

حيل الناس | #المنعة النفسية وتطبيقاتها | د يوسف مسلم

يوسف مسلم

بسم الله والصلوة والسلام على رسول الله في هذا اليوم نلتقي ونسأل الله البركة في لقائنا هذا وان يعطينا من حسن الفهم ايضا من خير العلم من مشكاته سبحانه وتعالى - [00:00:01](#)

فنسأل الله ان نوفق في هذا اليوم في هذا الموضوع المركز او في المواقع المركزية التي سنقدمها لاحقا كنا قد قدمنا عدد من اللقاءات حول موضوع المنعة النفسية وتحديثنا انه هذا البرنامج برنامج المنعة النفسية برنامج - [00:00:24](#)

آآ متخصص وقمنا ببنائه على اه اساس شرعي ونسأل الله انه هذا الاساس المتبين آآ لانه بالتأكيد خير من يعرف الانسان وطبيعة الانسان هو خالق الانسان فعلى هذا الاساس قام هذا البرنامج - [00:00:43](#)

وكان اه هنالك تقديم لعدد من الحلقات قبل ذلك في ست حلقات قدمتها سابقا لاجل ذلك معظم المفاهيم اللي حنططها اليوم وخصوصا لما بنحكي عن دائرة العزم هي طرحت سابقا في حلقات سابقة. فاللي فاتته الحلقات السابقة وصار مهم - [00:01:05](#) انه يحضر ايش اللي بنقدمه ممكن يرجع لقناة اليوتيوب ويشاهد المحاضرات السابقة وهذا الموضوع المركز حول حيل الناس هو جزء من مكتبة اذا جاز التعبير في موضوع المنعة النفسية تحت - [00:01:26](#)

باب العبث بالعقل العبث بالعقل سنقدم لاحقا عدد من الامور التي سنتعلم من خلالها ما الذي يعنيه بموضوع العبث بالعقل وكيف يتم العبث بعقولنا على طول العصور يتم العبث بعقل الانسان بعدد من الطرق - [00:01:49](#)

لكن الجزئية اللي حناخذها اليوم وهما تكون الجزء الاول اه بحيل الناس لانه حناخذ اشي متقدم لاحقا باذنه تعالى الجزء اللي حناخذ هو حول حيل الناس كيف يستطيع الناس ان يلجموا عقولنا. تمام - [00:02:14](#)

وبالتالي يغيروا افهاما وموافقنا واسلوبنا وطريقتنا وردود فعلنا هذا الموضوع يأتي ونحن اصحاب حاجة المواقع النفسية ليست رفاهنا نحن اصحاب حاجة وخصوصا عندما نرى كيف يبعث في الاعلام وكيف يبعث الناس - [00:02:32](#)

وكيف تعبت بعض الشعوب بمقدراتنا لدرجة تهان فيه امهاتنا وجداتنا فنسأل الله ان يثبت علينا عقولنا ويعينا لحسن الفهم ويعينا ايضا حتى تكون في لحظة من اللحظات من يعين اخاه المسلم ويعين هؤلاء - [00:03:02](#)

في مشاكلهم وفي مصائبهم وفي ابتلاءاتهم نسأل الله ذلك وبالتالي هذا البرنامج فتح الافق انه نبشركم بشارة جيدة اليوم وهو انه تم تأسيس مركز الماعة النفسية وسيكون هذا المركز تحت اشرافي - [00:03:25](#)

وهذا المركز سيكون متخصص بجوانب الوقاية والتدريب والمشورة والعلاج النفسي هذا المركز متخصص بتطبيقات مدرسة المفاهيم النفسية الاسلامية اللي بده يعرف اكتر عن مدرسة المفاهيم النفسية الاسلامية ايضا على قناة اليوتيوب - [00:03:51](#)

بقدر يرجع ويحضر الحلقات الثلاث اللي بنشرح فيها ما هي مدرسة المفاهيم النفسية الاسلامية عادة نبدأ باتفاقية بسيطة نسميها اتفاقية التدريب وهي فيها عدد من البنود لكن اريد ان اؤكد على ثلاث منها - [00:04:09](#)

بداية انه الحوارات التي ستتم آآ سيتم حفظها بالتسجيل وبالتالي سيتم رفع هذا التسجيل على اليوتيوب فاي مشاركات تريد ان تشاركنا بها ارجو منك انك تتأكد انه هذه المشاركات درجة خصوصيتها مقبول انه يسمعوها الناس - [00:04:30](#)

مجرد مشاركتك معنا واذا طلع صوتك باي شيء بتحكيه فانت توافق هذا معناه ضمنيا على نشر مشاركتك على اليوتيوب الامر الثاني هذه المادة التدريبية مادة ابتكارية فانت مؤمن على هذه المادة التدريبية - [00:04:54](#)

تقد تستفيد منها تحضرها طبقها بحياتك لكن لا احل لاحد ان يدرب عليها اما بالنسبة لي فانا انسان كفيري من الناس قد يقع مني

بعض الكلام قد يقع مني شيء في الكلام - 00:05:13

لا اقصد كمن كان يريد ان يصوينا او ينبهنا فهو نعم الاخ او نعم الاخت لكن تأكدو انا لا اقصد احد ولا اشير لاحد بالقصد. لكن احيانا يقع الكلام في ذهن المستمع - 00:05:29

ويظن للحظة اني اقصد فلان او فلان او اقصده او اقصد موقف فلاني يخصه. لا هذا غير صحيح انا لا اقصد احد. والامثلة اللي ممكن وهاي امثلة عامة لا اقصد احد من خاللها - 00:05:51

اما كيف تتتعلم فمن مشاكل اه اه مواضيع التعلم للمهارات النفسية انه الانسان لما يبلش يتعلم هذي المهارات احيانا يعود للماضي يعني بيكون بيسمع بيعود للماضي فيربط بالماضي تبعه. ليش ما كنت بعرف هادا الكلام؟ - 00:06:05

يا ريتني كنت بعرف هذا الكلام لو ولو هذه التي تفتح عمل الشيطان علينا وتوهتنا. فنشعر بالوهان. وهذا جزء من حديثنا اليوم لانه حيل الناس مش المقصود فقط الناس اللي بتتعامل معهم - 00:06:25

انت ترتكب هذه الحيل بحق نفسك في احيانا لاجل ذلك بذنا نتنبه انه لما منتعلم اي مادة جديدة يكون هدفنا ان نتعلم لا ان نتألم اذا عدنا للماضي نعود ان كان وقع هنا خطأ نصحح - 00:06:41

ان كان وقع هنا ذنب نستغفر. لكن لكن الهدف من العودة هو المضي للامام وليس البقاء والعود على الماضي. فتعلم لتتعلم لا لتتألم ويكفي انك اليوم انت مأخذ قرار التعلم حتى تحسن من طبيعة حياتك - 00:07:02

في هذا السلايد اللي انضموا جديدا بتقدر ترجع لقناة التليجرام تنضم لانه في عرض للباور بوينت مشان هيك المستمعين فقط ممكن بحس انه في شيء غريب انا بقرأ من الباور بوينت - 00:07:26

المحاور الأساسية في هذه المحاضرة حنتحدث عن دائرة العزم. ثم ميزان الامل ونتحدث عن وسائل التأثير اللي هي من خاللها يتم ممارسة الحيل ثم بعض الردود حتى تكون محاضرة ان شاء الله خفيفة لطيفة تطبيقية - 00:07:42

بابسط ما يمكن من غير اي تعقيد والهدف منها ان نتعلم مش نتفلسف على بعض ولا نجيبي مصطلحات كبيرة. نعقد الناس ولا نحكى انه يعني هذا امر كبير لا هو امر تعلموا وافهموا وان شاء الله انه ربنا بيكركم - 00:08:00

بعهم هذه الامور ويكرمني ايضا بفهمها حكينا سابقا وهذا برضه بتقدروا ترجعوا للمحاضرات السابقة عن مجالات المناعة وحكينا في مجال العقل والقلب وجودة الحياة ونمط الحياة والتواصل والنماء في دائرة المحيط - 00:08:20

محاضرتنا اليوم هي بتستهدف امور مهمة من هذه المجالات في مجال التواصل سواء في تواصلك مع الاخرين او تواصلك مع نفسك تواصلك مع الاخرين او تواصلك مع نفسك. كيف يؤثر هذا التواصل عليك على عقلك وعلى قلبك - 00:08:38

