

## برنامج | مع الشثري | المبتلون ( الحلقة 01 )

سعد الشثري

ننهل من وصايا فعششنا هل من وصايا ثم اختتم بانوار السماء شهادة للورى مثل الهدايا باثواب البهائم بها الشذر يبين للبرايا وينصح الاحبة فيه الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على افضل الانبياء والمرسلين - [00:00:00](#)

اما بعد فأرحب بكم ايها المشاهدون الكرام واتناول معكم موضوعا من الموضوعات التي يكثر التباحث فيها والتناقش باحوالها وفي ما يعرض لها الا وهو الحديث عن المرض والمرضى فان المريض - [00:00:41](#)

الذي يصاب بمرط يناله اجور متعددة فاولا المرض يكفر الله به سيئاته كما قال النبي صلى الله عليه وسلم ما يصيب المؤمن من هم ولا غم ولا نصب ولا وصب يعني مرض. الا كان كفارة - [00:01:06](#)

ذنوبه ثم ثانيا ما يتحلى به المؤمن من الصبر وعدم الجزع بسبب ما اصابه من المرض لينال به الاجر الكثير وقد قال الله عز وجل انما يوفى الصابرون اجرهم بغير حساب - [00:01:27](#)

وقال والذين صبروا لنجزينهم اجرهم باحسن ما كانوا يعملون وقال وبشر الصابرين وهكذا من الامور التي يعبد المريض بها ربه ان يرضى عن الله جل وعلا فان من رضى عن الله في اقداره رضى الله عنه - [00:01:48](#)

ومن العبادات التي يفعلها المرضى ان يبذلوا الاسباب في التداوي فان التداوي عبادة يعبد الله بها لمن نوى التقرب بها لله عز وجل فان الله جل وعلا قد امر بها - [00:02:12](#)

والنبي صلى الله عليه وسلم رغب فيها فقال صلى الله عليه وسلم عباد الله تداووا فانهما من داء الا وله دواء علمه من علمه من جهله ومن هنا فان اتخاذ الانسان - [00:02:31](#)

الوسائل العلاجية و الاحترازية التي تقيه باذن الله عز وجل من المرض لهو من اسباب الاجر والثواب ولذا قال النبي صلى الله عليه وسلم فر من المجذوم فرارك من الاسد - [00:02:53](#)

فر من المجذوم فرارك من الاسد وما ذاك الا ان اتخاذ هذه الاجراءات قربة يتقرب بها لله جل وعلا ومن ذلك الاجراءات الاحترازية التي تكون في ازمان الوبئة لان لا تنتشر بين الناس - [00:03:14](#)

ولذا لما حدث الطاعون في اهل الشام في عهد الصحابة قال لهم عمرو بن العاص تجبلوا في الجبال من اجل ان يتفرق الناس فيكون هذا من اسباب عدم انتقال الامراض والوبئة - [00:03:37](#)

بالعدوى فائى عليه عمر ووافقه في هذا الاجراء ان من الامراض المنتشرة في زماننا الحاضر امراض السكري وضغط الدم والكوليسترول. وكل واحد من هذه الامراض له اجراءات تخفف منه وتقي من الاصابة به قبل ان يصاب الانسان - [00:03:58](#)

ولذا علينا ان نجعل هذه الامراض امام اعيننا فمن لم يصب بها عليه ان يتخذ الاجراءات الاحترازية التي تقيه باذن الله عز وجل من الاصابة بها ومن اصيب بها فعليه بتناول اه العلاجات واتخاذ الاجراءات العلاجية المتعلقة بها - [00:04:29](#)

اه فمن ذلك مثلا فيما يتعلق بمرض السكري وهو مرض منتشر عند الناس وقد اصيب به من الناس فعندهم ثلاثة امور لابد ان يلاحظوها اول ذلك فيما يتعلق بالطعام واجتناب الاطعمة التي قد تؤثر عليهم - [00:04:56](#)

تلك الاطعمة التي اشتملت على سكريات ترفع نسبة السكر في الدم علينا ان نجتنبها وان نتركها. وليكن من شأننا اتخاذ حزمة غذائية وحمية تتعلق بهذا المرض. لئلا يزداد لدينا ثم ثانيا علينا ان نتخذ من الاجراءات الرياضية - [00:05:22](#)

ما يقلل من نسبة السكر في الدم ومن ذلك رياضة المشي رياضة الجري ورياضة حمل الاثقال وغيرها من انواع الرياضات ان الانسان

عندما يزاول هذه الانواع من الرياضة يحتسب الاجر فيها ويأمل ان تعود على بدنه بالصحة التي تمكن البدن من البقاء ليعبد -

