

## جلسات #مع\_نفسي 22 ... المخلوقية - الألم واللذة - التعلق -

### الغناء - المعقولات والتوقعات

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا بك يا دكتور. مستعد نكمل مرحلة الالم واللذة؟ اه متتشوق. طيب بص اسيدي احنا يمكن اه انا فاكر اخر اخر حاجة اتكلمنا فيها انه لو فهمنا الالم واللذة هتتحل معانا مشاكل كتيرة - [00:00:00](#)

من ضمنها مسلا معضلة الشر وكنت فاكر اديتك مسال لحنة اللي بيقول مسلا ايه ذنب الطفل انه يقتل في مكان معين السؤال ده بذاته خطأ بس ممكن حد يعترض ويقول لك ايه يا دكتور طب ما الاية بتقول واذا المؤدية سئلت باي ذنب قتلت. مم. صح؟ مم - [00:00:31](#)

هي اذا مؤدية سئلت باي ذنب في عالم البشر قتلت مش باي ذنب عند ربنا. اه. يعني هو ايه الذنب اللي اذنبته في حق البشر عشان يقتلوها؟ هم. انما في حق ربنا ما فيش حاجة اسمها ذنب هو انا لله - [00:00:49](#)

وكما قلت يأخذني باي طريقة يشاء. هم في سؤال كده له علاقة احياناً بمعضلة الشر بنظره في الدورات والمحاضرات المتعلقة بم ملف الالحاد وهو يمكن يبقى صعب شوية. طيب واحدة ممكن تقول لك او واحد ممكن يقول لك - [00:01:03](#)

طب يا دكتور ايه ذنب الطفل الذي يغتصب وهو صغير فانا عادة بجاوب اجابة سريعة شوية مفاجأة اقول لها وايه ذنب الطفل انه انه يتطعم وهو صغير فيقول لي ايه العلاقة؟ - [00:01:19](#)

او لا العراقي كال التالي الاثنين من من وجها نزراً هما انا طفل صغير تم تثبيتي من قبل اشخاص كبار وتم ادخال جزء في جسمي مؤلم ها صح ولا لا؟ صحيح. الاغتصاب كده والتطعيم كده - [00:01:33](#)

انما من وجها نزراً احنا ده اتلزم ومش عارف وهيعيش حياته بقى بوصمة عار انه تم اغتصابه وده بالعكس كان عشان المناعة. عشان مصلحته المصلحة ومش عارف يبقى الاعتبار هو الذي يجعل للمسألة اثر - [00:01:52](#)

وده من تخلفاتنا للاسف انا في احد ملفات اللاجئين في بلد من البلدان كان من الحالات المؤثرة اللي شفتها بنت تم اغتصابها من قبل افراد جيش ده ما كانش مؤلم بقدر الالم اللي خدته انه اهلها لما دخلوا على المخيم - [00:02:08](#)

ما سجلوش اسمها معهم لأنهم استعرفوا منها اه دول قتلواها اكتر من الاغتصاب ده تخلف تعالى بقى عندنا في الاسلام. هم تبقى مغتصبة بل اكتر من ذلك. قد تكون زانية - [00:02:28](#)

واسلمنت وتابت فيتزوجها صاحبي وما يسألش في الماضي بتاعها. هم هات لنا بقى النفيسيات المتحركة بتاعة اليومين دول عشان يتعلموا من الصحبة تلاقيه شاب كيوت وكول وببدلة ومش عارف ايه. واول حاجة انت عندك ماضي - [00:02:44](#)

انتم كنتم بتعرفوا يا ابني انت مش عايز واحدة صالحة وكمان يعني الكلام ده برضه بيتفاصل للبنات. طيب فتحة مفهوم الالم واللذة لو فاهم هيحل لنا مشاكل كتيرة. اخر حاجة ممكن انهي فيها في الملف ده - [00:03:00](#)

