

الوسواس القهري | مع د. أنس ابن عوف و ياسر الحزيمي | الحلقة (٥) | وفي أنفسكم

ياسر الحزيمي

يشمل اثنين فكرة زائد فعل لو جت فكرة فقط لو استكملت الشروط يمكن ان يكون اضطراب وسوساس قهري. والغالب ان تجتمع الفكرة الوسواسية والافعال القهريه. لكن وقال ولدها خلاص انا - 00:00:00

يمه انت غلط اللي تسوينه. الوضوء هذا الكثير ما يصلح وكذا وما ادري ايش. قالت لا هذا الدين وهذا كذا. قال خلاص انا بجib الشيخ السعدي ليتنا اتفق مع الشيخ وقال تعال. ولا يدافع عن الفكرة - 00:00:15

هو اصلا كما تفضلت يعني يستسخفها تزعجه يريد ان يتخلص منها لكن لا يستطيع. بالضبط. هذا هو الاصل في قال ذاك صريح الایمان صريح الایمان هل هناك دعم نفسي اكثرا من ذلك؟ جميل اها جميل الى ان يهوي الى ان يهوي من حلق احب اليه من ان يتكلم به - 00:00:29

بسم الله الرحمن الرحيم والصلوة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى الله وصحبه اجمعين حياك الله دكتور انس. الله يحييك ويبارك فيك. الله يسلمك. اه اليوم ابو عبد الله بنتكلم عن اه - 00:00:51

الوسواس القهري ايش ممكن نسميه اسم انا اخاف اسميه سرطان العصر اصبح ابو خمت الموضوع اكثرا مما كذلك هو الامراض القوية والمزعجة لصاحبها جدا. هم من الامراض اللي يشتكي منها صاحبها - 00:01:08

واكثرا ما يتآلم منها صاحبها ولا يدرى الاخرون بمعاناته ما يدرى لانه يخفيها ولا ما تظهر عليه؟ ما تظهر. سلوكه الخارجي طبيعي تعتمل المعانة في داخلي. ولذلك انا اسميت كتابي عليه معانة صامته واقتصر معانة مريض الوسوس - 00:01:30

وش وش فكرة ما هو المرض هذا طيب آآ الوسوس القهري هو عبارة عن افكار وسواسية وافعال قهريه. يعني من اسمه وسوس قهريه افكار وسواسية وافعال قهريه لكن بطريقة معينة يعني اه - 00:01:53

تسبب ازعاج وازعاج شديد للشخص تؤثر على حياته اليومية والا اه كل انسان قد يمر عليه شيء من الوسوس آآ يردد شيئا آآ يهتم بفكرة اكثرا مما هو معتاد تمر عليه مروره لكن اذا ما سبب ازعاج له - 00:02:10

اه ولم تضيع من وقته آآ بصورة كبيرة لا يعني لا يدخل في اطار المرض اذا هي افكاره سواسية وافعال قهريه افكار متكررة يعني يسبب ازعاج للشخص وتؤثر على اه حياته. سبحان الله! حتى في اللغة - 00:02:30

الاسم اذا كان الحرف الاول والثاني تكرر مرتين. اه يدل المبني على تكرر المعنى. سبحان هذا يدل على التكرار مثل زل زل ما في زلزال يجي بوحده بس. نعم. ايه. جل جل. مم. في تكرار - 00:02:49

الوسواس اولا هو شيء فيه تكرار نعم طيب هذا الوسوس يكون شيء عقلي او فكرة تترجم على هيئة فعل قهري ايش معنى قهري يعني رغمما عن ارادة الشخص هو يحس انه مجب اه يفعل ذلك لا يفعله بكامل اختياره - 00:03:07

وهذا يدخلنا في الاعراض لانه هي الاعراض الوسواسية والفعل القهري تفصيل ووصف الفكرة وصف الفعل يعني مثلا الفكرة الوسواسية هي اما انها فكرة احنا بنسميهها فكرة لا تختص بالتفكير لكن قد تكون فكرة مجردة او قد تكون اندفاع - 00:03:29 الدفاع نحو شيء لا يعني بالاندفاع الحركة المبالغة الدافع يعني يحس الانسان انه يريد ان يفعل ذلك وما فعله لكن عنده دافع قوي آآ ان يفعل شيئا ويقاومه مثلا - 00:03:53

مثلا احساسه بأنه يريد ان يرمي نفسه في الطريق ايش يسمى هذى الفكرة هذا يسمى اندفاع او دافع يعني بالمصطلح الغربي لكنه دافع او اندفاع آآ يعني يصنف مع الفكرة لانه مجرد خاطرة - [00:04:13](#)

ليس عملا هو لن يجري بنفسه جاءت عرضا مستر سل معها عادية هذى تظل لكن اذا تكررت هذه تظل نمط الوسواس لكن لا تعتبر اضطراب الا اذا كانت متكررة ومزعجة ومخيفة بالشروط التي ساذكرها. طب ما - [00:04:34](#)

شو الفرق اجل بين الوسواس؟ الفكرة الوسواسية والظلالية الفكرة الظلالية. اه الفرق اه كبير وفي نفس الوقت يشتبه على بعض الناس الفكرة الظلالية هي فكرة متजذرة متأصلة يعتقد المريض فيها اعتقادا جازما - [00:04:52](#)

اعتقد في صحتها مثلا مريض يعتقد انهنبي مرسل لا يقبل جذر في ذلك اطلاقا حقيقة عنده لا تقبل المراء ولا الجدل. هذى فكرة ضلالية ولها انواع واشكال الفكرة الوسواسية هي فكرة تخطر على المريض وهو غير مقنع بصحتها بل بالعكس - [00:05:10](#)

يراهما السميجة وتأفههه ويستغرب احيانا لماذا انا افکر فيه اصلا طيب لماذا لا تزيلا من عقلك لا يستطيع انها فكرة ملحة متكررة افرض نفسه متطفلة يعبر عنها احيانا ببيانات متطفلة - [00:05:34](#)

اه مزعجة انه لم يستدعي هذا نفسه لكن يحاول طردها فلا يستطيع فتعود مرة اخرى هذا اه ما يتعلق بالفكرة الاساسية. اذا هي فكرة اه خاطرة او اندفاع او احيانا صورة - [00:05:54](#)

صورة يخطر على ذهنه صفت مع الفكرة الوسواسية لانها ليست فعلا. هي مجرد طيب هل يراها فعلا يعني لو رأها لعدت من قبيل الالاوس البصرية. لكن هو لا يراها هو تخطر الصورة في ذهنه - [00:06:11](#)

اهى اه الفكرة الفكر الوسواسية اذا هي مزعجة وملحة متكررة ومستمرة اه ومتطفلة حاول آآ ازاحتها من الذهن لكن لا يستطيع هذا ما يتعلق بالفكرة. الجانب الثاني القهري اللي هو الفعل القهري - [00:06:29](#)

قد يكون فعل عقلي اه او فعل اه جسدي الفعل الجسدي هو المعروف الحركة. مهم. اه الغسيل يغسل يده عدة مرات هذا فعل قهري. تكرار اغلاق الباب. التأكد من انه مغلق - [00:06:47](#)

اه فعل قهري. طيب اه في الفعل القهري جسدي. طيب الفعل الذهني العد مثلا هناك مربعات في الجدار ونقوش يعد واحد اثنين ثلاثة ليس هناك هدف لكن كأنما هو مجر - [00:07:05](#)

على ان يعد آآ احيانا تكرار كلمات في ذهني من غير ان ينطقها كررها في ذهن كلمات معينة يحس كأنه مجر على ذلك يعني طيب او طقوس بعض الناس مثلا - [00:07:25](#)

اه عنده طقوس معينة قبل ان يفتح الباب يحس انه لابد ان يلمس مثلا اعلى المنطقة التي تعلو المقبض ثم يلمس المنطقة التي وحدة فوق وحدة او ثلاثة فوق اثنين دحين المهم ايا كانت طقوس - [00:07:44](#)

هو نفسه مؤمن بتفاهمه ذلك الفعل لكن يحس كان مجر اذا لم يفعل ذلك يحس بقلق هذى اه اه هذا فعل قهري من جسدي او عقلي ذهني او آآ طقوس معينة لابد ان تتم بهذه الطريقة والا - [00:08:01](#)

عاني من القلق شديد طيب الوسواس لابد آآ يشمل اثنين فكرة زائد فعل لو جت فكرة فقط استكملت الشروط يمكن ان يكون اضطراب وسواس قهري. والغالب ان تجتمع الفكرة الوسواسية والافعال القهريه. لكن اذا كان واحد فيهم فقط - [00:08:22](#)

بالشروط المعروفة للتشخيص انها تستهلك الزمان. وانها تكون مزعجة وانها ملحة وانه وانه تؤثر على حياة الانسان فهو وسواس قهري له انواع يا دكتور؟ نعم انواع مرتبطة بمحتوى الفكرة او - [00:08:42](#)

اه المحتوى العمل الفعل القهري يعني مثلا الافكار الوسواسية من اشهرها فكرة اه التلوث والبعافة هي فكرة سواء قلت فكرة النظافة وفكرة التلوث هي نفس الشيء انه آآ ان يده متتسخة. ان ملابسه متتسخة - [00:08:58](#)

عن كذا آآ ايا كان اي فكرة مرتبطة بالنظافة او التلوث او آآ انه معقم غير معقم اه فهذه هذى واحدة. طبعا قد ترتبط بفعل قهري وهو الغسيل والتنظيف والتكرار فيها ايه والتكرار في هذا - [00:09:17](#)

يعني هذا فعل قهري انه يغسل يعني مثلا انسان يخطر بيده انه ان يده متتسخة وهي نظيفة لكن لا يستطيع ان يغادر الفكرة. اريح

نفسي المغسلة قريبة اغسل يدي وترجع الفكرة مرة اخرى ثم يرجع يغسل يده هكذا - 00:09:43

اه يصبح في دوامة. بعض الافكار مرتبطة بافعال قهرية وبعضاها لا نمشي في الامثلة مثلا عندك آآ فكرة وسوسية فكرة التماطل تماطل اه انه لابد يكون هذا مماثل لهذا - 00:10:01

اليمين ما في اليسار طولا او عرضا او شكل او لونا يعني مثلا على الطاولة وهناك اه هنا في ثلاث اقلام هنا قلم واحد يأخذ واحد من هنا جنب بعض يحطوا الجنب الثاني عصير اثنين وهي اثنين. مم - 00:10:24

او الصف ما يتقدم واحد من الاقلام على آآ الاخرين يعني هي او مرمية زي ما يكون عادة المكاتب اربع خمس مرمية غير نظام لا لازم احيانا اشوف بعضهم الله يشفينا واياهم يا رب العالمين. الزيتون مثلا - 00:10:40

يصف الزيتون. هم. احيانا يصف التمر. مثلا. احيانا يصف العدس يعني يصل مرحلة انه لا ييفي التماطل في في كل شيء. نعم. يعني هذا مشكلة يعتبر نرجع مرة اخرى اذا كان معيق واذا كان معيق في بعض الناس اه ما يحب الفوضى بس بالنظام. وهذا شيء طيب النظام - 00:10:59

لكن اذا كان مثلا نظام في ما لا يستدعي نظام مثلا يعني زي ما قلت اه الزيتون في صحن يعني سبؤكل سواء كان يعني مرصوص او كذا. طيب هذا فعل اه ليس له مبرر لكن هل يستطيع ان يمنع نفسه - 00:11:22

ولا يستطيع اذا يستطيع خلاص يعني مثلا الان قد تجد تجلس في مجلس ستكون امامك لوحة جميلة اه غالبية ذا ثمان لوحة اه فيها ما فيها من العظم والابداع. لكنها - 00:11:40

قليلة. ايه اللي باللي ينص اي انسان يحس ان يعني هناك رغبة اني امشي اعدل اللوحة طيب آآ حسب الموقف ان كنت في بيتك طبعا ستعدل. امر بسيط وايه. فاذا كنت في بيت شخص قريب لك يعني - 00:11:56