[00:05:52](#)

الله مدة اطول يحوز بذلك على الاجر والثواب وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يزاول عددا من الرياضات الم يكن يسابق عائشة؟  
الم يرد عنه صلى الله عليه وسلم انه صارع ركانة؟ الم - [00:06:23](#)

يرد عن النبي صلى الله عليه وسلم انه اراد ان يشارك اصحابه في مسابقة الرمي بالسهم الى غير ذلك من انواع الرياضات التي كان النبي صلى الله عليه وسلم يزاولها - [00:06:45](#)

ويرغبوا اصحابه ويرغبوا اصحابه في مزاولتها واما الامر الثالث فهو تناول العلاجات التي يصفها اطباء التخفيف من اثار هذا المرض. ومحاولة التقليل من نسبة سكري في الدم ان الانسان عندما يحافظ على هذه الادوية يكون لها اثر جميل على سلامة بدنه -

[00:07:03](#)

وهناك امر رابع يتعلق بهذا الجانب الا وهو مراعاة الحالة النفسية فيكون الانسان عنده من الرضا بقضاء الله وقدره يكون من اهل العفو والتجاوز لا يتأثر بتصرفات الآخرين التي لا يرضاها. يمسك نفسه عند الغضب. يمتثل قول النبي صلى الله عليه وسلم لما جاءه رجل فقال يا رسول الله اوصني قال لا تغضب قال اوصني قال لا تغضب قال اوصني قال لا تغضب فان الحالة النفسية لها من الاثر السلبي على الانسان ما الله به عليم. عندما يكون الانسان راضيا بقضاء - [00:08:02](#)  
وقدره حريصا على ان يكون مطمئن البال يكون هذا من اسباب تقليل اثار المرض عليه انظر الى اثر ذكر الله جل وعلا. كما قال سبحانه  
الا بذكر الله تطمئن القلوب - [00:08:23](#)

وانظر كيف قد جعل الله جل وعلا الاستغفار من اسباب قوة البدن كما قال تعالى يزدكم قوة الى قوتكم. وكما قال سبحانه وان استغفروا ربكم ثم توبوا اليه يمتعكم متاعا حسنا الى اجل مسمى. ويؤتي كل ذي فضل - [00:08:46](#)  
فضلة ان من الامراض المشتهرة فيما بين الناس امراض الضغط وهذا ايضا له طرائق للعلاج على اصحاب هذا المرض ان يراعوها وان يهتموا باستجلاب الاحوال والافعال التي يكون لها من الاثر في طيب نفوسهم ومن ثم لا يرتفعوا - [00:09:11](#)  
الضغط عندهم وهكذا على الانسان ان ينظم حياته في مأكله ومشربه فلا يتناول من المأكول الا ما يكون مقويا لبدنه. عائدا عليه بالصحة والسلامة ان تناول الطعام لمجرد اشتهاه الانسان له مع كونه مضرا بصحته ليس من العقل في شيء وليس - [00:09:39](#)  
من اسباب ارضاء الله جل وعلا في شيء نحن نعلم ان الله جل وعلا انما حرم ما حرم من المأكولات لكونها تؤثر تأثيرا سلبيا على الابدان ولذا قال تعالى يسألونك ماذا احل لهم؟ قل احل لكم الطيبات - [00:10:10](#)

وقال في الاية الاخرى في وصف النبي صلى الله عليه وسلم يحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث مما يعلم منه ان كل ما يؤثر على البدن تأثيرا سلبيا من الاطعمة - [00:10:32](#)  
فانه يجتنب ولا يؤكل وهكذا على الانسان ان ينظم وقت منامه فلا يتعب بدنه بترك النوم ولا يستجيب لدعوات اولئك الذين بدون اكمال اعمالهم ولو كان بالسهر الذي يبعد راحة البدن - [00:10:48](#)

بارك الله لكم جميعا في ابدانكم ورزقكم الله الصحة والعافية لا تنسوا ان تكثرُوا دعاء الله جل وعلا بشفاء المرضى وبسلامة الابدان وبالعافية. فان من اوتي العافية في الدنيا والاخرة فقد اوتي خيرا كثيرا - [00:11:11](#)  
فبارك الله فيكم ووفقكم الله لكل خير هذا والله اعلم. وصلى الله على نبينا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين مع الشتريس نهل من وصايا مع الشتر سنانهل من وصايا بانوار السماء هدت للورى مثل الهدايا - [00:11:37](#)  
باثواب البهائم بها الشتر يبين للبرايا وينصح الاحبة في خريف - [00:12:08](#)