واحدة كنا في دورة من الدورات في فقه الحب والزواج. مم. فقالت لي يا دكتور آآ هو ليه ربنا بيفرض علينا حاجات مؤلمة؟ قلت لها ازاي قالت لي ازاي تعدد الزوجات - [00:03:16](#)

قلت لها اولا ربنا ما فرضوش ربنا اباوه وفي فرق بين الاثنين قالت لي حتى لو كده دي حاجة مؤلمة قلت لها طيب هي كانت موجودة هي وجوهها في الدورة التدريبية. مم. وهم الاثنين حكوا لنا قصة التعارف. وازاي ان هو كان في بنات يعني عينهم عليه - [00:03:29](#)

وفي شباب عينهم عليها وفي الآخر انجوزوا. طيب قلت لها لما انت حصلت على جوزك حصلت على لذة. اه كم شاب تالم مم وكان بنت تالمت طب بلاش كده الحماة تالمت ولا ما تالمتش؟ انه ابنها اللي ربته مش عارف ايه خصوصاً لو كانت للاسف - 00:03:45  
مستأنسة كفاية متعلقة تعلق مرضي سكتت قلت لها انا حديكي بقى الالم الحقيقي سيبك من القلم اللي انت جبتيه ده فوانا لسه عايز اتكلم رحت معيط مم بقت في حالة صمت كده في الدورة - 00:04:06

وعايزين يعرفوا ايه ايه الحكاية؟ السر. بالزبط قلت لها انت عايزه تعرفي الالم ايه مم. الالم ان انا افكر انه هيجي اليوم اللي مريرم وهاجر مريرم وهاجر هيجي عريض ويأخذهم - 00:04:24

وافقد ذلك النور الذي في البيت قلت لها ده انا ابقي عبيط زيك واقول له يا رب اوقف سنة الزواج عشان راجل عبيط زبي متعلق ببناته ينفع قلت لها فاياكي ان تظني ان الاسلام يشرع حسب اهواء الناس - 00:04:43

الاسلام يشرع حسب القانون الذي يراه الله اصلاح للمجتمع. هم. مش عشان حضرة جنابك هتتألمي شوية فما بالك لما نعرف انه في ارياف وقرى وحضرارات معينة التعدد كان بيعدى عندها باقل ما يمكن من - 00:05:04

الالم لي لانه الزوج مش رقم واحد في حياتها انما لما تيجي المرأة المدنية دلوقي حتى لو كانت متدينة وعندها آآ تزويق المتدينات ومش عارف في الحقيقة هي عايشة مستعبدة للزوج ده. فاول ما تحس انه راح منها - 00:05:22

تشعر بالالم الشديد. مم. وتنهار وتقعد تششك في الذات الالهية وتششك في الاحكام الشرعية عشان بس الم التملك. ما هو الاصل ان ان الزوج ما يبقاش رقم واحد او الزوجة تبقى رقم واحد في حياته. طبعاً وده حنتكلم عليه ان شاء الله لما نيجي على حنة انا والآخر والتملك والله انا الآخر. طبعاً. ده قولوا واحداً. من اكثر - 00:05:37

طلعت عند الاناث انه الرجل يبقى يبقى رقم واحد عندها. طبعاً. وده اللي موقعك. هنزعلي كتير من الرجالية كده. ايه؟ هنزعلي كتير من الرجالية الراجل اللي بيزعلي يبقى يرضي ان يكون - 00:05:57

له. هم هي الاصل ان رقم واحد في حياتنا كلها دي انا لما حد صاحبي يقول لي انت عارف انا مراتي بتحبني لدرجة ان انا لاما ابقي مسافر بتبقى مش - 00:06:09

مش طايقة الحياة من غيري وبتبقى مش عارفة تأكل من غيري بقول له انت يا ابني سادي انت مريض نفسي انت لازم تبقى مش مبسوط انها كده. مم. هي لازم تبقى مستقلة عنك - 00:06:21