لكن كنت في دائرة حكومية مصلحة ومناسبة عامة انت احد يعني احد المدعوين التعديل يحتاج الى جهد وكلفة يعني تقدر يعني موضوع فاذا يختلف حسب الموقف آآ احيانا لا يستطيع ان يصبر يمنع نفسه من التعديل - 00:12:16

هذا الاشياء فهذا يعني قد يدخل في من الاعراض اه وسوس الشك. انواع. احنا اه نعمل انواع جزار الله خير الأنواع. قلنا التلوث والنظافة الثاني التماطل. ايوا. الثالث. الشك. الوسوس الشك - 00:12:40

هو يشك في ان الشيء انجز او لم ينسى ينجز. سكرت الباب ما سكرت الباب. الفرن سكرته ولا ما سكرت؟ الغاز سويت انا سويت. في اه هل انجزها او لا؟ اي شك الجوال في الجيب او لا؟ الان هذى حركة شائعة طبعا. هم - 00:12:59

ولا تعد بمفردها اضطرابا لكن هي من نفس جنس الشك يعني انا كثير من الناس يدخل يده في جيبيه ويتأكد او يحط يده على جيبيه ويتأكد انه الجوال موجود او لا صح - 00:13:19

آآ الورقة الفلانية الكذا وكل ما زادت اهمية الشيء كل ما زاد التأكد منه ذكرت هذا المثال فقط لفهم الطبيعة. لكن ليس بالضرورة كل من يتتأكد من الجوال اه عنده عالمة عالمة من علامات الوسوس - 00:13:29

اه الشك يستدعي فعل قهري وهو التأكد للتأكد سواء الامثلة التي ذكرناها الغاز الباب الكذا او التأكد ربما من حتى الغسيل نفسه قد يكون نوع من التأكد لا هو لا يغسل مثلا اه العضو لانه - 00:13:47

ان لديه شك في الطهارة او لانه عنده وسوس او تلوث لا. لانه شك في العدد الاعادة في الوضوء مثلا كنيسة من قبيل اه النظافة. قبيل الشك لكن فعل - 00:14:10

فعل التأكد هو انه طيب يا اخي ما دام انا شكيت انه اثنين او ثلاثة مضمضة خليها ازيد وحدة تصير اكيد واياضا خالف ايضا لانه زاد يعني قد يزيل عن ثلاثة - 00:14:30

آآ يؤكد ليزول شك ليزول عنده الشك ومع ذلك قد لا يزول طبعا. هم. قد اذى بل احيانا اه التأكيد على الشيء يكون اه مثلا في الكتابة يكتب آآ يكتب كلمة - 00:14:44

اه يعني شوف الحرف كأنها ما بعض الناس يعبر عن الحرف اكثر من مرة قد يكون من باب التأكيد من ايضا القبيلة الوسوسه ويجي

بعدين يلاقي مثلا حبر على الواو - 00:15:06

طيب صارت اثقل من السين كمل عالسين. كمل عالسين. بعدين ارجع للالف. وهكذا. واصبح يتنقل به الاحرف تلاقي الكلمة نفسها كلها صارت معبّر عليها اكتر من فيدخل في ايضا وسوسان التمايل - 00:15:24

اه اذن اه قد يكون الانسان الواحد اكتر من نمط او اكتر من نوع من انواع الوسوس ايضا من الافكار الوسوسية هناك افكار جنسية هذى من الانواع ايضا هي انواع - 00:15:39

انواع الافكار يعني ماشي يا دكتور اللي يعيid الصلاة يعيid الوضوء. نعم. اللي يعيid اغلاق الباب هذه الاشياء من جنس واحد اللي هو وسوسان الشك. الشك الشك جانب جانب الفكرة. هم. الاعادة نفسها فعل. هم. فهو نوع من التأكيد او التأكيد. اذا ثلات تاءات عندنا التاء الاولى هي التلوث - 00:15:54

الثانية هي التمايل. التاء الثالث هي التأكيد اه جميل يعني هو كدا شف ان رابعته تكفى لكن خلني معاليك الاولى والثانية افكار والثالثة افعال ايه صح صح انت فعل ايه لكن جميل عشان بس نستوعبها جميل طيب الرابعة آآ الافكار الجنسية - 00:16:17

الجنسية تشكك التشكيك ممتاز. طيب الجنسية كيف حتجيب الفكرة ايه. طيب تخطر على باله فكرة جنسية الفرق بينه وبين الآخر الذي تخطر على باله الفكرة الجنسية من باب التردد واضح هذا يتلذذ وهذا يتعدب - 00:16:41

يعني اه هي خطرت في باله الفكرة الجنسية في غير مناسبة اصلا ولا هو قاعد عشان ولا استثير ولا ما فاضي الكلام زي يعني قاعد في تخيل في يقول اختبار مثلا امتحان ايوه - 00:17:03

مفترضا هو الممتحن هو الطالب الممتحن في اشد حالات القلق عنده وابعد ما يكون تفكير تخطف فكرة جنسية مثلا متكررة قد تكون الفكرة آآ فكرة مجردة او زي ما قلنا اندفاع - 00:17:20

هذا لو قمت ففعلت كذا كذا مع هذا الشخصية الفلانية غصبا عنه ليس معنى ذلك ان هو مسرف للخيالات الجنسية او التعاطي مع لا. المستقدر لها اصلا يعني ما ولا على باله فجأة تخطأ مثلا - 00:17:39

اه طبعا مزعجة احنا في ايش هو من نفس المجموعة افكار متعلقة بالعنف يعني مثلا اه اذكر واحد اه اعرفه شخصيا موظف استقبال في منظمة شكي لي انه عنده فكرة - 00:18:00

اه كلما جاء اه شخص مهم يمر استقبال تخطر على ذهنه فكرة انه يعني يضرره ايوه يعني هي فكرة مع اندفاع يعني يخاف من يحس انه كان في حيضر. مم - 00:18:30

في حين انه ليس يعني ما بيني وبين الشخص هذا شيء ولا عنده شعور سلبي تجاهه ولا ربما ما كان في سابق معرفة اصلا اه يفكر يعني فكرة انا حضر او ماذا لو ضربته - 00:18:52

تخيل نفسه يضرب يعني في هذه في هذا النطاق الفكرة الى ان آآ جاء مدير المنظمة نفسها فطرت في ذهن هذا الشخص يضرره يضرره بخطورة الفكرة. ايه. اه هذا يعني فكرة وسوسية - 00:19:07

او فكرة ما اقتربن بها اي فعل هو يخاف احيانا من التمايل دكتور ما ادري هذا صح ولا غلط يصنف هذا الفكرة والوسوسية ولا لا واحد ماشي في السوق ولا في اي مكان - 00:19:25

ييفي يجييك عقلك احيانا يقول اه البلاطة هذى مع البلاطة هذى طيب احيانا يعني يمشي الواحد فيها السامة لكن احيانا لا تكون فكرة غصب انك تتمايل في الخطى في البلاط في هذى من من - 00:19:43

اه يعني ديس الوسوس. والفعل نفسه من جنس الفعل القهري. لكن اه الذي يفرق بين مرضي وغيره المرضي انه هل انت تعلمها يعني اه استمتعنا تلذذ تسلية. اي تسلية. اه. ولا غصبا عنك. اي جميل - 00:20:05

تسلية كثير من الناس يعني اذا اجلس في اي مكان في ممشى ولا كذا واراقب. ايه. حتلاقي كل الناس بيتابعوا البلاط. يتحاشى ان يضع على الخط بالبلاطات. ايه. نحط فوق منتصف اي فعلا يعني كثيرة شائعة جدا - 00:20:22

لكنه لو اراد ان يمنع نفسه استطاع. استطاع. هذا فعل عادي. هم. هذا مزاجه. في ناس يعني ان يلعب باي حاجة يعني

يشغل نفسه او يقضى فراغ او - 00:20:38

هذا بيبي وبين نفس لكن اذا كان عاجز عن يوقف ويشعر بقلق شديد لو منع نفسه هنا نتكلم عن امر غير طبيعي طيب اين الوسوس اه العقدي تجاه الاشياء العقدية من خلق الله وهل كذا؟ هل يدخل في الشك - 00:20:50

آآ يدخل في الشك آآ جزئيا بعضه يدخل في الشك مثلا الشك في وجود الخالق مثلا هذا لا يتبعه فعل قهري الغالب لكن فعل عقلي ممكن تحليل لكن هي فكرة وسواسية. ايه - 00:21:09

هل قال الله سبحانه وتعالى موجود او ليس موجود اركبها اركبها التكرار للفكرة نفسها هو اه وسوس ليس لك فيه عقاب لكن هناك فعل اه فكرة ملحة يطردها فترجع يعني يحاول ان يتغلب عليها فتوجد - 00:21:25

اه قد آآ انا اذكر واحد وكثير مثله لكن هذا اتصل علي في اول يوم اخذ رقمي سامح الله من اعطاء الرقم يصل عليه اربعين مرة. ايه. في يوم واحد - 00:21:42

كلها يا دكتور انا كفرت طبعا استفنت احدهم واخيرا دله على انه يرجع الى عرف الشيخ انه مريض المهم يا دكتور انا كفرت اه طيب الفكرة في في ذات الله عز وجل - 00:21:58

طيب آآ يعني اشرح لهن هذا وسوس وكذا وكذا تأخذ علاج المهم الكلام قد يهدى لثواني او لدقائق يكفي الخط يرجع يتصل مرة ثانية اه وقد يقول ان انا اغسلت اغسل اه الدخول في الاسلام - 00:22:18

اه اذكر هذا يعني ربما يغسل اربع خمس ست مرات في اليوم الواحد يعلن دخوله في اقتنع انه كفر يعني طيب بعضهم آآ اه تخطر عليه على بال الفكرة في في ذات الله - 00:22:38

يعني يعرف انه ينبغي ان يتتجاهل الفكرة يتتجاهلها اه فكرة انه كفر مثلا الفكرة يخطر له انه بتتجاهله هذا تجاهل امرا مهما في العقيدة يا الله اصبح الحل في اصل العقيدة فكر بتتجاهله - 00:22:55

يعني اه شي لا نهائي ما في نهائي ما في حل. يعني مثل هذه الوسوس اذا ما دام انها مرضية حلها الدواء. الدواء حبوب لو صرفت معه الى النفح في الصور - 00:23:22

مع مجرد كلام ما يكفي. يا خي انا لاحظت شي في مريض الوسوس الله يشفيهم يا رب العالمين. امين غير المرض الامراض الاخرى. نعم قارئ جيد في مرضه يعني تجي شي مثلا تتناقشه في وجود الله. اوه اوه اوه - 00:23:37

يعني تتكلم معاه يقول انا عارف ذا الكلام. نعم. غيره عندك شي ثاني انا عارف ذا. وعارف ومنزعج ترى. انا عارف يقول له ترى كذا عارف احيانا تقف ما تدري ايش تسوى لها يعني. صح لانه قد يكون اعرف منك. ايه. قرأ اكثرا مما قرأت يعني هو الذي يحس بالحاج المسألة. وسمع منك ومن غيرك - 00:23:56

نصائح وملة سماع النصائح لانه ليس في المرحلة التي يسمع فيها يحتاج فيها لنصيحة مجردة خلل معين يحتاج لتصحيح داخلي. وبين الخل يكون يا دكتور؟ يعني اعطيك مثال بسيط. هم. في الوسوس الشك - 00:24:16

بعض الذين يصلون ما يدرى كم صلى نعم فيبدها يعيid احيانا اه الله اكبر بيغى لان السميع الله اكبر همزة قطع احيانا من اجل ان يتتأكد يجرح حلقة يعني عشان يتتأكد ان الهمزة خرجت - 00:24:33

اذا المسألة هناك يريد يريد شيئا حسيا يقنعه في هذا الظن الذي يشعر به. والدليل على كلامه على الاقل انه حتى في مسألة كم صل من ركعة انه يحط اربعة اقلام - 00:24:57

الركعة الاولى هو لا يثق بذاكرته ربما انما يثق انه خلاص هذى اربعة اقلام فمعناها اربع اربع ركعات الوضوء انا رأيت من يضع اه يعني بودرة الى هنا بودرة. هم. الى هنا بودرة. فيتوضأ. فان رأى حدود الماء هنا - 00:25:13