على عقلك وعلى قلبك. ونعني هنا بالقلب اكثر الناحية الانفعالية والعاطفة. وهذا لا يعني انكار انه للقلب دور في العقل وبالتالي حكينا عن ابعاد المناعة وبرضه في محاضرات سابقة. وتطرقنا ما اسميناه دائرة العزم - 00:09:00

قلنا دائرة العزم هي الدائرة الذهبية في موضوع المناعة هي المركز الاساسي والتي تجمع اربع مفاهيم اساسية اذا عقلت هذه المفاهيم وطبقتها في حياتك فستكون معينة لك بعد الله عز وجل - 00:09:24

تمام؟ بحيث انه تستطيع ان تقوم بكثير من الاعمال او تغير او تبدل او يعني تنجح في حياتك في كثير من الصعد الابعاد هذي كانت حكينا بداية عن الجهد والاستمرارية. واللي سميناه ميزان - 00:09:43

العمل وفي ميزان العمل لا انت تعمل اي شيء في حياتك تحتاج للجهد والاستمرارية لانه اذا بذلت جهد دون استمرارية فمعنى لمن تكمل واذا فعلينا استمراريت كان عندك استمرارية لكن الجهد غير مناسب - 00:10:03

جهد اقل بلا اجتهاد فايضا لن تثمر الامور او اذا اثمرت تكون بعد وقت طويل كضيبيط هذا الميزان بحيث انه يكون لا يجيء بذك تعمله الجهد اللازم مناسب والاستمرارية مناسبة - 00:10:27

تجعل تجعل من النتائج افضل باذنه تعالى لكن حتى يكون في جهد واستمرارية منيжи لميزان سميناه ميزان الامل في ميزان الامل تحدثنا ايضا عن بعدين مهمات وهو الدافع واليقين اي امر - 00:10:49

وكنا وصفنا الامر بسيارة ونرجع لمثال السيارة السيارة بتحتاج لبزيدين حتى تشتعل واحنا منحتاج لدافع في حياتنا هذه الدوافع متعددة باشكالها كل انسان له امور تشكل دوافعه فكل ما كان - [00:11:13](#)

الدوافع مناسبة كل ما بذلت جهد واستمرارية كل ما بذلت جهد واستمرارية لتحصل على شيء معين او تصل لهدف معين لكن ايضا اليقين حكينا الدافع واليقين هذول ثم ميزان الامل. اليقين - [00:11:34](#)

وهو وجهين. الوجه الاول الاستعانة بالله عز وجل ان تكون متيقنا انه الله عز وجل يعين عبده فتستعين به لكن الجهة الاخرى ايضا ان يكون عندك نوع من التقدير لامكانياتك - [00:11:54](#)

نوع من التقدير لامكانياتك حتى ما يكون في تشكك عالي بنفسك او يكون الشك مقبول وهذا هو او هاي الدائرة تحديدا هي موضوعنا اليوم لانه في جزئية اليقين في كفة اليقين - [00:12:15](#)

حكينا اليقين بالله تستعين بالله تستعين بالله ايضا النظرة للنفس بدها تكون افتقار الى الله عز وجل وهذا ما يحاول بعض الناس في بعض المناهج الفنية الفنون تنمية بشرية طاقة غيرها غيراتها - [00:12:38](#)

يخليك تحالف عقیدتك بمعنى الكلمة هذه مخالفة عقیدية عقیدية اللي رايح احكي عنها. يعني مش بس مخالفة نفسية هي مخالفة نفسية ومخالفة للعقيدة الاسلامية لما بيجي وبيحكي لك ثق بنفسك. طيب جيد انا بدبي اثق بنفسى. شو يعني اثق بنفسى؟ يعني ثق - [00:13:03](#)

انه اللي بدك اياه حيصير طب انت هيكل بتعطل امر معين وهو اراده الله عز وجل فبقول لك فبيجي بقول لك لأ هذى الارادة هي ارادتك. اذا اردت شيئا ركزت عليه رايح تجذبه لالك - [00:13:23](#)

دقيقة كيف حذب اشي اذاانا ما اشتغلت لا روح انا الله يعني الاشياء ما بتجيينا نحن نسعى حتى نحصل عليها لانه معظم امور الحياة هذه الرزق وغيره وغيراته مرتبط بالسعى - [00:13:42](#)

حتى نحقق التوكل وما يكون في حياتنا تواكل يقول لك لا انت المركز وكأنك مركز الكون فاجعل يقينك بنفسك لاجل ذلك دائرة اليقين هاي مهم انه نفهم كيف نضبطها لانه اذا لم نعرف كيف نضبط دائرة اليقين - [00:14:01](#)

تنقع بمخالفة في العقيدة لانه حنكون كانوا مستغفون عن الله عز وجل ما عاد الله احنا مفترقون لله عز وجل. احنا في حالة افتقار لله عز وجل لانه الرزق والصحة والعاافية والنعم اللي احنا فيها. هذى من نعم الله عز وجل - [00:14:23](#)

فتخييل الله يعطيك وانت تظن انت من تعطي نفسك فهذا امر مش بسيط ورايحين حكى لقادم ليش مش بسيط لما نربط الامور اكثر وهوون بتيجي مطب مهم في العلوم النفسية الحديثة وخصوصا القائمة على النظريات المادية - [00:14:47](#)

في موضوع الثقة بالنفس وتقدير الذات طيب بدبي اثق بنفسى بدبي اقدر ذاتي لكن قديش مسموح اني اثق بنفسى ولاي مدى اثق بنفسى فاحنا بنحكي انه بدك تثق انه عندك امكانية لعمل امر معين - [00:15:08](#)

فالان انت مثلا تثق انك تستطيع ان تستخدم الابليكيشن اللي بنسخدمه الان الجو تو ميتينج فبتسخدمه بكل كفاءة جيد. على بساطة الموضوع لكن شخص اخر بده يستخدم الجوتو ميتينج حيكون متشكك بنفسه - [00:15:32](#)

ايش هالبرنامح اللي حاطينا اياه؟ ممكن استخدمه؟ بقدر استخدمه بقدر اش يجي تضخم من ذاتك تمام؟ وهاي بسميتها اورام الذات يعني ينزل الابليكيشن اخذ وقت يا الله يطول هذا الابليكيشن متى بده ينزل؟ تمام - [00:15:52](#)

فموضوع الثقة بالنفس بالكلية في اشكالية يعني كبيرة لانه ممكن هذا يخليك تضخم من ذاتك تمام؟ وهاي بسميتها اورام الذات يعني في لذات اورام ورم يصيب الذات. لما بضمخ من قدراتك وامكانياتك - [00:16:06](#)

بلا تعقل ولا عقل بحيث تظن انك انت بقدر و بتستطيع لالشيء لا تستطيعها حقيقة او حتى تستطيعها انت بحاجة لامكانيات ومهارات لا تصل انك تستطيع عمل هذه الاشياء الان المستمعين - [00:16:28](#)

مش الكل بيعرف بالمحاسبة حتى تستطيع عمل المحاسبة تحسب حسابات لشركة لمشروعك لاي اشي بيتشتعل عليه بدك تتعلم مهارات المحاسبة فتعلمت على مقدار تعلمك لالها بتقدر تقوم بمهام الها علاقة بالمحاسبة - [00:16:46](#)

المستمعين ايضاً مش الكل يقدر يسبح حتى تقدر تسبح به يكون عندك الامكانية والمهارة. اي انك تعلمت السباحة لكن تخيل ارمي حالف بركة ولا في البحر واقول انا استطيع انا اقدر انا واثق من نفسي وذاتي. وبدني اسبح. وانت عمرك ما سبحت بالمي. ستغرق -

00:17:06

ستغرق. لانه الاشياء مرتبطة بتعلمها معظم امورنا مرتبطة بتعلمها سواء نتعلمها من حولنا كنمذجة او نتعلمها بأنه نتقن مهاراتها لو ما بعثنا ولد على المدرسة وصار بمستوى صف خامس سادس لكنه لم يعلمه احد الكتابة والقراءة -

00:17:31

هل منقدر نحكي له قول استطيع وستستطيع الكتابة والقراءة هذا مخالف للعقل والتعقل مخالف تماماً لانه الامور مرتبطة بالتعلم ولا يمكن عمل الاشياء من غير تعلم فعند التعلم هنالك حالة التشكيك بالنفس. واللي سميها -

