04:09

انك انت حتى لو انت تركت العبادة في محاولة منك لتخفيف الوسوسة عنك. ما انت استجبت برضو. ما انت اهتميت برضه. ما انت اديته قيمة برضو هي نفس المشكلة تمام يا جماعة قاعدة اي اهتمام بالفكرة الوسواسية هو عملية تغذية للفكرة واعطائها قوة واهتمام

- 01:04:24

تمام ما تعملش كده مسال اديكم مسال على وسوسة بتحصل لنا كلنا انت انت كنت بتكوي الهدوم خلاص بعد ما كويتي الهدوم حصل ايه شلت الفيشة. فيشة المكواة رحت الحمام - 01:04:48

جالك في دماغك انا حاسة ان انا ما شلتش فيشة المكواة. كارسة فيشة المكواة. تروحي تبصي على الفيشة لا متشالة. بعد كده وانت نازلة من الشارع. قفلت الباب. وبعد كده انا لأ انا حاسس ان انا ما شلتش فيشة المكواة - [01:05:11](#)

نرجع تاني نشيل فيشة المكواة وهي متشالة اصلا ما احنا شفنائها من شوية وبعد كده قلت له طب انا عشان استريح انا هشيل المكواة كلها واحطها تحت السرير عشان آآ ابقى انا مطمئة وانا في الشارع ما يجيليش الفكرة دي ان انا ما شلتش وش المكواة احسن اسيب الكلية وفي نص المحاضرة وارجع اشوف فيشة المكواة - [01:05:28](#)

مش هنخلص هتخلصي هتعيشي في دمار. هتلاقي نفسك بتخبي المكواة وبتخبي التلاجة وبتخبي وهنعمل ايه ؟ ما هو ده اسمه ايه ؟
اسمه انا باخد اجراء. ما هي دي وسوسة برضه. بس اخف شوية - [01:05:48](#)

صح ؟ فلأ ما فيش اي تفاعل خلاص هي انا شلت فيشة المكواة. قبل ما تسيبي المكواة اطمني ادي الفيشة شلتها خلاص ما تجيلك
فكرة ما تجيلك انسى الكلام ما تفكرش فيها - [01:06:03](#)

تمام ؟ فحاجة مأساوية يعني. فانا عايز اقول ان آآ ان احيانا آآ الشيطان بيستغل الخوف دوت. فمسلا انا دلوقتي صليت العشاء خلاص
هو انا اصلا عندي وسوسة في الصلاة او في الوضوء - [01:06:18](#)

فخلاص صليت العشاء وبتاع فبالليل مسلا قلت اقوم ايه اصلي بالليل. فجاء في بالي هخش الحمام و هتوضا وهقعد نص ساعة
بتوضى برضو وهصلي وحوسوسوس في الصلاة طب انا ايه - [01:06:37](#)

انا علي من باب ايه خلاص لا اتوضأ ولا اصلي وخلاص كده احنا بندي يا جماعة مدد مدد للايه مدد للفكرة الوسواسية فاهمين بنعطي
مدد للفكرة الوسواسية آآ قبل ما اخش اصلي آآ من كتر خوفاي انا اللي عارفة اللي هيحصل في الصلاة - [01:06:51](#)

وانا مش هصلي ما هو ده مدد برضو لنفس الفكرة الوسواسية تمام قبل ما اقرأ قرآن ما عارفة اول ما هقرا الايات ما هو الخوف ده هو
اللي بيستدعي الوسوسة - [01:07:19](#)

الخوف هو نفسه هو اللي استدعي الوسوسة لان انا اصلا انا داخل مستعد اوسوس مكان لو انا داخل بقى ايه مش فارق معي انا داخل
خش اتوض في دقيقة واجري وخش صلي وشف هيجصل ايه. هتلاقي نفسك - [01:07:33](#)

الله! طب ما انا اتوضيت اهو. ما حصلش حاجة طالما انا صليت اهو ما حصلش حاجة خش على القرآن اقريبه وما فيش في بالك ان
حنا حوسوس دلوقتي واقري عادي - [01:07:51](#)

تمام خلاص طب ما حصلش حاجة. يبقى هو اصلا نبت على خوفاي نبت على توتري نبت على قلقي يبقى انا استعيز بالله امننت بالله
ورسله الله لها ربي لا اشرك به شيئا انتهي ما اخافش ما اتوترش ما اقلقش لان هو بينمو على توتري وخوفي - [01:08:03](#)