انه توضأ لاحظ ان المؤثر خارجي كله. المؤكد خارجي. نعم. احيانا يعني اه ينتدب احد زوجته يراقبه ويقول له ترى الركعة الاولى ترى الركعة الثانية الركعة او يصلى بها احد او كذا او كذا. نعم. هو لماذا لا يثق بدخلاته؟ بل ربما لا يثق حتى بالآخر. من يراقبه -

00:25:33

بالأقلام يعني لو كان موضوع البويرة والأقلام يفي بالغرض لانتهت المشكلة. مم. لكن احيانا حتى هذا اللي يضع الأقلام ربما يقول آآ هذا القلم الرابع ربما سقط مني مثلا. ايه. ما وضعته - [00:25:56](#)

يشك ايضا لأن هذه الامر لا تنهي المعاناة المشكلة ليست في ذاكرتي ولا المشكلة في قناعته المشكلة في شيء اخر الشك في كل شيء يعني مثلا ما دام هو دخل في وسوس الشك - [00:26:11](#)

سيشك في كل شيء. شيء سيشك في كلامك يعني حتى انا لما يعني اعطي النصيحة اه انا لا اعطيها لانه اعرف الوسوس لا ليس لاني يعني اه اعتقاد ان النصيحة كافية لا هو - [00:26:26](#)

لا نعرف انه على علاج هو على علاج. فالنصيحة اتت فوقي مع العلاج. مهم مع ذلك يرجع يسألك مرة اخرى اه في كلامك لانه ممكن يشك بفهمه لكلامك وبعدين يرجع شرحت له فيرجع يسأل مرة اخرى لانه جزئية اخرى زادت يعني - [00:26:41](#)

لا يوجد نهاية الا ان تحل المشكلة الداخلية الكيميائية التي في الجهاز العصبي. اللي من جهة في العلاج بييجيها في العلاج. طيب تفضل. خلف النواقل يعني في الاسباب كذلك ممكن طيب شو الفرق بينها وبين الشخصية الشكاكة - [00:27:05](#)

نعم الشخصية الشكاكة اه عندنا حاجتين شخصية شكاكة والشخصية الوسواسية آآ اذا تتكلم عن الشخصية الشكاكة آآ تشك في ان مثلا انه يراد بها شر هناك من يخطط الاخرين يعني - [00:27:27](#)

آآ يغارون منه او كذا اه هو اقرب اولا الموضوع واحد ولا شك لا في وضوء ولا في صلاة ولا في كذا الموضوع في انه يتهم الاخرين اه تدبر المكائد له - [00:27:48](#)

فهذا هو نوع الشك الذي عنده اه وفي نفس الوقت هو لا يؤمن بتفاهة الفكرة او بخطأها. وعند ممكن يدلل له. مم. لم تصل لمرحلة اليقين والا اصبح مرض او فصامك - [00:28:04](#)

لكنها اقرب يعني شيء غالباً ظن غالباً خلاف مريض الوسوس اه غير مقتبناً. بالمناسبة الذي يحط ارض اقلاب غير متأكد بأنه الصلاة ناقصة غير متأكد من أنها كاملة هو بين بين - [00:28:21](#)

اذا اهمل الموضوع زاد عنده اه القلق الذي يدفعهم لذلك ليس يعني الشك بمعنى انه لا اعرف يدفعهم لذلك ان تجاهل الفكرة يؤدي الى قلق لازم يمشي مع الفكرة. هم - [00:28:40](#)

وقل ذلك في كل انواع الافكار الوسواسية والافعال في اشياء سبحانه الله من من افكار وسواسية يعني يعني اقل يعني ذكرها عند الناس اللي هي الحاجة السؤال حاجة للسؤال آآ ويستجيب لها بفعل قهر انه يسأل - [00:28:57](#)

طيب انت قلت كلاما قد يكون واضح فهم لكن عنده احتياج انه يسأل يسألك لا اه يعني نقصا في فهمي ارتاح اذا سألك. السؤال من اجل السؤال فقط سؤال مجلس سؤال. مم - [00:29:23](#)

التدريس قد تلاحظ هذا الطالب دايما يسأل قد يكون يعرف الجواب حتى. هم. لكن يسأل. طبعاً فيهم الطلاب من يسأل لكي يظهر. هم. ولكي تعرفه وانت كمدرس وهذا طالب. لكن في من يسأل لغرض - [00:29:40](#)

ارتاح هذى اه هذى ناحية وسواسية في اه ايضا مثلا اه وسوس تجنب الواقع في الخطأ الصحيح ان الانسان ما ما يقع في اخطاء مثلا ويتفادى الاخطاء صحيحة؟ مهم. هذا عادي - [00:29:54](#)

لكن في شخص موسوس بفكرة الواقع في الخطأ. يعني يحذر الاخطاء لدرجة الوسوسة هذا وش نصفه؟ اه من اي الانواع؟ الانواع هذا نوع الوسوس تجنب الواقع في الخطأ. كذا اسمه كذا اسمه كذا نعم. يعني اه اه - [00:30:13](#)

انا لاحظت تقييد بالنظام تقييد بالنظام جيد لكن ان يصل القهرية المؤذية بمعنى انه في اشياء من التقييد بالنظام حتى النظام لا يجر عليهها يعني مثلا اه لنفترض انه وضع نظام معين - [00:30:31](#)

لمراعاة لكتذا كذا في ظرف معين لا يحتاج الامر لهذا وواضع النظام لا يعني هذه الجزئية وهذه الحالة فيلتزم بها حتى في هذه الحالة. مهم. التزم التزام صارم اصل اكتر مما ينبغي - [00:30:51](#)

ربما هذا لا يشتكى منه الناس غالباً لانه في الغالب يعني يمشي يعني آآ قد يعده شيء حميد يعني لاحظت يا دكتور ان الناس اللي تربى

ابناءها على طلب الكمال او هي عندها طلب كمال عالي - 00:31:08

مع مع الحوارات اكتشفت انه مر به وسوس قهري مم او هو معرض للوسوس القهري؟ ايش علاقة طلب الكمال بالوسوس الخهري؟ جميل هذا اجيبيه واستدعي سؤال انا ما اكملت اجابته ايضا في شخصية شكاكة انا ذكرتها اللي هي يعني يشك الناس حوله شخصية وسوسية - 00:31:24

شخصية وسوسية هي التي تنسد الكمال يعني هذا السؤال متصل بذلك اه مع تكون الشخصية تنشأ عند الانسان آن نزعة طلب الكمال والكمال الذي يقصده هنا المثالية جمال غير الواقع شيء غير غير واقع وشي غير - 00:31:48

اكثر مما يعني غير معهود غير مدرك بالضبط يعني الانسان بطبيعته ان يحصل كذا وينقص كذا ويزيد كذا ليطلب ان يوقع الاشياء بالضبط يتبع ويتعجب من حوله - 00:32:12

اه هذه اه يعني فيها شبه من الوسوس لكن تختلف عن الوسوس انها تبدأ من تكون الشخصية وتستمر الى نهاية الحياة ما لم يخضع للانسان لبرنامج ما علاج. اما الوسوس القهري - 00:32:29

فله نقطة بداية مثلا آن يأتي شخص افترض انه في في الاربعين من العمر اه يشتكي من او خلينا نقول في عمر ثلاثين سنة يشتكي انه منذ خمس سنوات او سبع سنوات - 00:32:45

بدأ عنده اعراض التأكد من الابواب اعادة الوضع بشدة كذا كذا من عمر خمسة وعشرين تقريباً مثلاً خمس سنوات سابقة طيب فتسأل عما قبل ذلك فتكتشف انه منذ نشأته كان يتطلب الكمال يعني يريد ان يأتي مثلاً - 00:33:02

آن شيء مكتمل الشيء يعني على ما يعني اه مثالي وهكذا اذن اكمال الشخصية هناك نزعة نحو المثالية والكمال في لحظة ما حدث اعراض الوسوس القهري. يعني هذى الشخصية المثالية - 00:33:27

تلحق استعداداً ممكناً. هم. للاصابة بالوسوس القهري لما اقول مثالية قد قد ربما المستمع يحس اننا نمدحها ها لكن لا احنا نذمها لأن المثالية يعني قد لا تكون كما ذكرت مدركة. هم. يعني يكون ممكناً. هم. بل بالعكس اه صعوبة. المثالية في ماذا؟ مثلاً - 00:33:47

لنفترض انه آن مم لديه كاسماء شرب نصفه وثلاث ارباعه مثلاً اكتفى الشخصية الوسوسية ربما اه لا يرتاح الا اذا اكمل الكأس مثلاً ربما في الماء يعني لا ادري يعني قد تختلف تصنيفات هل الماء يعني هل يمكنه اكمل ولا ما يمكن؟ ايوه يعني مثلاً هل من حفاظ على النعمة مثلاً؟ لكن - 00:34:11

اه او قارورة الماء هذى اذا بقي فيها قليل الغالب ان غالب الناس انواع ما ينظر اليه يعني هو عادي يعني ممكناً يضعها في الشجرة ولا مثلاً ما يهتم ولا يخطر في بالي اصلاً لا - 00:34:47

الى اخر قطرة الدافع عنده ليس الحفاظ على النعمة لا. اه ليس الحفاظ على النعمة. لا يخطر حتى لا يخطر في بالي. مم. انه لأ لازم اه يعني الصحيح انها تفرغ - 00:35:02

اشربها كاملة. مم. بعد ما اشتريت مثلاً اقول خمس مئة مل اشربه كامل. الكتاب لازم اقرأه كله. مثلاً. الاختبار لازم اخذ مئة في المئة مثلاً. ممكناً. وهذى قد اه قد اه تكون ثمرتها - 00:35:19

ايجابية ايجابية من ناحية الدرجة لكنه قد يهلك نفسه اذا ادى نفسه نعم نقول له واسوأ من ذلك يقرأ الكتاب من الغلاف الى الغلاف يعني ذلك الفهرس الفه فلان اسماء المؤلفين وطبع وكذا وكذا لكنه لا اه لا يركز على المهم الطالب - 00:35:35

الطريقة الذكية في ترکز على المهم. نعم. الاكثر اهمية وتعطي كل ذي حق حقه قد يقرأ الكتاب من الجلدة لكن لا ينجح في الاختبار. مم. الهدف المرور على المعرفة لازم يخلص كل الكتاب - 00:35:55

ومع ذلك قد لا ينجح ومر منا من يقرأ كتاب كامل ولا ينجح وفي المقابل في فصله من قرأ اشياء معينة ونجح وتفوق كذلك الشيطان آن الوسوس الشيطان الشيطان الوسوس المقصود به هو نفسه في علم النفس او في الطب النفسي؟ لا - 00:36:09

وهذا يخلق نفسه الشيطان اذا وسوس للشيطان شيء طبعاً النفس جاء من اشتباه الكلمات وسوس الشيطان وهذا وسوس لكن هذا الشيء وهذا شيء. وسوس الشيطان لعله اقرب ما ما نقول انه وسوس خناس كما وصفه الله سبحانه وتعالى وسوس خناس

هذا وسوسان قهري وقهري عكس خناس. بمعنى الناس يهربوا يقهر انه ليس له سلطان اذا هو وسوسان خناس بالاستعاذه يهرب يخنس
يخنس الاستاذ القهري يبقى بعد الاستعاذه يبقى هكذا اراد الله - 00:36:51

يعني انه مرض التأخير الكيميائي يبقى حتى بعد الاستعاذه هذا شيء وهذا شيء يعني ربما بعض الاطباء النفسيين الان يرى انه بالنسبة
للسواس القهري غير مناسب لانه يشبه كلمة اخرى دارجة عند الناس - 00:37:13

وتحاشيا للبس نغيرها الى التسلط داء التسلط لا ليست مشتهرة اجتهاد من بعض الاطباء في المجال. لكن ما اشتهرت ومن الصعب
تغيير كلمات مشتهرة مرت على لكن السبب الذي دعاه لتفجير محاولة تغيير الاسم - 00:37:36

اوه انه اشتبه باسم اخر في سبق السيف العدل. اوه يعني احد يعني المصاين بالسواس والذين تعافوا. هم اوه قال لي شوف
السواس اذا تستضيف احد او تتكلم عنه لا تضربون امثلة - 00:37:59