00:18:02

جزء منها المتأزمات. قلنا المتأزمات النفسية لما انت بتحط راسك عالمخدة وبتبليش تفكير. يا ترى حنجر ؟ يا ترى مشان انجح ايش لازم اعمل يا ترى فلان زعل مني بنبليش نسأل بعض اسئلة او نسأل انفسنا اسئلة -

00:18:23

هذا التساؤلات اللي بتدور في ذهنك متى بتتصير متأزمات لما تصبح هذه التساؤلات تعيق حياتك وهي مبالغ بها او ليست في مكانها وهذا موضوع اليوم موضوع حيل الناس يتعلق بانهم كيف بيلعبوا على وتر تشكيك بنفسك -

00:18:44

بس بایش ؟ بالاشياء التي لديك الامكانية او القدرة او المهارة في عملها لكن يزرعون في نفسك الوهن والشك والاحباط لانه بيطرحوا عليك اسئلة وهذا هي الاسئلة تشغيل بالك بطريقه او باخرى تعيق -

00:19:05

عملك ثم اهمية توفر الامكانية من قدرات ومهارات وايضاً اطمئنان القلب وهذا مهم جداً حتى نستطيع عمل هذه الاشياء لاجل ذلك سندرس اليوم في حيل الناس ابواب لو. ايش يعني ابواب لو -

00:19:26

سنعرف بعد قليل ان شاء الله طبعاً بعد ما نحكي عن الدافع عن ابواب لو ان شاء الله بابعاد المنعه حكينا عن اليقين واهميته الان سنتكلم عن الدافع لانه هذا ميزان الامل -

00:19:48

اذا تم المس بميزان الامل فهيا تعطل عندك ميزان العمل الدافع او الدوافع الموجودة عنا قيم مبادئ محركة تحركك لكن كما يوجد دوافع يوجد موانع احياناً بدل الدافع بيصير عندك مانع -

00:20:06

يعني زي السيارة اللي فيها دواستين دواسة بنزين دواسة فتعطيك الدافع ثم البريك اللي يكبح هذه السرعة فيكون مانعاً وهذا شيء صحي طبعاً. الموانع مش شيء سيء. رايحين نشرح بعد شوي بتفصيل اكتر -

00:20:30

لكن مش شيء سيء لانه الموانع احياناً هي اللي بتخليك تضرب بريك في المكان المناسب لكن بشكل عام اذا لم تعرف كيف تتعامل مع هذه الموانع اللي حيصير انه سيتم تعطيل عملك -

00:20:50

بشكل غير مناسب رغم انه انت بتقدر تقدم او تعمل او تساهم في شيء بشكل جيد وهذا وهذا بتأثير وبيخليك في حالة من التردد وممكن يكون تأثيره بشكل غير مناسب عليك. تأثير معطل -

00:21:09

تخيل انه انت تكون مثلاً في الجامعة في السنة الثانية ادرس لغة انجليزية ثم تقرر انك تحول من الكلية لانه لما دخلت قسم اللغة الانجليزية لأول مرة بتكتشف ايش اللي بده ايه -

00:21:33

انه ما بده لغات بده فرضاً تدرس في كلية التربية تمام لكن كثير من الناس بشروا يحكوا لك شو بده بكلية التربية؟ مشان ايش بده تدرس تربية؟ ما في عمل في هذا التخصص وخصوصاً للذكور كل هذا الكلام -

00:21:49

هذا الكلام اذا دخل ولج عقلك وبلاش يغير في يقينك ودافعك هذا سيكون له تأثير مانع لاجل ذلك مهم جداً نعرف عن معززات الدافع اعرف دوافعي. ايش اللي بدفعني؟ اعمل -

00:22:10

اتقن ابادر ايش اللي بدفعني اني اختار امور معينة ايش اللي بدفعني هل بدفعني الوسط اللي انا بعيش فيه قال لي بدفعني اني تلقيت دعم من حولي من اصدقائي هل اللي بدفعني قناعات معينة -

00:22:34

هل اللي بدفعني تحفيز معين؟ شايف نفسى هنالك. شايف انه انا بقدر اعمل شيء مهم ايش اللي بدفعني طبعاً هذه التفاصيل في الها محاضرات ان شاء الله لاحقاً متخصصة. لكن خلينا -

00:22:54

في موضوع دائرة العزم الان. ونتحدث عن حيل الناس اكتر في دائرة العزم زي ما حكينا كانها عملية قيادة السيارة حتى تقود السيارة انت بحاجة اكيد ان تتعلم القيادة فلا تشک بوجود امكانیتك انك تقود السيارة وتتصرف بالشكل المناسب - 00:23:11 فيصبح عندك يقين بهذه القدرة ثم تكون عندك الدافع اللي هو فيه هدف بدق تروح له يعني بجوز الواحد ببداية قيادته للسيارة تكون هدفه فقط انه يقود السيارة لكن تصبح قيادة السيارة - 00:23:37

فيما بعد الهدف من هالوصول الى مكان معين لاجل ذلك قيادة السيارة جزئية اليقين انه ما تكون عندك شک انه عندك الامکانیة لانك تعلمت جيدا والداعع لذلك ان تقود السيارة انه توصل الى هدف - 00:23:56

معين مكان معين فا خلينا نشوف لو كان في مطبات او عوائق في طريق هذه السيارة مطبات لوجود حركة مشاة كثيفة او عوائق اسف لوجود حركة مشاة كثيفة. عوائق لوجود تقاطعات مرورية حرج - 00:24:17

عوائق لوجود منحنيات خطيرة مناطق عمل او طريق غير ناذف على بساطة هذا المثال لكنه ينطبق على اللي رايحين نحكه الان لانه في مطبات وعوائق ممكن تواجه يقينك وداععك اتجاه العمل فتؤثر على بذل الجهد والاستمرارية - 00:24:39 وهذي المطبات والعوائق اللي بنسميها ابواب لو او ماذا لو نعطي امثلة لما بيختار بيالك او حدا بيزرع في ذهنك قصة ماذا لو انه ما كان الک فرصة بين هدول الناس - 00:25:03

ماذا لو مش رايح تقدر تكمل ماذا لو كان هذا الامر صعب جدا عليك؟ ماذا لو ما حد نجح في الامتحان فماذا لو هي بتعزز الوهن وزراعة الاحباط؟ لكن بعد كذا سلايد حنشرح متى تكون ماذا لو في مكانها وصحية - 00:25:23

حقيقة احنا ما بنحكي عن لو تبعت الماضي لما وقع والتي تفتح عمل الشيطان في الحديث الشريف بنحكي عن ماذا لو اللي هي النظر للمستقبل بالتشك وهذا الباب اللي بي الخفيف اليقين او بيجهز يقينك - 00:25:48

وايضا يؤثر على داععك ناخد شوية مشارکات منكم على التشتات اذا سمحتوا على التشتاد خلينا نشوف من ابواب ماذا لو ماذا لو لم يكن لديك فرصة في امر معين؟ اكتبوا لنا عالشات - 00:26:09

اذا كان اي حدا فيكم الموجدين تعرض لهذا الكلام من قبل احد وللحظة كنت بدق تهم في عمل شيء وبلش يقول لك بجوز يا اخي ما الک فرصة. طب ماذا لو عملت - 00:26:32

وما كان الک فرصة وما كان الک مجال او ما كانش المجال المناسب اكتبوا لنا عالشتات الان اذا سمحتوا تمام؟ اذا كان اي حدا تعرض للحظة بهذا الكلام وباس خليني اشاركم عبيل ما اه تكونوا كتبتوا على التشتات - 00:26:48

من الاشياء اللي انا مثلا تعرضت لها لما سجلت في قسم علم النفس في فترة البكالوريوس الغريب يعني رغم هذه السنوات تمام ودرست يعني بكالوريوس ماجستير ودكتوراه وتخصصات اخرى. يعني في المجال في العلاجات - 00:27:06

لكن من الاصل انا ما كنت بدي تخصص علم النفس انا كنت رايح بدي ادرس اه اللي هو اه كان في تخصص في كلية العلوم اللي هو الكترونيات وحواسيبات - 00:27:26