اخر حاجة تقريبا هقولها النهاردة وهي العلاج بالوساوس النافعة ان صح التعبير او ان احنا نقول بالافكار النافعة زي ما قلنا في اول
الكلام ان نفسك ان لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل - [01:08:24](#)

المخ ده عبارة عن مكنة افكار لو انت مش حاطط فيها حاجة هي هتدور على اي حاجة بقى ايه اي حاجة تدخلها والشيطان هيجي
يرمي اي افكار فتخش معك فمن الحلول ان انت دايمًا انهمك - [01:08:44](#)

في فكرة تشغلك. يعني عايزك وانت بتتوضأ بتكون بتفكر في حاجة مفيدة من كتر ما هي شاغلاك يعني اشغل نفسك بالدعوة الى الله.
اشغل نفسك بعمل اجتماعي. اشغل نفسك بتكوين علاقات جديدة. اشغل نفسك بهوايات. اشغل نفسك - [01:08:58](#)

مزكرة اشغل نفسك بطلب علم. بحيس ان انا ممكن اصلا وانا متوضي ببقى سرحان سرحان عن الوضوء نفسه. ان انا اتوضيت وما
خدتش بالي من كتر ما انا دماغي اصلا بتفكر في حاجات تانية - [01:09:14](#)

تمام انا طردت الافكار الوسواسية بان انا اصلا دماغي مش فاضية لك ومش رايقة وما فيهاش مكان للفكرة الوسواسية. فكل ما
الانسان شغل نفسه افكار نافعة كل مكان عشان كده من الحاجات المفيدة في الصلاة الخشوع تدبر القرآن يطرد الفكرة الوسواسية
تدبر - [01:09:27](#)

الحاديس تدبر السنة تدبر الوحي. ما يبقاش بتبص للوحي على انه مادة وسواسية. بتبص على انه فيه صلاح قلبك. بتسمع قصص
الانبياء بتسمع الجنة والنار مش بتفكر في في الايه في الاسئلة الغريبة لأ بدأت فعلا تتفاعل مع افكار تدبرية نافعة طردت عنك -
[01:09:48](#)

الافكار الايه ؟ الوسواسية يبقى انشغال بالايه ؟ بالوسوسة النافعة واخيرا اياك اللي عنده الموضوع ده اياك والمواقع التي تتكلم عن
الشبهات او الفيديوها التي بتكون لامعاء الشبهات او اي حاجة بتعرض شبهات - [01:10:08](#)

ان انت مش ناقص لان انت مادة خميرة اه بينمو فيها الوسوسة. فمش ناقصة فما تسمعش اي فيديو فيه شبهات. ما تسمعش تخش

اي موقع فيه شبهات. ما تقرأش اي كتاب فيه شبهات. اتعامل مع الحق بس - 01:10:30

ابعد عن الايه؟ عن شبهات اهل الباطل كلهم لغاية ما تخف مبدئيا علشان انت خميرة فدي بزور فما فيش داعي انك تعرض نفسك

للايه؟ للحنة ديت ولو مؤقتا خليك مع الحق بس اسمع الحق - 01:10:46

بس ما تخشش في الايه؟ في الايه في في الحاجات اللي هي اللي فيها شبهات اهل الباطل علشان انت عندك استعداد. يعني هو الكلام

كتير للاسف ويمكن ما اتكلمنا بس طلعلنا بالوسوسة بس ما اتكلمناش لسه في الافكار اللي هي مش وسوسة بقى الخواطر واتعامل

معها ازاي يمكن يكون لها آآ لقاء ثاني بس عموما دي نصيحة - 01:11:01

لله وللرسول لله سبحانه وتعالى. ارجو من الله ان ينفعه يوم القيامة وآآ طبعا قاصديننا من الوسام مش قصديننا من الوسوسة

المنافعية ان هي وسوسة. قصدي الافكار النافعة. يعني اشغل عقلك بالافكار النافعة. مش وسوسة يعني - 01:11:21

تمام؟ يا رب يكون الموضوع ده كان نافع واسأل الله القبول والسداد. جزاكم الله خيرا سبحانه اللهم ربنا وبحمدك اشهد ان لا اله الا

انت استغفرك واتوب اليك - 01:11:36