قلت له ليش ؟ قال ترى انت ممكن تضرب مثال على شخص اوه في شخص عنده نفس الفكرة لكن هذا اوغل فيها فيقول انا لما اكون
اسمع اقول والله هذا الصح. اوه. يعني مثلا انه مثلا نقول واحد يصط الباب او يفتحه اوه عشرين مرة - 00:38:20

اوه مثتين مرة هو يقول اوه مثتين. انا خمس مرات فممكن يسوبيها. صحيح. فقال لا تذكرون امثلة وهكذا. هل ممكن فعلا انت تريد ان
ان تخفف عليه او تضرب له امثلة او تهديه انك ممكن تمنحه وتلقنه سلوك آآ - 00:38:37

اكثر قد يحدث ذلك. مم. لكنه ليس قاعدة ثم انه قد يجد ما يعني ما يلقنه في كهذا من مكان اخر يعني. ولا يستمع لك انت فقط يعني
قد يسمع - 00:38:57

قد يرى في الواقع اشياء وقد آآ يدفعه الذي دفعه للعادة خمسة قد يدفعه للعادة خمسين ومئة وقد يكون يعيد عدد اقل من المرات
لكنه اوه منزعج بقدر قريب من ذلك ابو مثتين - 00:39:11

في النهاية ليست اوه يعني ليست بذلك الضرر ذكر الامثلة بل في النهاية المصلحة المرجوة من من كلام على وسوسان وتفصيله هي اكبر
من اكبر من المفسدة المtóهمة. هم. بالنسبة انا اوه كثيرا ما اتحدث عن الوسوس - 00:39:30

سواء في محاضرة في في جامعة او في في محاضرة عامة اجد من الحاضرين من يكتشف لاول مرة ان الذي يعني منه هو
السواس القارئ ما كان يدرى. ما كان يدرى ولذلك نسميتها معاناة صامتة - 00:39:50

يكتشف ان هذا مرض وهو معروف يعني الاكتئاب مثلا كمثال اكثرا ناس يعرفه يعرف المصايب يعرف انه عنده اكتئاب يعرفون لكن
السواس القهري اشكاله متعددة ولا نهاية للأشكال التي يمكن يخطر فيها يعني يظهر فيها - 00:40:08

اوه لذلك قد يصاب الانسان بنوع من الوسوس ويتعصب من ذلك لا يعرف انه وسوسان يعني اوه يتم علاجه بهذه الطريقة انه مرض
يستحق العلاج وكذا آآ وقصة من المقال اللي سميتها عليه كتاب - 00:40:28

هي فعلا محاضرة القيتها في احدى الجامعات اه لحق بي الطالب يعني آآ انتظر لحظة خلو خاطبني دي ثم بدأ يحكى ويبكي
يبكي لانه عرف اخيرا ان هذا المرض يحتاج الى علاج يعني هو حكى معاناة طويلة عريضة - 00:40:45

بالفعل يعني كان يتذنب. يتذنب ولا يدرى ما هو هذا الشيء وكيف يتخلص منه سبحان الله بدأ العلاج بحبوب بسيطة جدا حبة او
حبتين اليوم وانتهت معاناته في فترة قصيرة. يا رب لك الحمد. الله يشفىهم يا رب. امين يا رب. الله يشفىهم - 00:41:08

هذا يعني من الاشياء المهمة جدا يعني حتى سبحان الله يعني مسألة انها يعني اشكال لا نهاية يعني اوه فعلا لا تجد لها اخر الى اخره
مثلا انا اذكر مثال لاحد المرضى - 00:41:26

آآ هذا اذا كان يعرف انه عنده وسوسان لكن الشكل غريب. قال انه اسمه اوه يبدأ بحرف الميم ام مجموعة اخوة يبدأون بحرف واحد آآ
آآ يشك او تأثيه فيك انه سيموت. لماذا - 00:41:42

لان عندهم اه عنده ابناء عم اخوة ثلاثة يبدأون بحرف واحد مات احدهم طيب نحن ثلاثة اخوة نبدأ بحرف اوه سيموت احدهنا. طيب
لماذا تظن انك التي قال لان الاول ذاك مات آآ ميمه ميم - 00:42:02

مفتوحة اخوانه مهيب مضمومة. وانا اسمي يبدأ بمفتوحة اذا اذا الذي ساموت طيب يا اخي انت مصاب بکذا کذا وتشخيصك کذا
وعلاج کذا وهذه الوصفة ما قبل يعني تردد - 00:42:21

يعني كعادة من يتعرض لعلاج لاول مرة لا شک في انه يعني خلاص اه خليني ابدأ على علاج نفسي ممکن تحولت لقسم العلاج النفسي
جلسات وهو طالع من عندي قلت يا اختاه اذكرك بشيء انت اسمك لا يبدأ بميم مضموم مفتوحة - 00:42:41

محمد محمد يظن ان الميم عليها فتحة. محمد. محمد. اي. قلت لا اسمك يبدأ ميم مضمومة. اه محمد. قال ایوه يا صاحب الهي. جزار
الله خير انبسط. هي انحلت لحظيا. انا ارسلت انا في يعني لو كانت تحل بهذا ما كتبت له دواء - 00:43:04

لكن انا كتبت وهو الذي رفضت لا استطيع اجبره. فجاءني المرة القادمة مفتما مكروبا علاج طبعا طيب ما المشكلة؟ قال اه فكرة اني
ساموت لا زالت موجودة من وين جا بعد وين ؟ قال انا ساكن في شارع. الشارع الثاني - 00:43:26

مات احد اه سكان الحي طيب بعدين لا الذي مات يسكن في البناء الثالثة من اول الشارع وانا اسكن في البناء الثالثة من اول
شارع. ما معنى هذا شيء لن ينتهي؟ لن ينتهي. لن ينتهي الا - 00:43:46

العلاج الدوائي يعني لو جلست تقنه طيب البناء ذلك كان يعني في الطابق الارضي طابق مثلا دخلت معه في هذه الدوامة لن
واجبته على ذلك سيأتي في ثالث ورابع وهكذا الى ان يأخذ الدواء بعد له. فاذا هي اشكال مختلفة. هناك طبعا وسوساس لم يتحدث
عنه اللي وسوساس التخزين - 00:44:02

هو حقيقة هو فعل قهري التخزين. الاكتناز. هم هو استبقاء اشياء لم يعد لها هدف او ليس له فيها حاجة اه لانه تخطر له فكرة
انه قد يحتاج اليها مستقبل - 00:44:24

طبعا لو كان الاكتناز اكتناز ذهب وفضة لما كان مرضا لكن مثلا علبة العطر الفاضية او الكرتون يعني له حاجة يقول فيصبح ولو كان
شيئا واحدا لهان لكي يصبح بيته مليء الاغراض التي ليس لها فائدة - 00:44:41

يعني هذا نوع مخزن. نعم. هذا هذا نوع من انواع اللي هو يصنف مع الافعال القهريه انه يخزن الشيء آقاها اه القهوة بمعنى انه رغبة
شديدة ملحة يستجيب. واذا قاوم - 00:45:02

احس بالقلق يعني كما انت كما تحس اذا اردت ان ترمي مبلغ من المال نفس المقاومة شديدة. شديدة نحس بانه سيحتاج اليه يوما
ما. الالعاب الالكترونية او الجوالات عموما. هل توصل مرحلة افعال القهريه - 00:45:22

اه هي لا تسمى قهريه بالضبط. طبعا هي تبدأ متعة وتسليه. هم اه ادمان تحول؟ تحول الى اقرب ما يكون الى ادمان نعم الادمان
وهو يشبه يشبه فعل القهري لكن - 00:45:42

آآ يبدأ باستمتاع ويطلبه الانسان بعدين يصبح يعني اسيرا له سبحان الله هي الافعال الالعاب الالكترونية تخضع لقواعد نفسية يعني
ربما متخصصون في علم نفس التسويق وكذا لهم في ذلك اه يعني يد - 00:45:58

لجعل اللاعب يتمسك بالاستماره وهو ايضا موجود في موضوع القمار. يعني اه مبنية على قاعدة معينة قاعدة ان المكافأة غير
معلومة يعني تأتيك في لحظة. غير متوقع غير متوقعة بمعنى انه لو هذا سيدخلنا فيه لكن لا بأس من الفائدة. انه لو كانت المكافأة
تأتي كلما فعلت فعلا محددا - 00:46:20

هذا نوع من انواع المكافأة او انقضى زمان محمد هذا ايضا نوع سترتبط المكافأة بالزمان او بإنجاز المهمة. مهم. طيب المكافأة تأتيك
من غير زرار محدد من غير مهمة محددة - 00:46:48

تصبح انت متوقعا لها في كل حين اذا قبل يعني قبل ان تتوقف تقول يا اخي لو استمرت ثانية اخرى ربما ايه احرز الموقف هي جاية
جاية ثانية هكذا هذه نفس نفس الية - 00:47:04

القامار يدمن عليه الانسان وهي مستخدمة بصورة او باخرى في الالعاب الالكترونية آآ هي فيها شبه من الوسوس لكنها ليست بالضبط
يعني آآ الله يشفيفهم مرة يا دكتور احد احد - 00:47:17

اصدقاء يعني لاحظت في يده آآ يعني متقطعة ایوه في كريم في کذا في کذا ايش قصتك؟ قال لي والله بعدين يعني بعدين کذا

اخذني على جنب قال انا فيني وسوسان انا اجي اغسل ايه - 00:47:34

اه تكرار الغسيل وش وسوسان نظافة لا وسوسان شك يعني كما تعلمتو منك الان انا كنت اظن نظافة يعني اه يريد ان يتتأكد يتتأكد اه يجلس في دورة المياه نص ساعة بعضهم يجلس ثلاث ساعات يا دكتور في دورات المياه يتتأكد يتتأكد يتتأكد - 00:47:51

اه وانا اجزم انه اي واحد عرف من صديقه او عن صديقه انه عنده وسوسان سيسندي الكثير من المواقف يبدا يفسرها اه كان كذلك فبدت افسر ما كان ينزل من السيارة بسرعة - 00:48:14

اه ما كان يحضر في الوقت مع انه موجود بس ما كان يحضر. في تفاصيل بديت اربطها بعض قال لي شوف وهو يقول لي وصلت لمرحلة اصلا يعني انا حتى اتأكد اني نظيف في الطهارة بعد ما ادخل الحمام - 00:48:26
اه يعني وصل مرحلة يا دكتور لا يتوقف من تنظيف نفسه حتى يرى الدم. مم يقول ثم تطورت المسألة لا اتوقف عن تنظيف نفسي حتى اصور ذلك بالجواب. لا حول - 00:48:40

صور محاشمه يا دكتور لا الله الا الله. ثم ينظر فيها ثم يتتأكد ثم يعيدها مرة مرتين وثلاثة يا اخي تعالج يا اخي ما في حل كيف عرفت ما في حل؟ جربت كذا - 00:48:57

المهم ان بدأ في العلاج. طيب. لا اقول لك انه تغير الوسوس. يا اخي تغير وجهه. اه سبحان الله. تغيرت حياته. سبحان الله. يده طابت يده. سبحان الله. اموره زانت. نفسيته زانت - 00:49:12

ليه طيب؟ يعني يعني احيانا اما جهلا. مم. هذا واحد. اثنين في كثير من اللي عندهم وسوسان يقول ما فادني العلاج النفسي. نعم ما فات امثال هؤلاء يعني هل فعلا ما فاده؟ هل الخطأ في التشخيص؟ هل الخطأ - 00:49:27

الجرعة هل خطأ في نوعية الدواء الاستخدام من اين؟ لا هو هو طبعا التشخيص باعتباره جهد بشري يرد عليه خطأ لكن الوسوس ايضا لانه ليس من الامراض الغامضة بالنسبة للطبيب فانا اعتقد انه احتمالية الخطأ نادرة جدا - 00:49:45

اه الذي لا يستجيب ربما اما انه آخذ جرعة اقل مما ينبغي او آكتبت له جرعة جيدة لا يعني مناسبة لكن هو ربما التزم بها هذه احتمالات الاخر انه اخذها كما ينبغي جرعة كافية لكن لم يستجب باعتبار انه آآ - 00:50:04