فهذا كان التخصص اللي بدي اختاره. لكن سبحان الله لامر ما قدر الله عز وجل اني سجلت في قسمين من النفس لانه لما وصلت للجامعة كان يعني ما في مقاعد هذا يعني بمية واسطة ب ساعتها لسجلت - 00:27:40

في الجامعة فكان متاح العدد في هذا القسم على اساس اني احول بعددين لكن سبحان الله يبدو انه اه الواحد اكتشف في هذا التخصص شيء ممكن يقدمه للناس فبقينا فيه - 00:27:57

فهو بيجي السؤال اللي كان يطرحه الناس ويلاح عقلي احيانا في ذلك الوقت لما بيجي بيسألك يا اخي ماذا لو ايش بدق تشتل بكرة شو بدق تشتل؟ مرشد؟ يا اخي - 00:28:10

هي في قبلك درسه. ايش عملوا؟ وكانت اسئلة صعبة. اسئلة للحظة تقدح في ذهنك هلا اللي بيطرحوا هاي التساؤلات هو طرح التساؤل وراح على بيته ونام بس انت ما نمت - 00:28:29

لأنه هذا التساؤل فتح باب لو ماذا لو فعليا هذا التخصص ما الہ مستقبل ماذا لو انا ما قدرت اشتغل فيه ماذا لو بعد اربع خمس

سنوات تفاجأت انه كانت هاي الدراسة عالفاشي - 00:28:47

ماذا لو ما قدرت اجاري بما انه هذا التخصص يعني العدد فيه صح مش كبير لكنه الناس مكتفيين في الموجودين فيه ماذا لو ما
قدرت اجاري تخيل ف هذه الحيل - 00:29:06

وهيون ما بنقصد في الحيلة القصد منها انه بسوء لكن كلمة رماها وقعت في دائرة اليقين فصار التشكيك عندك عالي فتحة ابواب لو
بلشت ماذا لو؟ ماذا لو - 00:29:26

تخيل الاحباط اللي ممكن يصيبك تخيل الوهن اللي ممكن يصيبك طيب نقرأ المشاركات في مشاركات لطيفة عجبتني هاجرت تحكي
ماذا لو اشتغلت في العلاج النفسي ولم يأتيك احد لجهلهم به. صحيح - 00:29:41

ماذا لو هاي مشاركة حنان؟ ماذا لو عملت في هذا المطعم ولم يأتي احد صح اه ايضا مشاركة اخرى. اردت الدخول للجن واحبرتني
امي ماذا لو لم تواطبي فدخلت الفكرة في رأسي - 00:29:58

اني رايح اكسل او اتكاسل ماذا لو لم تجدي عمل اخر في مكان اخر؟ ماذا لو لقيتي حد احسن؟ او خصوصا هدول البنات تقدم اليها
شاب جيد تمام فدائما هاي ماذا لو لما بتلقي طب شو حبيبي لو استنيت شوي ممكن تلقي احسن منه. ماذا لو لقيتي احسن منه -
00:30:16

تمام وممكن يعني يفوت الزمن وهي لم تجد احسن منه فتخيل في من الفتياات الان هي في عمر يصعب فيه زواجهما صار تمام وهي
تتدلل سنوات في قصة آآشكها في اختياراتها - 00:30:39

لانه الناس يعبوا براسها او صديقة لها او صديقات ماذا لو وجدتي احسن منه بعدين؟ ماذا لو ندمت على اختيارك فموضوع كيف هذه
الامور تلجم اذهاننا في العمق وتشككنا في قراراتنا - 00:31:03

وتجعل الدوافع بدل ما يكون في دافع مانع وتعطتنا عن اختياراتنا مش موضوع سهل هذا يمارس في حقنا او حتى انت بتمارسه في
حق نفسك في كثير من الاحيان آآبرضو مشاركات اخرى ماذا لو درست ماجستير وما طلع لك دكتوراه. ايش حستفيد من
هالماجستير؟ - 00:31:22

ماذا لو لم تنجح في السنة الخامسة؟ مزيوط للاطباء. ماذا لو لم تستطعي اكمال الماجستير لم تستطع اكمال الماجستير خارج البلد.
ماذا لو تركت العمل الحكومي ولم تجدي شغل بعد ذلك - 00:31:41

فلاحظ الان اه رغم انه اللي رايح احكيه الان سابق لاوانه شوي هو اللي بعد فكرة انه حدا يطرح لك هذا التساؤل اذا بتعرف تتعامل
معه مش شيء سبئ - 00:31:55

مش شيء سبئ تمام لانه حيل الناس مش المقصود فيها انه الناس بتحتال عليك. انت احيانا بتحتال على نفسك لانه بتخللي هذي
الامور بالنسبة لالك مشكلة لانه ما عندك طريقة لتقييمها - 00:32:13

وبتكون تستنى ان يكون لديك مثلا البنت التي تتيقن مائة بالمائة انه هذا الفارس الابيض على الحصان الاسود تمام؟ مية بالمية. هو
يعني اللي مش حيتكرر تمام؟ ولا شبيه له بعد ذلك - 00:32:30

او هذا اللي اختار التخصص بده ما بده لكن بده يتأكد انه اختياره لهذا التخصص كان هذا التخصص السوبر مش حيكون فيه احسن
منه وهدول الناس لما يكون بده يكون كل اشي على الليبرا مية بالمية. تمام - 00:32:47

للأسف اللي بصير بالعكس لانه تضييعه لهذه الفرص حيكون كبير لاجل ذلك احنا في السليادات الاخيرة رايحين نتعلم بعض يعني
الأشياء الأساسية اللي هي كيف فعلينا نوازن ما بين انه هذا التساؤل المشروع؟ هذا التساؤل مش غلط. نطرحه على انفسنا من باب انه
يكون تساؤل تقييمي - 00:33:05

بس في فرق انه يقع ويسير سبب في الشك الزائد رغم انه منطقيا ما في مشكلة حنشرحها اكثر كمان شوي طيب مثلا ماذا لو
تحجبت وما توظفت خاصه وانت في بلد اوروبى. صحيح - 00:33:35

صحيح للعلم زراعة الاحباط هي لا تمارس على مستوى الشخصي بحياتك اليومية هي تمارس حتى في السياسة ماذا لو اخذنا قرار

معين تمام وفرضآ ما زبط هذا القرار مثلا الناس صار عندها غلاء مثلا - 00:33:54

اه في سلعة من السلع وقرروا انهم يقاطعوا هذه السلعة لانه هذا مبدأ اوروبي للعلم. مبدأ اوروبي باوروبا سلعة غلات بصير مقاطعة لهذه السلعة لفترة. لانه الامور عرض وطلب. فيبضطروا التجار لانه بصير بقل الطلب - 00:34:25

بيضطروا ينزلوا الاسعار اسلوب من اساليب التعامل مع السلع والنظام الشرائي لكن في بعض الاماكن او بعض الناس بيقول لك طب شو حبصير اصلا؟ انت ان شا الله متوقع ماذا لو انت قاطعته غيرك ما قاطع؟ - 00:34:45

اذا بتتذكروا على فترات من فترة لفترة بصير يعني مقاطعة للبضائع مثلا الامريكية فترة كانت مقاطعة للبضائع الدنماركية. رغم تأثير هذا الكلام لكن ماذا لو انت قاطعت وغيرك ما قاطع - 00:35:03

تمام فهذا بيخلوك متشكك انه فعليا ما في فائدة من هذه المقاطعة وبالتالي وبالتالي هذا بيخلوك المانع اقوى من الدافع اه صحيح انا شو بدبي افرق في ميزان هالامة كلها - 00:35:19

مش حتيجي من اني اشتري لي مثلا صنف معين من اصناف السلع اه الدنماركية مش حد يفرق لكن هذا بحد ذاته اللي بخلوك القرارات الجمعية عند الناس بصير فيها اشكالية كبيرة - 00:35:39

وبالتالي يعانون احيانا من امور هي حاجة لانه فقط انك تعبر عن رأيك بكل بساطة وبكل سلاسة وبكل سهولة وما تكون تبع للسلع آه نعم يا اسماء. هذا هو اصلا دائرة العزم اذا عدت الى الحالات الماضية ستجدي انه هذا هو اللي بحركتنا في دائرة العزم - 00:36:00 اللي هو حديث احرص على ما ينفعك نعم وبالتالي هذى امور حتى وممك تسبب وهن حتى على مستوى ديانتك حتى في تعبدك لله عز وجل كيف في الخوف الزائد على الرزق - 00:36:28