وتعرف تعيس حياتها من غيرك لكن مش معنى الكلام ده انها بتحبها كده. يعني ما بتحبكس او لا. الشوق حاجة وانك تبقى متملك الانسان الثاني دي من السعيدية ان انا اقول انا مراتي لا يمكن تعيس يوم من غيري لا يمكن بعدى عليها اليوم من غير ما تكلمني خمسمية - 00:06:31

ميت مرة ده مرض. مم. هو الاصل انه يبقى عندها استقلالية نفسية وانت عندك استقلالية نفسية. انا دايماً بقول الكلام ده. في فرق بين انا سعيد بنفسي وهي سعيدة بنفسها. فلما نلتقي نقى اسعد. هم - 00:06:48

وفرق بين انا ابقي شقي باستنى السعادة بها وهي شقية تستنى السعادة بي وحلني بقى نسعد ولا ما نسعدش. مم. طيب انا عايز ايه؟ انا عايز ابقي اسعد صحيح - 00:07:03

من النماذج الصعبة برضه موضوع تعلق الامهات. بالزبط. آآ بالابناء بيشعر انه نزول الولد للشارع مسلا او بقاوه برة البيت ل ساعتين ثلاثة اربعة يعني ده كأنها بتتفقد جزء من روحها. عشان كده ينبغي على الامهات تحديداً والكلام ده دايماً بيزعلي الامهات مني في المحاضرات والدورات. اقول لها ابنك ليس ملكاً لك. ابنك - 00:07:14

طويل المقام مم جاي زيارة عندك بس هيقعد كتير استعد انه يروح في اي لحزة انما ما ينفعش تفكريه انه عباره عن آآ كبس العيد بتتفخيه علشان حضرة جنابك تدبخيه في عيده انت - 00:07:34

طيب ده ما ينفعش ابنك عباره عن شخص انت مؤتمنة عليه وعبارة عن شركة بين قوسين فرعية من الشركة الكبيرة بتاعتهم بس في يوم من الايام هتخرج ولازم تبقى انت مستأنسة بنفسك عشان لما يخرج تبقى مستريحة. ان ما ينفعش اول ما يخرج من هنا تنهاري

بقي. ها آما كلمتونيش ليه؟ ما جيتوش الولاد عشان اشوفهم ليه - 00:07:48  
حولي الى نكديمش على الارض. مم. ومنكدة على اللي حواليك بس ده برضه يعني كون توقعها انها كل يوم ممكن ابنها يتاخد منها طب ما ده في النهاية هيأسر عنها برضه سلبيا مسلا لو هي توقعت انه اليوم ده هيبيقى اخر يوم بالعكس - 00:08:08  
هتفتنم كل لحظة وهتبقى مبسوتة خصوصا انها مسلمة لله. مم. طيب انا لا اقول ان الفراق لا يؤلم. انت خدت بالك انا وانا بجيبي سيرة بناتي قبل شوية عياط. ايوة. طيب - 00:08:22

الناس بيفتكروا اكيد الرجل ده ما بيحبش لأنتم فاهمين غلط اصل انتم فاهمين انه المحبة تبقى ضعف. مم او القوة ان انا ما عنديش آدموع لا ده غلط. هي الوسطية انك تبقى عندك العاطفة دي - 00:08:33  
وبنفس الوقت عندك القدرة انك انت تبقى متزن انا هقول لك مسال تاني. انت عارف ان انا من اول ما اتولدوا بناتي لحد دلوقتي عمرى ما قلت لهم يا روحى - 00:08:48

يا حياتي لأنهم باختصار لا روحى ولا حياتي وهما عارفين الكلام ده روحهم وحياتهم لهم وروحهم حياتي لي بتقول لهم ايه طيب؟  
مش عارف ايه قرة عيني في اللغة العربية فيها الاف الالفاظ. هم. جت على روحى وحياتي. ودي واحدة من الحاجات اللي - 00:08:58