في عدد من المرضى ما يستجيبوا لاول محاولة او دوا يغير علاج اخر هي خطوات المفترض بعد كم يستجيب الزمن ايه ايضا غير محددة لان المرض من يستجيب من اقل من شهر - 00:50:26

منهم من يستمر اشهر باستجابة محدودة اه يصل طماطم تبدأ العلاج بجرعة اقل ثم تزيد الى الجرعة القصوى استجابة الحمد لله ما استجابت تغير الدواء او تجمع دوائين مع بعض في عدد سلسلة من من المحاولات - 00:50:41

في النهاية استجيب طبعا اه لا اقول ان نسبة شفاء مرضى الوسوس هي مئة في المئة وهذا ربما نعود الى موضوع العلاج لكن اه اغلبهم يستفيدون ذكرتني بالموضوع الذي تقطعت يده انا اه مربي مريض يغسل اصابعه - 00:51:00

اه كل واحد بعد اجتماع التأكيد والغسيل والعد هذا الاصبع آآ مثلا خمسين مرة الوضوء؟ ايه. لما يغسل يد كاملة يغسلها اصبع اصبع. هذا خمسين. اجتماع معها التمايل اللي يبدو - 00:51:19

لا التمايل ما في ليه؟ لانه الطويل واحدة سبعين وهذا كذا ثمانين كل واحد عنده رقم يد فعلا مسلحة تماما اه اجتمعت اشكالات كثيرة في من المرض من عنده اه اللي هو - 00:51:36

القهري اللمس امس اللي هو ذكرنا مثال في البداية لمس على الباب واسفله. او مثلا انه لمس آآ بيدي هذى لا يلمس بالثانية فيها نوع من اللمس او انه يقرع - 00:51:54

اه اذا مر بجدار لازم يقرع عليه ينقر باصبعه لا يعني لابد يفعلها هذا ايضا نوع من الفعل القهري من اذا رأى يعني صلة رجل اصلع. ايه يعني يحس رغبة شديدة انه يضع يده على الصلاة - 00:52:11

سبحان الله انا مر علي سلوك قهري يبدو ان آآ نصف سكان الكره الارضية مصابين فيه حبة التميس الخبز التميس لا يمكن

يوصل، للبيت سليم يعني، لازم السلوك موجود يعني، هذه سلوكيات عادية نعم متى، تصنف يعني، - 00:52:32

يعني هل لو ابغى المس الاصلع كذا او اطرق الباب يعني متى اقول لا وقف انا الحين بشخص نفسي متى اقول لا وقف انت عندك مشكلة. ومتى اقول لا - 00:52:53

انا اقول لك مثلا في لمس الاصلع. مم. الاصلع انت لا تعرفه وجدته في مكان في البنك مثلا. عميل. ايه. والدافع موجود اذا اطعـت الدافع ولمـست طبعـا للـتأكـيد هـذا غـير طـبـيعـي - 00:53:03

اما انك تطبع او تخاف انك تفعل - 00:53:20

في النهاية تؤثر اثر على على عليك وانزعاجك وعلى استقامة حياتك. هم. والتكرار ايضا هذا ضابط اخر. تكرارها كثرتها. اه تكرارها وكثرتها في النهاية تكرار لو كان مؤثر على الحياة فهو بالتأكيد يدل على على الاضطراب. في عمر معين للوسواس - 00:53:36 اه نعم اكثر الحالات تبدأ مبكرة اه تبدأ في سن الشباب والى اه بداية العشرين هذى اكثر الحالات تبدأ في ذلك وتستمر طبعا اذا لم 00:53:56 يعني لم تعالج. ممكن ترجع -

النفسية - 00:54:19
طيب وش عواملها يعني؟ اه ايش عوامل اه نعود الى مسألة الوراثة. الوراثة مرة اخرى في كل الامراض اذا اذا عالجها اه ممكن ممكن للاسف انها ترجع نفس الكلام الذي نقوله انه اذا اصلا الاسباب موجودة فربما تعود مرة اخرى.

قد تزيد في بعض الامراض عن اخرى عن غيرها مثلا الان في الوسواس يقول لك اذا كان هناك مريض بالوسواس اه اي واحد من اقاربه درجة اولى باحتمال سبعة في المئة ان يكون مصاب - 00:54:41

اذكر في الواقع نرى اكثرا من ذلك صراحة احيانا ارقام الاحصائيات الرسمية تكون متحفظة. مم. لكن نشاهد في الواقع اكثرا من ذلك مريض من المرضى يذكر مسألة اعادة الوضع اعادة الغسيل اعادة كذا اعادة كذا - 00:54:53

الا سالته بعد ما شخصت وهل من اسرتك اعاني من فكانه انتبه لاول مره ان الموضوع في الاسرة موجود. مم. ذكر ان والدته وهي تجلس. الموضوع تجلس يعني لا تتوضأ واقفة كما توضأ الناس تجلس لأن تستطيل ستطيل طولا اليوم كله - [00:55:13](#)
الكاميو اليوم في حالة وضوء واعادة وضوء طبعا من الناس من يصل الى مرحلة ان يترك الصلاة شاق خلاص دخول دورة المياه والخروج نعم يعني يذكر لي احد الشباب انه منذ اذان العشاء - [00:55:34](#)

الى الساعة الثانية عشر منتصف الليل هو هو في اجراءات الوضوء لصلاة العشاء ما عاد يرثون مناسبات اجتماعية ما عاد ما الا اذا ترك يعني حتى اذا تركها هذا في النهاية تركها ابن واسع تركها الصلاة لا لانه - 00:55:54

يعني صدق للصلة في حد ذاتها لكن لأن بينها وبينها حواجز طويلة جداً من هي مشكلة حقيقة لأن آآآ اذكر واحد من المرضى اقول انه احدي عشر عاماً ما صلي - 00:56:09

ما صلي لا رغبة عنها وكسلا او عدم قناعة بها لكن لهذه الطقوس افعال المؤلمة لكن هداه الله الى العلاج فتحسر نوعا تحسن بعد ذلك.
فعندي الوراثة نعم الوراثة واحد - 00:56:31

في بعض الأماكن في المخ عند مرضي الوسوس - 00:56:49

يعني عضوي. خلل عضوي. خلل عضوي لذك يستجيب للدواء حتى ولو لم - 00:57:08

فقط ولكنه ليس نوبة مثلاً ينتهي له بداية ونهاية لوحده. لا. ممكن يستمر معك لازم لازم يكون في علاج دعم اذا ما في - [00:57:26](#) محد يوقف ابداً. احياناً يهداً قليلاً هدوء او الهدوء ليس لأن الاعراض خفت. لكن لانه استسلم لها يعيد خلاص اصبح يعيده. وهذه اه تستخدم معه اساليب النفسية مع ذلك يعني لابد من استخدامها جميع الدواء. هم. لكن انا اقول انه حتى لو اخذ علاج دوائي

ال المناسبة اصعب في حالات قليلة من وسوسات مزمن - 00:57:47

آآ تعایش مع الاعراض تعایش او تکیف غير صحيح يعني خلاص يعید معروف انه يعید كذا عدد كذا من المرات صح يضيع وقته. نعم لكنه ظبط اموره الى حد ما. هذا مقاوم لانه - 00:58:06

لا يحس ولن يبحث عن علاج خلاص يعني نوعا ما يعني يتطبع اجري تطبع كذا معين مع المرض واتحمل بعض الاشياء آآ للأسف هذا قد يكون توقعاته غير اللي يشوف المقطع عشرين ثلاثين مرة نفس المقطع نفس المقاطع خاصة المقاطع القصيرة شوفه بعدين عيده يشوفه بعدين يعيده كل شوي ينتبه لي من التفاصيل اكثر في المقطع - 00:58:27

هذا ايضا ممكن يسمى من هذا المثال يعنيه اول مرة يمر عليه لكن ذلك يحتمل احتمالات هل هو مستمتع بالمقطع احيانا احيانا صورني مثلا نشيد اعجب به في عيد كل مقطع يا دكتور كل مقطع يشوفه كل مقطع لازم اذا كان يحس يطبق عليها القاعدة اذا كان يحس انه مجبر على ذلك - 00:58:53

لا مستمتعنا مجبر يتمنى لو تخلص من هذا اقول له خلاص يقول لك طيب ما ؤ خلاص طيب طيب اسمعك اسمعك خلاص عيد عيد لا شك وسوسات هذا فعل قهري. هم - 00:59:15

قد يكون جزء من اه اضطراب الاساس القهري نعم ما دام بهذا الوصف اه انا ذكرت الاشياء الثانية تحرزا يعني قد يكون لسانى يعجبه نشيد معين اسمه عشرات المرات لكن ما دام يقول لا استطيع ايه هذا لا شك - 00:59:30

طيب احنا قلنا الوراثة يا دكتور ان السبعة في المئة اللي عندهم وسوسات انه ممكن يكون عنده وسوسات اللي في اسرته من الدرجة الاولى طيب القلق لو كان في الاسرة قلق مثلا ايش الامراض المشابهة اللي ممكن - 00:59:46

ينتج ينتج عنها الوسوس في احد الافراد يعني قصدك اذا كان اه اذا كان هو شخص مصاب بالوسوس؟ ايه مثلا هل اللي ابوه وامه عندهم قلق. هم. اه الابناء معرضون - 00:59:59

لامراض غير القلق يعني هل القلق يورث قلق بس؟ اه هي طبعا القلق والوسوس الاكتئاب الرهاب الاشياء هذى خلفيتهم. الوراثية والكيميائية متقاربة. لذلك اذا اصيب اذا كان الاب مصاب بواحد منهم - 01:00:14

حتى الابناء ربما يصابوا به او بشجرة احمل نفس الشجرة لا يستبعد بل نفس الشخص اذا كان مصاب بالوسوس واحتمالية ان يكون اه يأتي باعراض اكتئاب كبيرة. بل اكثرا من خمسين في المئة - 01:00:33

برضو الوسوس لديهم اكتئاب واكثرا من آآ نسبة وقريبة من ذلك لديهم قلق يستوفي الشروط يعني للتشخيص اه قد يكون مع الوسوس اه رهاب اجتماعي. رهاب ساح رهاب نوعي اي واحد نفس الشخص ايضا - 01:00:50

تزامن اه عندنا التزامن وعندنا السببية التي ربما اشرنا اليها قبل الوسوس نفسه عجزه عن مقاومة الفكرة اه باحساسى بالفشل بكلذا يدخلك نوبة يدخل في نوبة اكتئاب ايضا اذكر احد - 01:01:07

والله عا طالب في كلية الهندسة آآ باعراض اكتئابية لكن كان سهلا ان اعرف انها بدايتها وسوسات ولا زالت لا زالت الوسوسية موجودة. لكن لان الاكتئاب كان طاغي آآ بدأ به - 01:01:29

الوسوس عنده كان وسوسات اه طهارة ونظافة فقط يعني انها طهارة تلوث لا يستطيع ان اه يدخل اكرمك الله دورة المياه الا في بيته الى الان يعني ليس غريبا يعني لكن اذا اضطر الانسان الى دخول دورة المياه في غير بيته يعني اتوقع ان يدخل. نعم - 01:01:46
ولا يؤذني نفسه بالاحتباس هذا بالضبط فهو يؤذني نفسه لا يستطيع اذا جاء حان وقت صلاة الظهر وهو خارج المنزل يعني يتنهض ويتوضاً ويصلي وكانت النتيجة انه لا يستطيع يمنع نفسه من دخول اه يعني يحتاج الى دورة المياه ولا يصعد يدخل خارج البيت. فاصبح لا يذهب الى الجامعة - 01:02:11

الجامعة وتأخر عدة سنوات سبحان الله فاخذ العلاج حبيبات معدودات يتحسن ورجع الى دراسته ذلك فضل الله. المتدين يا دكتور اللي هو اكثرا عرضة اه مثلا الفعل القهري في قضية التأكيد التأكيد لان في مسألة اه حسنات وسینات وحساب وعقاب وكذا - 01:02:36