فبدل ما يكون عندك يقين بالله عز وجل بما انك تسعي السعي الشرعي الصحيح بصير عندك شك وتشكك بأنه ارزاق الله عز وجل قد لا تأتيك فبتكون بعمل وهذا سبب حرص الانسان على المال. لانه الشيطان يعدكم الفقر - 00:36:53

فبيبلش ماذا لو؟ ماذا لو فالانسان يكتنز ويكتنز الامور كلها هادي ويستكثرون من امور كثيرة في الدنيا ظنا منه انه هاي الطريقة اللي بيحمي نفسه وهذا حقيقة هذا ما يدل على انه الانسان فقير - 00:37:17

بيدل على افتقار الانسان بعمق. لانه كنز لهذه الاشياء حتى لا يحتاج لانه خايف من حاجته خايف يحتاج في يوم من الايام طبعا برجع وبحكي بعض الامثلة ممكن ما تعجب ببعضكم هي امثلة منزوعة من سياقها لكن لو فهمناها بشكل بشكل هالعام - 00:37:35

ولو كان في وقت اطول انفصل فيها ستجد فعليا كيف يؤثر هذا على انفسنا طيب حناخد آه مشاركاتكم ايضا الابواب لو ماذا لو لم تستطع المنافسة خلينا نشوف برضه مشاركاتكم عكشات - 00:37:55

واللي يحب يشارك صوتي حنعطي فرصة لمشاركة صوتية مين تعرض لماذا لو؟ وفعليا قوة في الحقيقة كان بيستطيع المنافسة على منصب وظيفي او في الدراسة الجامعية او في منحة او بعثة معينة دراسية - 00:38:16

لكن سؤال ماذا لو سوء كان بسبب الاخرين خلوه يطرق ذهنه او لانه هو بليش يتشكك زيادة عن اللزوم ماذا لو لم استطع سبب له احباط وكان سبب بانه يكون مانع - 00:38:37

من بذل الجهد والاستمرارية مين اللي شاركتنا صوتي اذا كان تعرض لهيك امر؟ طبعا المشاركات ح تكون على زي ما حكينا لكم لانه اه يعني التليجرام فقط هو استماع من يشاركتنا صوتيا - 00:38:59

هقرأ المشاركات المكتوبة اه تفضلي يا هاجر شاركي سلام عليكم وعليكم السلام ورحمة الله انا اتعرضت ان في شغلي كان عندي برنامج آه اه قائم على البرمجة اتأخرت شوية في اني اتعلم. وسبقني زملائي. لما بدأت اتعلم لقيت عقلي فيه تساؤل. مازا لو لم استطع ان او اكب - 00:39:18

لأنهم سبقوني اليه كتير لو انا اتعرضت لازمة صحية خلتنى اتأخر عنه شوية فكان الصوت هنا من داخل عقلي انا ليس من الاخرين اذا حيل من عقلك وليس حيل من عقل الاخرين هذه - 00:39:51

نعم احسنت. طيب هل هذا كان مانع لك واثر على بذلك للجهد واستمراريتها نعم انا الى الان لم ابدأ هذا البرنامج خوفا من ان اتأخر

واتآخر وانا في الحقيقة تأخرت - 00:40:05

وما زال الى الان ارى اني اه تأخرت كثيرا وكلما اه اسمع هذا التساؤل اتأخر اكتر واكتر طيب شو كان حيصير لو ما سمعتي هذا التساؤل؟ اه كنت صبرت وقت كبير على ما اتعلم لان البرمجة محتاجة وقت وبحث واه وتجربة كبيرة - 00:40:19

كنت لازم آآ يعني اتغافل لمرات كثيرة جدا عن هذا التساؤل وليس لمرة واحدة مفهوم طب برأيك الان هل فعليا فاتت الفرصة؟ ولم نستطيع انه نغير هذا الشيء لا ابدا لم تفوت - 00:40:41

يعني لو لو وضعت لنفسك سقف الان لمدة ست شهور ان تواكبي ما استطعت برأيك هل الجهد والاستمرارية نعم سأواكب. نعم تتواكبي بذك ست شهور من الجهد والاستمرارية لتواكبي نعم - 00:41:00

هذا معناه هذا معناه في دائرة اليقين بذك تستعيني بالله عز وجل بداية صحيح نعم. وفي دائرة الدافع بذك تتذكرني انه بذل الجهد لست اشهر ان شاء الله سيثمر المواكبة - 00:41:20

ان شاء الله. نعم. وفي دائرة الجهد ماذا تحتاجي ان تفعلي او تعملي وفي دائرة الاستمرارية ان تزيحي من طريقك الان ما هو ليس اولوية وما قد يعطلك عملك. المطبات اللي ممكن تكون في الطريق - 00:41:39

نعم صحيح. من هذه النوم في هذه الاربعة بهذه التوجيهات الاربعة تقدري تواكبي وزي ما حكينا الان صار كيف بذك طب تستمعي لهالصوت الموجود في ذهنك الان؟ كيف بذك تستمعي له - 00:41:58

مم هو هو يعني حيل زائد حالة من حالات تكاسل والاستماع والانسياق وراء هذا الصوت يعني اذا هذا السؤال كان حيلة ثم صار في شيء من الحقيقة بسبب الاحباط اه نعم صحيح - 00:42:14

يعني خليني احكي لكم شيء تتعلموه بهذه الجزئية هذا الصوت اللي بيدخل اذهاننا كحيل تمام في لحظة من اللحظات لما بنستمع له كل ما كنا في حالة من الاحباط او العجز او الحزن بصير اقوى - 00:42:32

وكانه انفعالاتنا ومشاعرنا غير السارة تقويه كانها سعاده. اذا تخيلناه نبطة ضارة زي زي الشوك. كانها سعاده له احباطنا وعجزنا لاجل ذلك احيانا هذه الاصوات ما بتكون السبب فيها عدم استطاعتنا او قدرتنا - 00:42:54

هادي الاصوات بتكون سببها مشاعر الاحباط اللي بتكون مش في مكانها لكن في منا حدا بيميل للاباط عموما. فبتلاقيه غالبا هذا الصوت في راسه او بيمل للعجز عموما بتلاقي هذا الصوت غالبا في راسه - 00:43:19

او بيمل للقلق والخوف عموما بتلاقي هذا الصوت في راسه كل ما كنت اقرب الى المشاعر الانفعالية غير السارة طبعا اذا كانت بمكانها لا بأس. الواحد بيحزن لفقدان عزيز. بقلق لوجود امتحان. لكن اذا بتكون في غير مكانها وزائد عن الحد. للأسف للأسف - 00:43:36

هذه المشاعر هي اللي بتبلش تحكي في راسك وبتفتح ابواب لو ولاحت الفكرة وهذا ما حصل معك اختي على الاغلب بلشت بتشكك وحيلة ثم اصبحت صوت الاحباط والعجز صحيح في مشاركة - 00:43:57

آآ من الاستاذ احمد شاركتنا يا استاذ احمد. بتحكي كنت اتوقف عن البحث في عن البحث اكمال الدراسات العليا ولكنني بحثت لمدة طويلة قبل ان احقر ما طمحت اليه فيمكن ان يكون - 00:44:18

ليس طريقي وان ابحث في مجال حياة اخر افضل. تفضل شاركتنا يا استاذ احمد السلام عليكم يعطيك العافية دكتور الله يعافيك اهلا بالدكتور احمد يا هلا. الله يسعدك اه يعني مجلس قيم. اه طيب انا رح احكي على عجلة - 00:44:31

آآ يعني بماذا لو يعني احيانا الانسان بده يفكر انه هل الطريق اللي بمشي فيها صحيحة او لا فانا كنت اجرب انه مثلا اني يعني واحدة من الشغلات انه كنت اجرب اني اكمل مثلا الموضوع الدكتوراه - 00:44:51

هلا الفكرة في الموضوع انه هذا الموضوع اخد مني خمسطعشر سنة عبال ما حصلت الموافقة. خمسطعشر سنة وانا بحاول لكن في نفس الوقت يعني كنت افكر انه يمكن يمكن انتهى يمكن مش راح احصل ماذا لو لم احصل - 00:45:09