للأسف وقعنا في فخ الاغاني. هم. معظم الاغاني جعلت الآخر انا مش عايز اخش في حته انا والآخر. لكن علقة الآخر في حياتنا. هم.  
روحى وخد روحى وراح وامل حياتي والحب كله وآآآ حياتي من غيرك عزاب وقبل ما تشوفك عنينا عمر ضايع والكلام الفاضي ده كله - 00:09:15

ظهر عندنا جيل كامل من الضعف. هم. اللي مستلب للآخر ومستبعد للآخر ومش عارف يعيش لوحده. ودي من ضمن المدخلات اللي اسرت علينا بالسلب. طبعا مية في المية مية في المية - 00:09:33  
والمشكلة ايه؟ يسمى ايه؟ الطرب الفسيخ قصدي الطرب الاصيل. طيب؟ ما ينفعش تتكلم على الطرب الاصيل. مم. وفلانة وفلان  
ومش عارف ايه؟ لا يا حبيبي طلب اصيل ايه؟ طلب اصيل ايه؟ ده ينفي - 00:09:43  
ان يستغفر له وان يتتاب عنه. مم. انما انك انك تبقى واصل لمرحلة انك مش عارف تعيش دى هنتكلم عليها في انا والآخر يعني خليها طيب دكتور كده في علاقة يعني من خلال كده بس عذرا يبقى احنا قلنا ان المخلوقية متصلة بالحاجة الحاجة متصلة بالالم - 00:09:53

والالم هيخلينا نفهم حاجات كثيرة من ضمنها معضلة الشر. وازاي احنا نبقى سعداء الى اخره. طيب. طيب هل بقى الالم واللزة  
مرتبطين بموضوع التوقع جميل بناء على اللي احنا قلناه ده - 00:10:11  
لو فهمتنا الحته دي هنسريح لو لو رفعنا سقف المقولات وخفضت وخفضنا سقف التوقعات. ازاي انا في عندي شريحة كده في الدورات بجيها مكتوب كده معقوله صاحبى يتقلب على. معقوله صاحبتي تعطني في ضهرى! معقوله! الشيخ اللي كان بيدرسنى.  
يلحدى! معقوله! الشيخة الفلانية تخلع الحجاب! هم - 00:10:25

معقول الاجابة على كل المقولات دي ايه؟ نعم اه انما اللي تاعبنا احنا انا لا نتصور المقولات دي. مم واضحة؟ واضحة. يعني اللي تاعبنا انه معقوله؟ لا مش معقوله. معقوله ابني يلحدى؟ اه طبعا معقوله - 00:10:50

ده انا في دورة اللحاد وانا بقدم دورة عن اللحاد بقول لهم في اول يوم هل ممكن تصبحوا بكرة على خبر الدكتور عبدالرحمن ذاكر  
الهاشمي الطبيب واستشاري والداعية يعلن الحاده - 00:11:05

فتلاقى لأ الجمهور اعوز بالله اقول له ايه شفته شفتم ردة الفعل دي هي اللي بتخواني لأنكم فاكرین اللي قدامكم ده عصي على الشيطان مم. ما فيش حد عصي على الشيطان. نحن كلنا في حبل الله - 00:11:18  
كلنا بحبل ربنا ما عدا ذلك كلنا ممكن في يوم نتاخد وعشان كده يعني كثير من الشباب سقطوا لما داعية سقط. هم. لما شيخ سقط.  
لما مقرئ قرآن سقط. لما غلط - 00:11:30

انت فاهم الدنيا غلط. ايوة. وبالتالي رفع سقف المعقولات هيحصل عندك ايه؟ مناعة ذاتية. هم طب خفض سقف التوقعات اللي ما توقعش كتير طب دكتور مش ده تشاوم دول بتوع قانون الجذب بيقول لكتوقع الافضل دايما اكيد الشارع هيبقى فاضي اكيد المطرة هتنزل اكيد لا يا حبيبي - [00:11:44](#)