ام ان المسألة لها خلل آآ يعني عضوي. نعم هناك من يخطر له ذلك ان المتدين اكتر عرضة لله وسوسان لأنها مادة ما ذكرت حلال وحرام
اوه الوضوء بقواعد معينة الكذا كذا - 01:03:06

في المقابل هناك من يظن انه متدين فهو محسن الوسوس وكلا طرفي قصد الامور ذميم. الصحيح انه لا آآ لا انه محسن مجرد
تديني ولانه اكتر عرضة من غيره بل هو - 01:03:25

كغيري سواء لانه ذكرنا الجانب الكيميائي والجانب الوراثي طيب من يصيّب بالوسوس يبحث عن اي مادة فيوسوس عليها يعني ان
كان متدينا فموضوع خلاص الصلاة الوضوء كذا الطهارة كذا. لم يكن متدينا - 01:03:44

يحسب بعد يكرر اشياء انا اذكر اه طالبة طيبة كانت كان وسوساته مرتبطاً بفيلم اجنبي نسيت تفاصيل لكي تتكرر صور معينة من
ذلك الفيلم آآ تتكرر آآ ذكريات معينة وافكار متعلقة بفيلم الاجنبي - 01:04:06

اذا موضوع الوسوس يعني اه يختلف حسب الثقافة وحسب المحتوى في ذهني سواء كان مسلم كافر او غير في اذن لا يتسبب
تدينه في زيادة في اعراض الوسوس وفي المقابل ليس بمجرد تدين يكون عنده حصانة - 01:04:35

احد المرضى كان يتربّد على العيادة عيادي خارج السعودية فجاني يوماً قال انا اكتشفت ان المرض النفسي اكتر عند المتدينين
مرضى نفسي بصفة عامة قلت له لماذا يعني احضر العيادة انتظر في انتظار العيادة فلا ارى الا ملتحيا رجلاً ملتحياً وامرأة منتبة - 01:04:54

في بلد يعني النقاب دليل على تدين يعني الغالب ليس كذلك وانما طيب فاذا المرض النفسي مرتبط بالتدين. اذا كان يعني
والعيادات الأخرى اشكال مختلفة قلت له ربما انت مخطئ - 01:05:24

آآ طبعاً هذا يسمى من اخطاء الاختيار في العملية البحثية العلمية. ايه اختيار العينة الان هل هؤلاء جاؤوا اه هل لانهم آآ¹
متدينون مرضوا ام انك اختارت عيادة هناك غلبة للمتدينين لسبب اخر. مم - 01:05:48
قريبة من مركز اسلامي في حي كذا ممكناً الاطباء اللي فيه هم قد يحضرّون لانهم يظنون بالطبيب انه متدين قد يفهمهم اكتر فيحضر
الى نوعية معينة ربما عيادة أخرى نجد فيها اشكال مختلفة - 01:06:17

منهج اخر مثلاً جنسية اخر مثلاً اه جاءوا نعم طبّبهم بالضبط فانت لا تأتي لعيادة واحدة تبني عليها فوضحت لهم ان هذا ليس
صحيح اذا لا ليس هناك ابداً ما يعني يشير الى ان - 01:06:36

بالدين انه يزيد اعراض الوسوس على الاطلاق بل آآ ربما لو قلنا انه اه اذا كان متديناً على الحقيقة سيسأل عن الحكم الشرعي اذا
عرف الحكم الشرعي في مسائل الاسراف الوضوء مثلاً او ان الشك - 01:06:57

آآ الشكل لا يزيل القيل لا يزول بالشك يعني القواعد الان اتحدث عن معلومات نظرية. اتحدث عن القواعد الشرعية وتطبيقاتها ودوره
في راحة الانسان من الوسوس لها دور وكذلك لا اقول ان مجرد معرفة القاعدة الشرعية يزيل المشكلة لكن يستفيد منها - 01:07:20
نستفيد منها في تخفيف اعراض المرض. في تخفيف حدة اللوم احياناً حدة ذكر قال لي مرة حفيد الامام السعدي رحمة الله عليه ان
امرأة كانت مصابة بالوسوس وكانت تعيد الوضوء مرتين تلو مرتين يعني بشكل مستمر. هم - 01:07:39

هي كانت تثق بالامام السعدي رحمة الله عليه وقال ولدها خلاص انا ايمه انت غلط اللي تسوينه. الوضوء هذا الكثير ما يصلح وكذا وما
ادري ايش قالت لا هذا الدين وهذا كذا. قال خلاص انا بجيبي - 01:08:01

الشيخ السعدي البيتراء اتفق مع الشيخ وقال تعال بس آآ تبعي بعد صلاة المغرب اذا جاء وقت العشاء صلاة العشاء اطلب ماء
وتوضأ لتركك امي فتنقشع ان اللي قاعدة تسوينه هي من تكرار الماء والاسراف في قضية الوضوء انه غلط لما ترك هي. اذا رأتك - 01:08:15

قال خلاص جا الامام جزاً الله خير وتقهوى عندهم فرحت الام بالامام السعدي يقول فجاءت صلاة العشاء فقال عطوني موية فجاءت
الام القدر حق الذبائح. مليان موية. سبحان الله. هي تظن ان الشيخ يعني سيفتسل من - 01:08:36
الماء يعني كبر علمه كثر ماؤه. فاخذ الشيخ آآ غظارة يعني انا صغير كذا الماء من من هذا القدر الكبير وتوظأ به الولد مبسوط ان

اللقطة النهائية اه شوفي يمه ترى هذا كذا الصح - 01:08:56

لما راح الشيخ قال ها يمه كيف يا خسارة صلاة صليتها ورا سبحان الله. شف لم تقتنع. مم. بل رأت يقينا ان ان هذا الفعل غلط. لفكرتها الوسواسية تجاه قضية الوضع. لذلك - 01:09:17

احيانا تناقش تناقش صاحب الفكرة الوسواسية ترى يعني وحاجك واحيانا عنده ادنته واحيانا اه ما تستطيع على طول نفسه العلاج الدوائي هو مدخل جيد لنجاح مثل هذه العلاج النفسي ان صح التعبير. نعم. هو هو شوف سبحان الذي يحاجك ويجادلك - 01:09:37

احد امرين احد اه صنفين اما انه اه يريد ان لا يظهر خطأه وضعفه مثلا يدافع يعني لا يريد ان ينكسر. هم. وهو غير مقتنع. اما ان كان مقتنعا اه قد يكون من النوع الذي طبع مع الوسواس والذي علاجه تعامل ب بصورة خاطئة وعلاجه قد يصعب. لكن الطبيعي - 01:09:59

ان مريض الوسواس لا يحاجك ولا يجادلك. قد يقول انا لا استطيع. مم. لكن لا يريد ان لا يحاج ليثبت صحة فعله. اه الغالب ليس هكذاك اه ربما اقرأ احيانا في كتب بعض اهل العلم - 01:10:27

الموسوسين الموسوسين احس انهم يتحدثون عن شيء اخر اليسا بالضبط هو النمط الذي نعرفه في اضطراب الوسواس القهري ربما هناك من آآ له فكرة حقيقة يعني يقتنع بها قناعة حقيقة ومنهج باطل اخر في الدفاع عنه - 01:10:44

لكن مريض الوسواس القهري في الغالب ولا يدافع عن الفكرة واصلا كما تفضلت يعني يستسخفها تزعجه يريد ان يتخلص منها لكن لا يستطيع. بالضبط. هذا هو الاصل في نعم. لذلك - 01:11:05

ايضا قد يستفاد من ما دام ذكرنا ذنب الموسوسين وكذا آآ انا لعل يعني اقرب شيء ان هذا شيء اخر الذي يتتحدث عنه هؤلاء العلماء لكن هناك من العلماء ومن الافاضل - 01:11:20

ومن آآ يعني غيرهم من من اصيب بالوسواس ولعلي اذكر يعني نموذج من الافاضل من اصيب بالوسواس اه لا ذكرها يعني اه لنا قدحا فيه ولا ذما له وانما ليعلم المستمع ان الوسواس مرض يصيب الصالح والطالح. هم - 01:11:40

باعتباري شيئا كيميائيا الامام ابن سيرين محمد ابن سيرين عليه رحمة الله وقد ذكر الامام الذهبي رحمة الله عنه انه كان مصابا كان مشهورا او معروفا بالوسواس ذكر ذلك في سير اعلام النبلاء. في ترجمته في ترجمته - 01:12:02

ذكر اشياء وقصص في سيرته يعني تشهد على ذلك انه تأخر عن صلاة الجنائزة وماتت اخته اخته حفصة رحمها الله والناس ينتظرونها. تخيل يعني في لحظة لا ينبغي فيها التأخر وهو الذي سيؤمهم - 01:12:17

باعتبار اعتبار اخته وباعتباره عالهم. هم آآ فبحثوا عنه فوجدوه ايه؟ دخل مغتسل او ميظأة فيتوضاً ويعيد الناس تنتظر ويتأخر في اعادة الموضوع. وذكر الذهبي قال انه كان يصب كان اذا توضاً يصب الماء صبا عذاب على نفسه وعلى اهله - 01:12:34

ولعله ذكر ان لم تخونني الذاكرة انه كان يغتسل كل يوم في وقت كان الاغتسال فيه واحضار الماء امر يعني صعب. صعب. هم وأشياء كثيرة ذكرها وذكرها الامام الذهبي هنا وفتان. هم - 01:12:54

انه انه مع علمه فضله وعبادته وورعيه اصيب بالمرض كما انه من الفضلاء من يصاب بالتهاب صدر مثلا. مم. مرض مرض جسدي. مرض ايه او ضعف نظر او ضعف سمع الى اخر مرض لا يقدر فيه. ابدا - 01:13:12

وانه لو كان ذكر اصابته بالوسواس ذما له لما فعل ذلك الامام الذهبي كتبه في كتابه ونشره فيدل ذلك على ان ذلك ليس ذما ولا انتقادا والا لما جروا عليه الامام الذهبي عليه رحمة الله وهو - 01:13:35

في العلم. فنحن نسير على ما سار عليه الذهاب لا ننتقص منه رضي الله عنه ولا من علم لكن نذكر انه قد قدر الله عليه ذلك وربما كان ذلك من قبيل بلاء المؤمن. اها - 01:13:55

هذا يعني يمكن هذه آآ يعني جزئية للتنبية فهل من اصيب بالوسواس اه يصبر ولا ليس معنى صبره ان لا يلتمس الدواء يسعى الى ان يشفى يسعى للشفاء مع يعني احتساب الاجر - 01:14:10

قد سألك خلف الكواليس عن اشد الامراض النفسية اللي ترى فيها الناس يتبعون كأني اذكر انك قلت الوسواس نعم من اشدها هو ليس من اشدها باعتبار يعني كمقارنة من الامراض فصام اشد منه واسوأ - [01:14:27](#)

لكن هي من اشدها على المريض. مم. لانه مدرك مدرك الفحص يقول انهنبي وكذا ورسول او قد يدعى يعني مش يدعي يظن انه الله. ايه. مقتنع. مهم ويتعايش مع ويتصرف على اساس ذلك يعني من قال - [01:14:45](#)

من وصفهم انه في نعيم من هذا لكن مريض الوسواس ليس كذلك مدرك بخطأ هذى الافكار لعدم صحتها لي كذا ويقاومها ولا يستطيع فهذه يعني هذه الاشكالية. هل في حالات تشبه الوسواس وليس من الوسواس - [01:15:05](#)

نعم الشخصية الوسواسية التي ذكرناها. هم لتطليها يعني كمال الشيء الاخير لاتيان به كما هو ربما يكرر احيانا بعض الاشياء ربما يحافظ على بعض الطقوس ربما يشدد على تفاصيل وهو آآ مدير آآ - [01:15:25](#)

سيء سكريتير ممتاز من شخصيا وسواسة فيشبه الوسواس القهري من من وجوه ايضا قد يكون هناك وسواس اعراضه وسواسية في مرض الاكتئاب المرض اكتئاب بكل اعراضه. لكن هناك اعراض وسواسية لا تكفي - [01:15:43](#)