يعني بعد عدة سنوات وتجارب بلشت افهم انه يعني انه ليس محور الحياة ان احصل على هذا الامر ليس ليست كل الحياة هي

جات اه طموح اه في شغف في الموضوع لكن هو ليس كل الحياة. فكنت ايضا اعمل على البديل يعني بالممكـن. وسبحان الله اجـت
بشكل عفوي جدا. ولكن - 00:45:27

حقيقة الصعب هنا هو الرضا التكيف مع الظروف يعني احنا بنحـكي اه ممـكن. ممـكن حتى لو انا بـدي اغـير اشـوف المجالـات المـفتوحة
في حـياتي وـضـعي جـيد. لكن مـوضـوع بين الرضا والـسعـي حـقـيقـة يعني - 00:45:51

وـانت لـك الـبـاع الطـوـيل في هذا الـاـمـر فـجزـاك الله خـير يعني تـتفـق دـكتـور اـحمد انه مـثال السـيـارـة خـير مـثال انه اـحـيـانا في طـرـيق حـرـكة
مـشـاة كـثـيـفة فـبـتـلاـقـي كـثـيـر من النـاس في هذا التـخـصـص فـهـذـا مـمـكـن يـخـلـيك تـرـدد وـتـقـول مـاـذا لو اـحـيـانا نـفـس الـطـرـيق فيـهـا مـطـبـات او
فيـهـا تـقـاطـعـات حـرـجة او - 00:46:08

فيـهـا اـه اـعـاقـات فيـهـيـ الطـرـيق نـعـم اـكـيد طـبـعا. وـيمـكـن من من الجـمـيل فيـهـيـ هذا المـثـال انه اـحـيـانا اـنت عـلـى تـقـاطـع وـلـا تـدـري اـين تـذـهـب
فـيـعـنـي مـوضـوع الـاسـتـشـارـة وـالـاسـتـخـارـة يعني هو توـفـيق الله سـبـحـانـه وـتـعـالـى وـزـيـ ماـ تـفـضـلـتـ انه الـاـنـسـان مـشـ انه اـنـا اـقـدـرـ لـاـ انه يـعـنـي -
00:46:31

يعـنـي الـواـحـد يـسـأـل الله سـبـحـانـه وـتـعـالـى التـوـفـيق وـيـسـلـكـ فيـهـيـ هذه الـحـيـاة سـبـحـانـ الله اـحـسـنـت اـحـسـنـت الله يـعـطـيـكـ العـافـيـة شـكـراـ لـكـ.
وـبـالـتـالـي يعني زـيـ ماـ اـنـتـ شـايـفـينـ اـه فـعـلـيـاـ هـذـا الـلـي بـصـيرـ وـالـلـي ضـرـبـهـ الـدـكـتـور اـحـمـدـ الـانـ مـثـالـ فـعـلـيـاـ مـمـتـازـ - 00:46:54
احـيـاناـ بـتـبـيـحـيـ عـلـى مـفـتـرـق طـرـقـ وـعـنـدـكـ خـيـارـاتـ مـتـعـدـدـةـ وـصـدـقـونـيـ يعني اـحـيـاناـ هـذـا الصـوـتـ الدـاخـلـيـ الـلـي بـيـحـكـيـ لـكـ ماـذاـ لـوـ مـشـ
دـائـمـاـ شـيـءـ سـيـءـ. هوـ بـالـاـصـلـ مـحـاـوـلـةـ تـقـيـيـمـيـةـ حـتـىـ تـتـأـكـدـ اـنـكـ اـنـتـ ماـشـيـ بـالـاتـجـاهـ الصـحـيـحـ - 00:47:10

يعـنـي وـكـأـنـهـ ماـذاـ لـوـ الـهـدـفـ مـنـهـ اـنـكـ تـضـوـيـ الضـوـءـ لـاـنـهـ الـدـنـيـاـ صـارـتـ عـتـمـةـ فـمـشـ عـارـفـ وـبـينـ طـرـيقـ فـيـ هـذـهـ عـتـمـةـ تـمـامـ؟ـ لـكـ الـلـي
بـصـيرـ اـحـيـاناـ بـكـوـنـ مـعـكـ ضـوـ خـفـيفـ فـبـتـطـفـيـ الـاـضـوـيـةـ فـبـتـصـيرـ الـطـرـيقـ مـظـلـمـةـ اـكـثـرـ. مـتـىـ بـنـطـفـيـ الـاـضـوـيـةـ - 00:47:32
لـمـ بـكـوـنـ الـطـرـيقـ الـلـي بـنـفـكـ فـيـهـ اوـ بـنـحـلـ فـيـهـ الـاـمـوـرـ اوـ بـنـقـيـمـ فـيـهـ الـاـمـوـرـ. بـالـاـصـلـ طـرـيقـ غـيرـ صـحـيـحةـ. وـهـادـاـ حـنـحـكـيـهـ بـعـدـ اـرـبعـ اوـ
خـمـسـ سـلـاـيـدـاتـ بـالـتـفـصـيـلـ طـبـيـبـ مـيـنـ اـيـضاـ يـشـارـكـناـ صـوـتـيـاـ مـنـ اـبـوـابـ ماـذاـ لـوـ اـيـضاـ اـهـ ماـذاـ لـوـ كـانـ الـطـرـيقـ مـتـعـرـجـةـ اوـ خـطـرـةـ؟ـ مـيـنـ
صـارـ مـعـهـ هـذـاـ - 00:47:49

كـلامـ كـانـ الـاـشـيـ الـلـي بـدـهـ يـسـلـكـ مـمـكـنـ يـكـوـنـ فيـ مـحـطـاتـ مـتـعـدـدـ مـمـكـنـ بـيـحـتـاجـ لـسـفـرـ وـجـهـ وـبـذـلـ جـهـدـ غـيرـ يـعـنـيـ غـيرـ مـوضـوعـ الدـرـاءـ
فـرـضـاـ الـدـرـاسـةـ. غـيرـ مـوضـوعـ الـدـرـاسـةـ بـرـضـهـ غـربـ اوـ غـيرـ مـوضـوعـ الـعـمـلـ اـنـتـ مـحـتـاجـ تـتـغـرـبـ. ماـ هـيـ هـاـيـ الـمـحـطـاتـ الـلـي مـمـكـنـ تـكـوـنـ
صـعـبـةـ فـيـ حـيـاتـكـ - 00:48:13

فـمـيـنـ بـيـعـطـيـنـاـ اـمـثـلـةـ اـهـ مـثـلـاـ اـهـ اـمـيـرـةـ بـتـحـكـيـ اوـ قـبـلـ اـمـيـرـةـ اـمـالـ ماـذاـ لـوـ دـخـلـتـ فـيـ هـذـاـ التـخـصـصـ المـزـدـحـمـ وـفـيـ مـشـاهـيـرـ كـثـيـرـ وـانتـ
جـدـيـدـةـ فـيـهـ صـحـيـحـ؟ـ صـحـيـحـ هـذـاـ الـلـي بـصـيرـ اـحـيـاناـ فـيـ اـنـتـ بـتـكـوـنـ عـنـدـكـ شـغـفـ فـيـ تـخـصـصـ مـعـيـنـ. وـبـالـعـكـسـ مـمـكـنـ تـبـدـعـ فـيـهـ عـنـدـكـ
يعـنـيـ القـاعـدـةـ الـاـسـاسـيـةـ لـلـتـطـوـرـ اـمـكـانـيـاتـكـ. مـمـكـنـ - 00:48:37

ماـ عـنـدـكـ الـاـمـكـانـيـةـ لـسـاـ. بـسـ عـنـدـكـ قـاعـدـةـ. يـعـنـيـ مـمـكـنـ اـنـاـ وـحدـةـ مـنـ اـهـ الـاـشـيـاءـ الـلـي فـادـتـيـ فـيـ هـذـاـ التـخـصـصـ اـنـهـ بـالـاـصـلـ طـرـيقـ
الـتـفـكـيرـ الـعـلـمـيـ تـامـ كـانـ تـنـاسـبـ جـدـاـ جـوـانـبـ فـيـ هـذـاـ التـخـصـصـ - 00:49:05