الدراسات وممكن ازودك بالدراسات دي تقول بأنه الناس اللي بيقولوا الكلام ده دايما ويوهمنا انفسهم بأنه اللي جاي دايما افضل عرضة للاحباط والاكتئاب وقلة المناعة النفسية من غيرهم وبالتالي انت بالعكس كل ما رفعت سقف المعقولات وخفضت سقف التوقعات - [00:12:04](#)

كل ما بقت حياتك افضل يعني انا بخرج مسلا بخرج يعني فلنقول انا عندي ميعاد معك انا بخرج وانا رافع سقف المعقولات يعني ايه؟ معقولة بيقي الشارع زحمة لدرجة انه ممكن ياخريني؟ اه - [00:12:23](#)

واخفض سقف التوقعات. طب ده هيخليني اعمل ايه اطلع بدري واتوقع الاسوأ. هم، فمناعتي النفسية تبقى جاهزة فلما يحصل الحاجة ابقى متوقعة. طيب انما لا لا الحاجات متقطبة والشارع هيبقى فاضي - [00:12:37](#)

اول ما تيجي الزحمة اتعصب بقى وتطلع مني الفاز جارحة ومش عارف طب ليه كده؟ ما كنت توقعته انتهى الموضوع. هم، طيب الحديث احبب من شئت فانك مفارقه طب ليه كده يا رسول الله؟ ليه التشاوم ده؟ لا - [00:12:52](#)

ده علشان يخلي المناعة النفسية عندك عالية فتصلك الى افضل مرتبة بعد الانبياء. هم، مرتبة مين قبله بين عينيه وبكي وقال طبت حيا ومتى يا رسول الله وطلع على المنبر يقول من كان يعبد محمدا فان محمدا قد مات - [00:13:08](#) رضي الله عن ابي بكر. الصديق. دي المرتبة طب ليه اصله كان متوقع راح مفكره في الاية مم قد خلت من افإن مات او اهو ما هو فاكرها اهو لكن بعض الصحابة التانيين - [00:13:26](#)

كان الاية دي راكتبها على جنب مش عايزين يفتكروها لانها هم. ضد اهوائهم. طيب انما اللي فاكرها كان ابو بكر وحق له ان يكون الاول بعد الانبياء. رضي الله اه. فتحة ان انا ابقى - [00:13:41](#)

ابقى بين قوسين مستعد بتوقعات منخفضة ومعقولات عالية اي حاجة بينهم هبقى متوقعه وده اللي احنا بنقوله رجاء الاحسن وخشية الاسوأ الجمع بينهم هي دي التوازن والصحة النفسية. هم، انما رجائي الاحسن وبس حبى ساذج. هم - [00:13:53](#) خشت الاسوأ وبس هبقى متشائم بين ده وده الخوف والرجاء تقوم الصحة النفسية. طب لازم الالم يا دكتور هل لها علاقة بالطمأنينة والسعادة؟ يعني زي ما الكلام واضح من كلام حضرتك. لها علاقة - [00:14:12](#)

ساضطر اسفا ان اوجل الكلام ده الى الجلسة اللي جاية. طب ناخد لمحه حتى عنها. طيب هو الالم واللذة هتفتح لنا باب الشقاء والنكد وهل الاصل في الانسان الشقاء؟ طب القرآن بيقول لك خلق الانسان في كبد؟ طب يعني هل احنا يعني مجبورين على الشقاء؟ هم. هل الاصل في الانسان والمشكلة انه بقى فيه - [00:14:25](#)

الاعلام سوق فكرة انه الانسان المتدين ده دايما نكدي يعني في حالة نك دايما بقى مطأطئ الرأس وبيتكلم بطريقه والكافر بقى هم اللي عارف لعلنا يعني نفرض الجلسة اللي جاية للكلام على علاقة الالم واللذة بالطمأنينة والسعادة والرضا والشقاء والكمد والكلام ده كله. جميل ان شاء الله. استاذنك ان شاء الله - [00:14:45](#)

العلني القاك غدا ونفصل فيهم. فالى اللقاء. ان شاء السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - [00:15:05](#)