لتشخيص الوسواس القهري ليست مستوفية لكل المعايير لكنها جزء منه في داخل الاكتئاب آآ فهذا نوع فهناك نوع اخر هي فكرة وسواسية انت انسان طبيعي ليس مريضا اه مثلا اه تخطر احيانا - [01:16:04](#)

لم تؤثر على حياتي بالصورة الكبيرة لكنها يعني من نمط الفكرة الوسواسية ايضا هذا آآ وسواس يعني يعتبر وسواس عابر احيانا اه الرهاب اشتبه مع الوسواس مثلا اه واحد آآ يقول انه - [01:16:28](#)

اذا من بجسر يخاف من يسقط او يخاف ان يقفز هل هو خوف من الجسر فكرة وسواسية انه سيسقط او سيفوز. شو الحل الحل بالتفصيل اعد تشعر بي هل هو خوف ام فكرة؟ يعني تستفصل - [01:16:50](#)

حلوة هل هو خوف له اه استجابة جسدية وترعرق وكذا ولا فكرة؟ ولا فكرة وانت تنزعج من الفكرة حاول طردها فعلا يشتبه ايش تبي ؟ وربما يعني اه لا يستطيع حتى هو ان - [01:17:17](#)

اه يعني يشرح ما عنده تفصيل لكن قد تعرف ذلك من خلال بقية اعراضه تسأل عن هل هناك افكار وسواسية اخرى؟ هل هناك في عرقها لكن تشتبه في بعض الاشياء - [01:17:35](#)

اه الوسواس مع ايهاب هناك ايضا حالات عند بعض الشباب تبدأ باعراض وسواس قهري مثلا واحد مراهقة خمسة عش سبعة عش اعراض وسواس قهري وربما حتى يحضر للعلاج يحضره اهل العلاج يصرف علاج - [01:17:47](#)

تظهر اعراض دهانية ضلالات هلاوس تصرفات غريبة لا يمكن ان تكون وسواس طيب ما هذا كان اه كانت المرحلة التمهيدية ما قبل الفحص التي شخصت على انها وسواس. نعم. يعني الفحص احيانا يبدأ باعراض تشبهه - [01:18:11](#)

ايش معنى فحص؟ الفحص اللي هو مرض الذهاني الذي اه هو اعمق واسد امراض الذهانية في ضلالات وهلاوس وتصرفات غير طبيعية كلام وتفكير غير طبيعي والى ذلك هي هي من اعمق واكبر يعني اذا قلنا ضلالات معناها يظن انه كذا يظن انهنبي يظن انه يملك هذا المكان - [01:18:36](#)

اظن انه قادر على كذا. بالظبط. واذا قلنا هلاوس انه يسمع اصوات لا يوجد لها في او او يشاهد احيانا. نعم. لا يراها معه الاخرون اه هذا من اكبر واعمق الامراض - [01:18:59](#)

النفسية الكبرى. مم صحت هذى التسمية فالقصد انه يبدأ احيانا اعراض وسواسية اه فترة مؤقتة سه قوية هو نمط هو مرحلة قبل المرحلة ما قبل المرض فهذا يشتبه هذا تقريبا اشياء - [01:19:12](#)

يشتبه بالوسواس وتحتاج ان يضعها الطبيب في ذهنه ولذلك لا يمكن يعني ان يسند التشخيص الى غير متخصص الان وسواس اكثرا المثقفين يعرفون بصفة عامة صح وسواس لكن آآ التشخيص - [01:19:33](#)

الطبيب لكي يستبعد استبعاد الاشياء المشتبهة ليس فقط لو تركوا يزيد يتعمق ممكني يؤدي الى اكتئاب. ذكرنا انه قد يقود الى اكتئاب ممكنا آآ يعني آآ يقيد الانسان - [01:19:51](#)

يحد من انشطته يعني مثلا الذي ترك الصلاة اللي ترك الجامعة. اللي ترك الجامعة. وترك المناسبات اجتماعية. بالضبط يعني حياته قد

تندمر تماما. انا اذكر هذا الذي تارك الصلاة لما اعطيته علاج اول مرة - 01:20:13

حابة قلت لو حب بعد الافطار جاءني بعد فترة اه سأله فقال ما اخذت ولا حبة انا اصلا استيقظ في الصباح ادخل الى دورة المياه

ولا اخرج الا في العصر. الله يشفيه - 01:20:30

الله يشفيه تخيل تخيل يعني هل هناك اعاقة؟ اكثر من ذلك؟ ماذا سيصنع هل سيعمل؟ هل سيدرس؟ هل يكون اسرة؟ هل سينجب

هو في في دورة المياه في نظافة واعادة نظافة الى العصر - 01:20:47

يعني لو لو بقي في فراش لا يعني تخيل حتى ترك الاكل قلل من اكل جدا حتى لا يحتاج الى ذهاب الى دورة المياه وفي النهاية

سيذهب حتى لو لم يكن الا قليلا سيذهب. لكن شو الحل؟ يعني معيش يا دكتور انا كاسرة الان - 01:21:08

هو داخل الحمام اطع عليه الباب اطلع ترى ما يجوز وكذا وغلط وذا ولا اخيه يعني اخليه اخاف اني اهيا له اجواء ان تنبت هذه

الحشائش الضارة فيه اكثر واكثر واكثر - 01:21:25

انا كاسرة شسوبي انا كزوج مع زوجة بهذا المرض او زوجة مع زوج بهذا المرض ماذا افعل اذا كان المريض لا لم يبدأ العلاج فمهما

صنعت طرقت عليه باب ما طرقت لن تغير شيئا - 01:21:39

يبدأ العلاج اولا طيب ثم تتفق معه انك ستخرب بعد كذا من الوقت سواء اكملت التنفس او لم تكمله طيب نفترض انه مثلا استنجاج

عادي يحتاج مثلا خمس دقائق نفترض - 01:21:54

اه وهو ببقى في الحمام ساعة دورة المياه ساعة نتفق معه على ان نفترض ربع ساعة مثلا تعطيه يعني فسحة فسحة من الوقت هذا

بعد بدء العلاج انا بعد ربع ساعة ساطلق عليك الباب. ما خرجت سوف افتح الباب. مثلا. مم - 01:22:15

قد ينضغط لكن هذا بعد العلاج والا اذا قبل يعني مهما فعلت من غير علاج قد لا. بعد العلاج بكم طيب؟ ايش المؤشرات انه بدأ

يستجيب؟ المؤشرات هي آآ يعني آآ طبعا هي اعراض متعددة. مم - 01:22:34

الطبيب يلاحظ انه مثلا بدأت الفكرة نفسها تخف قوتها حدة الفكرة والاحاجها يقل تكرارها يقل مدة اه شغله لذهني تقل يصبح

اكثر تحكما احيانا حتى لو ما طرقت عليه الباب يخرج في اقل من الساعة - 01:22:52

هكذا. فانت ممكن تدرج ممكن ساعة تجعلها ساعة الا ربع او نصف ساعة الى وهكذا مثلا فشلت المحاولة في نص ساعة اخليها ساعة

الا ربع يعنيقصد انها تدريجيا يمكن ان تساعد على تقليل الفترة. العلاج - 01:23:11

علاج دوائي وغير دوائي. الدوائي نعود ايضا لمضادات الاكتئاب سبحان الله في مجموعة واحدة من الاكتئاب يعني تعالج كمية من

الامراض طيب آآ آآ في آآ ادوية من مجموعات اخرى ايضا هي مصنفة تحت مسمى مضادات الاكتئاب تعالج - 01:23:29

الوسواس يستمر علاج الدوائي للوسواس بجرعة اه الجرعة في من مضادات الاكتئاب. في الوسوس في العادة تحتاج جرعات كبيرة

في نفس الجرعات اللي تعالج الاكتئاب. اشوف حقين الوسوس ممكن يأكل ثلاث اربع حبوب متتنوع او ما له علاقة - 01:23:49

الوسواس غالبا نبدأ بنوع واحد. نوع واحد. نعم. الذي يأخذ حبوب متتنوعة في الغالب فشلت المحاول الاولى فاضافوا عليه. صحيح

عدة محاولات يعني لانه يعني تخيلنا المحاولة ما نجحت الثانية ما الثالث عندنا عدد - 01:24:12

محاولات بل تصل في نهاية المطاف الى حتى مرحلة العلاج الكهربائي كهربا. مهم. هذا نادر طبعا لكنها اذا ما استجاب بمضادات

الاكتئاب ولا باضافة مضادات الذهان. ولا بالادوية الاخرى المساعدة فهناك حل - 01:24:31

ايضا قد يستخدم في بعض الحالات جلسات اه كهربائي. تنشيط ناقلات معينة ولا شو الفكرة فيها؟ هي سبحان الله. العلاج بالدسات

الكهربائية من الاشياء التي الى الان لم تعرف الالية بالضبط - 01:24:49

كأنما هي نعید شوف اه الجهاز عندك الكمبيوتر لمن يعلق فيه ايش تسوی؟ طفش اغرف فيه شغله كانه الله تتهز الكيميات كيميات المخ

بعد ينتهي من الجلسة يعود تعود الى الانقطاع ببعضها. فيعالج كثير من - 01:25:05

انا اقول هذا مثلا لكن بصفة يعودنا الى الناحية العلمية هو الى الان لم تعرف الالية بالضبط لكن اه لوح باثره في كثير من الاضطرابات

اـه الان المفترض انه خلال الاسـبـوع نفترض دـوـاء نـفـسي يـقـال لـه حـبـة فـي الـيـوـم المـفـتـرـض انه بـعـد اـسـبـوع اـكـل سـبـع حـبـات وـاـن بـعـد شـهـر اـه نـفـرـظ ثـلـاثـيـن حـبـة. طـيـب. تـامـ؟ هـم - 01:25:44

عـدـم التـزـام الـاـنـسـان بـالـوقـت يـعـنـي الـيـوـم اـكـل خـمـسـ. بـكـرـة اـكـل تـسـعـة بـعـد اـكـل بـعـد الـظـهـر زـي كـذـا جـيـنـا نـحـسـب اـخـرـ الشـهـر وـاـكـل اـه سـتـة وـعـشـرـيـن حـبـة. مـمـ. فـي فـاـقـد وـقـتـ - 01:26:05

هـل هـذـا يـضـرـ توـقـيـت اـكـل حـبـةـ؟ وـلـا مـا فـي اـشـكـالـ؟ اـهـمـ شـيـ اـكـلـهـا يـوـمـيـا وـبـسـ. هـوـ لـو تـأـخـرـت او تـقـدـمـتـ فـي حـدـوـثـ سـاعـتـيـنـ بـصـفـةـ عـامـةـ وـلـو عـمـدـاـ هـذـا لـا اـشـكـالـ فـيـهـ - 01:26:21

الـوـ عـمـدـةـ. مـمـ. مـا فـي اـشـكـالـ سـاعـتـيـنـ اوـ ثـلـاثـ سـاعـاتـ. لـكـنـ التـأـخـرـ الـذـي فـيـ النـهـاـيـةـ يـنـقـصـ عـدـدـ يـعـنـيـ الـحـبـوبـ خـلـالـ هـذـا الشـهـرـ يـؤـثـرـ يـؤـثـرـ تـأـثـيـرـاـ يـسـيـرـاـ بـحـسـبـهـ. يـعـنـيـ يـعـنـيـ مـثـلـاـ الـذـيـ يـنـقـصـ اـرـبـعـ حـبـاتـ فـيـ الشـهـرـ كـامـلـ لـيـسـ كـالـذـيـ يـنـقـصـ عـشـرـيـنـ حـبـةـ - 01:26:31
اـيـوـهـ اـنـا سـؤـالـيـ لـيـشـ؟ لـانـيـ اـفـتـرـظـتـ مـثـلـاـ اـنـهـ بـعـظـ الـادـوـيـةـ هـيـ تـعـوـيـضـ لـاـفـرـازـاتـ مـعـيـنـةـ. نـعـمـ طـيـبـ هـذـاـ تـعـوـيـضـ اـذـاـ مـاـ جـاءـ فـيـ وـقـتـهـ اـهـ رـبـماـ يـسـبـبـ اـهـ اـشـكـالـ. فـقـطـ يـعـنـيـ هـذـاـ اـفـتـرـاضـيـ. هـمـ. هـيـ اـهـ كـلـمـةـ تـعـوـيـضـ اـذـاـ اـنـتـ تـعـنـيـ بـهـاـ انـ حـبـةـ تـحـتـويـ عـلـىـ الـمـاـدـةـ النـاقـصـةـ. اـيـوـاـ - 01:26:53