تـجـعـلـكـ تـفـهـمـ الـاـمـوـرـ بـطـرـيقـ مـخـتـلـفـ فـفـيـنـاـ الـلـي بـيـمـيـلـ لـلـتـحـلـيلـ فـيـ مـنـاـ الـلـي بـيـمـيـلـ زـيـ ماـ حـكـيـنـاـ لـلـتـفـكـيرـ الـعـلـمـيـ. وـفـيـ مـنـاـ الـلـي بـيـمـيـلـ اـهـ
اـهـ لـطـرـقـ اـهـ الرـبـطـ بـشـكـ اوـ باـخـرـ يـعـنـيـ اـسـالـيـبـ تـفـكـيـرـنـاـ الـلـي تـعـودـنـاـ عـلـيـهـاـ وـاعـتـدـنـاـ عـلـيـهـاـ مـخـتـلـفـةـ. اـسـالـيـبـ تـقـيـيـمـنـاـ لـلـاـمـوـرـ مـخـتـلـفـةـ -
00:49:21

لـاجـلـ ذـلـكـ مـمـكـنـ يـكـوـنـ عـنـدـكـ الـاـمـكـانـيـةـ اـنـكـ تـسـتـفـيدـ وـتـبـدـعـ فـيـ تـخـصـصـ مـعـيـنـ. وـهـذـاـ نـفـسـهـ الـلـي حـكـيـتـيـهـ يـاـ اـمـيـرـةـ الـلـي صـارـ مـعـاـيـ اوـ
اـمـالـ اـهـ اـهـ اـهـ طـبـ اـنـتـ يـعـنـيـ اـفـرـضـ اـنـكـ درـسـتـ. يـعـنـيـ رـاـسـ مـالـكـ كـلـهـ اـنـكـ تـصـيرـ مـرـشـدـ مـدـرـسـيـ - 00:49:45
حـتـىـ لـوـ درـسـتـ عـلـمـ نـفـسـ لـاـنـهـ بـالـاـصـلـ اـحـنـاـ درـسـنـاـ يـعـنـيـ اـخـتـصـاصـ اـهـ هـوـ اـقـرـبـ لـلـاـكـلـيـنـيـكـالـ لـاـنـهـ كـلـهـ مـوـادـ تـشـخـيـصـ وـتـقـيـيـمـ وـعـلـاجـ
كـانـتـ تـامـ؟ـ اـهـ فـيـ الجـوـانـبـ فـيـ جـانـبـ التـحـلـيلـ الـفـسـيـ كـانـ هـذـاـ الـبـكـالـوـرـيوـسـ مـعـظـمـهـ - 00:50:05
اـهـ بـسـ يـعـنـيـ لـعـدـمـ وـجـودـ فـيـ ذـلـكـ الزـمـنـ هـذـاـ اـنـاـ درـسـتـ فـيـ السـبـعـةـ وـتـسـعـيـنـ لـعـدـمـ وـجـودـ اـهـ مـؤـسـسـاتـ كـبـرـىـ اـهـ اوـ كـذـاـ. فـكـانـ فـيـ

اكتفاء عموماً فيضطر المتخصص انه يروح ويصير مرشد مدرسي. رغم انه هذا مش شيء سيء - [00:50:19](#)

لانه لو طبق الارشاد المدرسي في مدارسنا بالشكل المناسب هذا الشخص اللي حيعلني بابني وابنك واخوي واخوك فقد يحل مشكلات في داخل المدرسة لبعض الناس تمام؟ تخلي حياتهم اسهل واطيб - [00:50:37](#)

لاحقاً وفعلياً يكون له يعني اه فضل وخير كبير فيما فعلوا مع الناس لكن بتبلش هذه الاسئلة يعني وين بدق تروح هذا التخصص في مية حداً. طب ما هاي الناس تكبر - [00:50:56](#)

وبعدين يعني يا انه بيترك العمل يا انه يتوفاه الله عز وجل كلنا يعني بالآخر هذا الاجر مكتوب علينا كلنا فيحتاج هذا التخصص دائمًا لرفده بناس جدد لكن مجرد فكرة انه وين بدق تروح مع كل [المشهورين والمعروفيين](#) - [00:51:12](#)

هادي من الحيل اللي ماذا لو والتي تلجم بعمق في تفكيرك وتجعل التشكك عندك كبير. فتصبح الموضع بدل الدوافع سبب عدم بذلك للجهد والاستمرارية وممكّن تروح شيء خالص هذا اللي ماشي. يعني بتذكر - [00:51:30](#)

اه اه لفترة من الفترات كثير يعني لما درسنا البكالوريوس معظم او عدد جيد من الزملاء اللي كانوا معنا في فترة الثانوية العامة راحوا درسوا اه اللي راحوا درسوا اسف اه محاسبة - [00:51:50](#)

ليش؟ لانه بهذيك الفترة قال انه السوق امتلاً بالمهندسين. والسوق امتلاً بالاطباء. جيد كوييس انه يكون عنا دراسات سوقية. تمام؟ اه اه لحاجة السوق من المهنيين لكن في نفس الوقت قالوا لهم روحوا ادرسوا محاسبة. فانا بعرف عدد من الناس راحوا درسوا المحاسبة فقط فقط - [00:52:03](#)

مشان يشتغل. ما عنده شغف فيها ما جبها خلص الاربع سنين حتى يا دوب بيفهم فيها لانه هو ما بده اياها. بس قالوا له هذا اللي حتقدر تشتغل فيه. فهو بقول لك بدي اشتغل يعني بدي تخصص اشتغل بهذا التخصص - [00:52:23](#)

فهذا مهم جداً اه حنان بتحكي عن المنافسة فعلاً لا شك في نفسي اوصلتني للجلوس في البيت آآلم اجد احد يقول لي شيء ولكن بعض التصرفات جعلتني احبط واجلس في البيت. وهذا وهذا اللي بصير فعلياً مع بعض الناس - [00:52:38](#)

اه اميرة بتحكي ماذا لو لم استطع ان اقدم الرعاية الكافية لمريض ما واضطراري لتسليم الحالة لطبيب اخر بسبب تصرفي بشكل اه سمبائي مع الحالة يعني آآه هذا من الاشياء اللي ايضاً بتصرير في التخصصات - [00:52:55](#)

افة افة الاعمال افة الاعمال السعي للكمال السعي للكمال هلاً بطلع لي واحد يقول لي ايش ايش بتحكي في فرق بين الكمال والاحسان ان تحسن العمل معناه انه رايح ترحم حالك - [00:53:15](#)

وترحم اللي حواليك ايضاً وتكون رحيمها في طريقة التعامل مع نفسك ومع تخصصك اما الكمال فهو انا بسميه اه دفتر الموصفات يعني الناس الكماليين بتللاقي عنده كتاب موصفات اذا بدي صديق موصفات الصديق الجيد - [00:53:44](#)

طب قديش لازم يجيب الصديق الجيد؟ لازم يجيب مية بالمية. طب لو جاب تسعين لأ ما بزبط معي هذا خارج الموصفات ليش؟ لانه يجب ان يكون كاملاً طبعاً هو ممكّن مش عارف انه هيكل بيعمل. لكن هذا ما يفعله - [00:54:09](#)

بدون انتباه انه يسعى الى كمال مش احسان في فرق بين السعي للكمال والسعى لاحسان العمل طيب بتللاقي دفتر التعليمات عنده او دفتر الموصفات في صفحة للاصدقاء. وفي صفحة حتى الاخوة كيف لازم يكونوا. وفي صفحة لاي عمل. وفي صفحة للاغراض. وفي صفحة - [00:54:26](#)

وفي صفحة للنظام فنجد ان هذا الشخص محاط بالتعليمات من كل مكان يعني باختصار انه انسان الي مبرمج على تعليمات بقدرش يشتغل لن يعمل السوفتوير تبعه. اذا ما كان قالوا بنفذ التعليمات كاملة - [00:54:51](#)

وهذا حيصير معطل ويزرع الوهن في نفسك لانه هدول الناس حنلاقي مشكلتهم انه مستوى اهتمامهم بالديكور اكتر من اهتمامهم بالجوهر. الكور فهو يهتم بالديكور اكتر من الكور اكتر من الجوهر - [00:55:16](#)