فـهـذـاـ لـيـسـ هـوـ الـوـاـقـعـ. لـاـ مـوـبـ صـحـيـحـ. اـهـاـ. اـهـ هـيـ تـسـتـحـثـ الـجـسـمـ عـلـىـ اـنـهـ يـرـفـعـ مـسـتـوـيـ الـمـاـدـةـ النـاقـصـةـ طـيـبـ لـيـسـتـ لـيـسـتـ تـحـتـويـ عـلـىـ نـفـسـ الـمـاـدـةـ. مـمـ. تـدـفـعـ الـجـسـمـ لـاـنـ يـرـفـعـ مـسـتـوـيـ الـمـاـدـةـ النـاقـصـةـ. طـيـبـ - 01:27:16
تـأـثـيـرـهـاـ يـمـتـدـ لـاـكـثـرـ مـنـ اـرـبـعـةـ وـعـشـرـيـنـ سـاعـةـ الـحـبـةـ. الـحـبـةـ. مـمـ يـعـنـيـ اـثـرـهـاـ يـبـقـيـ اـهـ فـلـذـكـ التـأـخـيرـ الـيـسـيـرـ لـاـ يـضـرـ آـمـرـيـضـ الـوـسـوـاسـ فـيـ الـغـالـبـ حـرـيـصـ عـلـىـ عـلـاجـهـ لـكـنـ يـعـتـرـيـهـ مـاـ يـعـتـرـيـهـ الـاـنـسـانـ الـعـادـيـ اـنـسـانـ مـثـلـاـ عـنـدـهـ عـلـاجـ ضـغـطـ لـاـنـ - 01:27:35
يـعـنـيـ يـنـسـيـ اـحـيـاـنـاـ وـيـؤـخـرـ يـعـنـيـ يـرـدـ لـكـنـ نـقـولـ لـاـ نـشـهـدـ الـمـثـالـيـةـ اـيـضاـ فـيـ هـذـاـ اـقـولـ الـمـلـتـزـمـ بـقـدـرـ الـاـمـكـانـ آـيـعـنـيـ حـتـىـ بـعـضـ الـمـرـضـيـ يـعـنـيـ اـهـ يـسـتـجـيـبـ وـلـوـ تـرـكـ بـعـضـ الـاـدـوـيـةـ - 01:27:56

بعـضـ الـاـيـاـمـ فـيـ الشـهـرـ يـسـتـجـيـبـ لـيـسـتـ دـعـوـةـ لـلـاهـمـاـلـ لـكـنـ اـنـاـ اـنـقـبـلـ النـقـصـ الـبـشـرـيـ طـيـبـ وـالـعـلـاجـ النـفـسـيـ؟ـ الـعـلـاجـ النـفـسـيـ غـيـرـ الـدـوـائـيـ اـيـضاـ عـدـةـ اـهـ اـشـكـالـ مـنـ هـذـيـ الـاـشـكـالـ اـهـ التـدـرـبـ عـلـىـ كـيـفـيـةـ اـيـقـافـ الـفـكـرـ - 01:28:17

اـيـقـافـ تـسـلـسـ الـافـكـارـ. جـمـيلـ. مـثـلـاـ فـكـرـ هـلـ آـفـعـلـتـ ذـلـكـ اوـ لـمـ اـفـعـلـهـ مـاـ لـهـ نـهـاـيـةـ مـثـلـاـ اـنـ وـصـلـتـ الـجـامـعـةـ طـالـبـ فـيـ الـجـامـعـةـ هـلـ

اـغـلـقـتـ بـابـ الدـوـلـابـ اـمـ لـاـ الـغـرـفـةـ مـثـلـاـ مـمـ السـكـنـ الـجـامـعـيـ - 01:28:35

مـفـتوـحـ طـبـعاـ اـذـاـ استـمـرـتـ الـاـفـكـارـ اـغـلـقـتـواـ طـيـبـ لـاـ اـذـاـ اـعـطـيـتـهـ ظـهـرـيـ عـلـاقـتـهـ بـالـيـمـنـيـ يـعـنـيـ التـفـكـيرـ فـيـ مـحاـوـلـةـ اـثـبـاتـ هـذـاـ اـوـلـ

اـسـتـمـرـ لـيـسـ لـهـ نـهـاـيـةـ طـيـبـ الدـخـولـ فـيـ هـذـهـ الدـوـاـمـةـ لـاـ يـنـتـهـيـ - 01:28:58

تـعـلـمـ كـبـيـرـ يـتـعـرـفـ عـلـىـ فـكـرـةـ وـسـوـاسـيـةـ اـصـلـاـ وـكـيـفـ يـغـلـقـ الـمـلـفـ دـوـنـ اـنـ يـحـسـمـهـ بـمـعـنـيـ الـمـرـيـضـ عـادـةـ يـفـكـرـ بـفـكـرـةـ حـتـىـ يـوـصـلـهـ اـمـ اـيـجـابـاـ اوـ سـلـبـاـ لـاـ يـدـرـبـ يـدـرـبـهـ الـمـعـالـجـ النـفـسـيـ عـلـىـ اـنـ يـغـلـقـ الـمـلـفـ - 01:29:22

يـتـقـبـلـ اـغـلـاقـ الـمـلـفـ مـنـ غـيـرـ حـسـمـ طـيـبـ فـهـذـهـ تـقـنـيـةـ وـلـيـسـ مـجـرـدـ اـمـرـ نـظـريـ فـاـذـاـ اـسـتـطـاعـ ذـلـكـ فـيـغـلـقـ مـلـفـاتـ كـثـيـرـةـ مـنـ غـيـرـ حـسـمـ وـيـنـتـقـلـ اـلـىـ الشـتـاءـ يـعـنـيـ يـشـفـلـ نـفـسـهـ بـشـيـءـ اـخـرـ. هـذـاـ اـيـقـافـ الـافـكـارـ - 01:29:45

اـلـالـيـةـ الثـانـيـةـ الـلـيـ هـيـ تـتـكـلـمـ عـنـ مـنـعـ الـاـسـتـجـاـبـةـ فـكـرـةـ اـرـتـبـطـ بـعـملـ قـهـرـيـ يـعـنـيـ يـدـرـبـهـ الـمـعـالـجـ عـلـىـ اـنـ يـمـنـعـ الـاـسـتـجـاـبـةـ مـثـلـاـ آـفـكـرـةـ اـنـ يـدـهـ مـتـسـخـةـ وـلـابـدـ اـنـ تـفـسـلـ آـمـرـيـضـ مـنـ غـيـرـ عـلـاجـ مـنـ الـوـسـوـاسـ يـحـسـ بـاـحـسـاسـ الـيـدـ الـمـتـسـخـةـ. فـيـ قـرـارـاتـ نـفـسـيـ يـعـلـمـ اـنـ لـاـ - 01:30:00

لـيـسـ هـنـاكـ اـسـتـدـعـيـ لـاـ يـرـىـ نـجـاسـةـ وـلـاـ يـرـىـ اـتـسـاخـاـ لـكـهـ يـحـسـ بـذـلـكـ اـهـ يـدـفـعـهـ ذـلـكـ الـقـلـقـ طـيـبـ يـقاـمـ الـقـلـقـ يـطـبـ عـلـىـ الـاـسـتـرـخـاءـ وـتـمـارـيـنـ الـاـسـتـرـخـاءـ يـقـلـلـ مـنـ حـدـتـيـ اوـ يـقاـمـ الـجـلـسـةـ الـعـلـاجـيـةـ قـدـ يـكـوـنـ هـنـاكـ تـعـرـيـضـ ثـمـ مـنـعـ الـاـسـتـجـاـبـةـ - 01:30:29
تـعـرـضـ لـلـمـثـيـرـ وـهـوـ يـمـنـعـ مـنـ الـاـسـتـجـاـبـةـ يـدـرـبـ عـلـىـ ذـلـكـ يـكـوـنـ فـيـ قـطـعـ لـلـارـتـبـاطـ نـعـمـ. يـعـنـيـ كـيـفـ يـتـحـمـلـ الـقـلـقـ الـذـيـ يـرـدـ عـلـيـهـ وـمـنـ غـيـرـ اـنـ يـسـتـجـيـبـ اـهـ هـنـاكـ اـيـضاـ نـوـعـ ثـالـثـ مـنـ اـنـوـاعـ الـعـلـاجـ هـوـ الـعـلـاجـ الدـاعـمـ - 01:30:54

انك صحيحة فكراه مثلا في الذات الالهية غير صحيحة لكن هذا لا يعني انك كفرت مثلا ولا يعني انك فكراه في هذا انك انسان سيء. سيء ايه. الفكرة الجنسية. لذلك طبعا - [01:31:16](#)

يلوم نفسه سيسخن عيب احتقار للنفس خزي الخزي والعار وكذا. يحتاج الى علاج داعم هذا مرض وانت كذا وكذا سبحان الله انا اوجدت هذى الثالثة جهاد آآ احسب انه صحيح ان شاء الله. وجدتها في آآ السنة النبوية. اها - [01:31:34](#)

مثلا آآ لما شكر النبي صلى الله عليه وسلم الوسواس اكثر من حديث واكثر من روایة قال ذاك صريح الايمان ذاك صريح الايمان هل هناك دعم نفسي اكثر من ذلك؟ جميل اها جميل الى ان يهوي الى ان يهوي من حلق احب اليه من ان يتكلم به. يعني الرجل مستعجل - [01:31:54](#)

للفكرة غداك صريح الايمان. طيب ما دمت مستعظام طبعا ليس صريح الايمان للاصابة بالوسواس وانما استعظام الفكرة. الله لانه لو كان كافر لما استعظمه لو كان ملحدا لما وجد يعني اصلا غضاضة هل الملحد الان اذا خطرت فكرة الحادية في ذهني يتآلم ويتعذب ما يتعذب - [01:32:16](#)

لا يتعذب الا من هو مؤمن فعلا. طيب. فهذا موجود دعم نفسي ذاك صريح الايمان وفي اعتقاد في لفظ محض الايمان آآ ايقاف الافكار قال ليستعد بالله ولينتهي انتهي. اترك تماما - [01:32:39](#)

ما في افكار تعريض من الاستجابة شكي النبي صلى الله عليه وسلم رجل يخيل له ان يجد الشيء في صلاته يسيء خروج الريح وكذا. ايوة. نواقض الوضوء في الصلاة مريض الوسواس ماذا يصنع - [01:32:57](#)

اقطع الصلاة اصلا هي انقطعت في اعتقاده انقطعت انه احدث يعني هو اصلا شك مجرد شك. قال لا ينصرف حتى يجده يسمع صوتا او يجد ريحه يعني يقين فهو تخيل مستمر في الصلاة وال فكرة موجودة - [01:33:10](#)

لكن لا ينصرف امر من النبي امر لا ينصرف يستمر في صلاته استمر من الاستجابة سبحان الله من الاستجابة. ما شاء الله. وكأنه فعلا يشهد بصحبة ذلك. يعني انا اقول الحديث يشهد بصحبة العلاج النفسي. وليس العكس. ايه. لانه - [01:33:28](#)

الاصل اه هذه من الاشياء التي لها فعالية في علاج وتخيل انه لا ينصرف ثم يتم صلاته ولا يعيدها ولا ينصرف يتمها ثم يكتشف ان لم تنتهي الحياة لم يصب بعقوبة ما مشت الامور قدر - [01:33:46](#)

اقفل ملف دون حسم له وان الصلاة صحيحة لانه لو لم تكن صحيحة لما امره النبي صلى الله عليه وسلم باكمالها باكمالها يا سلام يا سلام هي فعلا يعني سبحان الله نحن احيانا نمر - [01:34:01](#)

الاحاديث ولا نأخذ منها الا قليلا زادك الله حكمة وفقها. شكرنا دكتور. بارك الله فيك. بارك الله شكرنا لك - [01:34:14](#)