رايحين تقولوا لي لا بعض التمارين كيف؟ بقول لك لا انتبه لنفسك حنلاقي انه صح في امور جوهرية في الموضوع. لكن الامر تكون تمانين بالمية انت وعيك او امور تفصيلية دقيقة مشان يوصل لمية بالمية بخليك تروح لتفاصيل دقيقة قد لا ينتبه لها احد -

وقد لا تهم احد وقد لا تكون اصل مهمة فبتصير تشتغل عالديكور مش عالكور مش عالجوهرة وهذا اللي ذكرته هو واحد من اهم اهم اسباب الوهن هذا اهم الاسباب لماذا لو - 00:55:57

لانه ماذا لو ما كان هذا الشخص زي ما بدي ما تصرف بالطريقة اللي بدي اياها. ما كان الصديق المخلص الكامل المناسب ما كان الزوج الكامل المناسب ماذا لو فانت الان اصبحت تعامل مع دفتر المواصفات مش مع بشر - 00:56:19

الناس كما هم وليس كما تزيد الحياة كما هي وكما قدر وليس كما تقرر على خاطرك والقدر كما قدر الله عز وجل وليس بالضرورة كما اردت انت ضيف على كل هذه الامور فاحمد الله ان كان خيرا - 00:56:40

تمام او جاءك خير او الاشياء اللي بتسعى لها عمالها بتجيك هذي نعم. نعم من الله كبيرة تمام وبالتالي منا ننتبه في فرق في اعمالنا بين ان يكون هدفي في العمل الكمال ولا هدفي الاحسان - 00:57:02

لانه اذا اذا هدفي احسان العمل حارح نفسى وحشتغل الكافي بحيث ما احرق وقتي كله في تفاصيل لاني حكون حريص على انه الوقت هذا اللي بروح في التفاصيل والدقيقة الامور اللي ما في فايدة فايدة منها اني اعمل في عمل لله تعالى او - 00:57:21 اثروا في شيء ايضا لله تعالى باحسان العمل او في تربية الارواح حتى في تربية الارواح. تخيلوا قديش المعلومة خطيرة و رايحين بتقولوا حتى في تربية الارواح نعم احيانا في ناس - 00:57:43

بدهم درجة من الكمال يفرضوها على اولادهم فهو ما بده اطفال. هو بده نبته. بهاي النبته نعم بتسقيها وبحظ لها سعاد ممكن تطلع زي ما بده بس الطفل هذا ولد بطبع معينة وبامور معينة ستتجعل له - 00:57:58

شخصية معينة دورك تربية وتقوم سلوكه. لكن لا تستطيع ان تنتج هذا الشخص بالضبط في الطريقة اللي انت بده اياها بالاخر سيبقى شيء معين لانه اذا انت بتربى يعني وتأثيرك التربوي - 00:58:16

كان خمسين بالمية بالبداية لكن احنا بال التربية بنعرف انه بصير يقل تأثير الاهل ويزيد تأثير المحيط والوسط اللي بعيش فيه اولادنا ما بينته هاي قاعدة مهمة في التربية كل ما كبروا اولادنا يصبح تأثير الوسط تربويا عليهم اكبر من تأثيرنا - 00:58:35

لاجل ذلك زي ما بيحكوا اللي عملته بالبداية اتقنوا من باب الاحسان مش من باب الكمال صدقوني جزء من اللي بشوفه في العيادة. انا يعني اللي بيعرفني في هالتينين وعشرين سنة اللي عمالنا بنقدم استشارات للناس - 00:58:54

بالامور النفسية ومنعمل العلاج النفسي جزء من اللي بشوفه من مشاكل الارواح في عيادتنا جزء منه لا بأس فيه يعني خمسين بالمية هو بسبب كمالية الاهل في التربية. مش احسانهم للتربية - 00:59:10

فبتيجي بتلاقي وكأنه الام بدها تقصص الولد مشان يوسع الصندوق بالضبط تمام ممكن يجي بصندوق مناسب وتكون زي ما بيحكوا يعني هذه السياسة سياسة ذكية تناسب طبيعته وشخصيته. اولادنا بيختلفوا عن بعض اللي عندهم اولاد - 00:59:26

رايحين يعرفوا اللي بحكيه رايحين يعرفوا انه من من اليوم الاول والثاني والثالث بنصير ندرك انه هذا الولد بيختلف عن هذا الولد. انا عندي ما شاء الله ثلاثة وولدين وبنت - 00:59:45

كل واحد له شخصية وله طريقة. من البداية بتميز هذه الاشياء. فبتصير بده تستكشف الولد بداية حتى تجد الطريق المناسب معه انه اللي عالجوتو ميتيين كانه النت اه فصل لانه اعطاني مشكلة - 00:59:57

اذا حدا بيتحدى بس بيبيهني موجود توت اه. تمام. فصلي بثلاثة بثواب. كوييس تمام شكرنا لك وبالتالي هذا امر مهم ننتبه له في طبائع في انفسنا بتخليل تواصلنا مع نفسنا صعب - 01:00:20

صدقوني في ناس مش صعبين مع الناس في ناس صعبين مع انفسهم صعبين مع انفسهم بصعبوا الحياة على انفسهم والكمالية جزء في اشياء اخرى لسا بتخليل الانسان تصعب الحياة عليه. يصعب الحياة على نفسه. حيل يحتالها عن نفسه. وبتيجي بتسألة ليش بتعمل هيک ؟ حتى - 01:00:45

افضل حتى اكون مستقيم يا اخي انت اشديد العوج من كثرة استقامتك فمنا ننتبه لانه هاي هاي قد لا تكون استقامة. هذا

عوج في فهم الحياة وفهم الناس - 01:01:07

بدنا نتبه لهذه الامور زي احد الناس اللي كان يحكى انا من استقامتي ما بحكي عفوا منكم للمثل بس هو مثل شعبي عنا انه اللي بيحكي المزبوط انه انا بحكي للاعور اعور بينه الاعور يعني فاقد العين - 01:01:25

انت ما فاقد عين واحدة. فبيقول انا ما بحكي للاعور انت اعور بعينه. لا انا بحط اصبع بعينه الثانية وبقلعها كمان فيعني بتيجي بتتساول طب دققة هو هاد اللي بدك تقلع عينه ايش ايش عامل - 01:01:42

طب السؤال الثاني هل هاي الطريقة الوحيدة كانت المتاحة انه اذا شخص عنده اشكالية ان تقلع تفقاً عينه الاخرى مشان ينعن يمین نهائياً يعني؟ وهذا اللي بيعملوه احياناً الاهل الولد - 01:02:00

في عمر معين تصدر منه اشياء معينة. انا ما بحكي عن الحال والحرام الان اخطاء اخطاء عادية فبصير يرمونه بكلام وبطريقة وباسلوب فهم مش بحکوا له انت اعور تمام يعني في عندك مشاكل سلوكية لأ بحطوا اصبعهم وبعينه الثانية وبيعوروها - 01:02:18

فيصبح اعمى كفيفاً والله من رأيت في العيادة في سنوات من الناس اللي راحوا للادمان وهذا ليس مبرراً ديروا بالكم. مش مبرر لهم لكن كان عندهم وهن كان عندهم اكيد يعني نوع من الهشاشة حتى يحلوا - 01:02:41

مشاكلهم بهذه الطريقة لكن اسوأ ما يمكن ان تروه في التربية الكمالية الشديدة. الناس اللي يفقوّ عين ابنهم لانه اعور لانه اخطأ خطأ فيعني ينهوا حياته رغم انه في ناس فعلياً في عشرة بالمية - 01:03:04

من اولادنا من اولادنا اولادكم بلحظة من اللحظات لأ بدهم الشدة بدهم التأديب. بدهم التأديب الصحيح احنا ما بنحكي ممنوع التأديب لكن هي وسائل تربية درجة درجة قبل ما توصل لهذا الحد - 01:03:25

طيب شو ببرر لك؟ بقول لك أ. ما هو انا اب انا مسؤول وهذا بصير احنا بنسميه الفهم العكسي. كيف الفهم العكسي؟ بتيجي ام فانت بتتحكي لها طب يا اختي يعني الله يرضي عليك انت - 01:03:43

الطريقة اللي بتعملها مع ابنك فيها شوية شدة يعني فعلياً تكون فيها شدة. مش معناه انه اذا هي بتعاقبه وهو يستاهل العقاب. ما هو يعني عقوبات الاولاد كل كل خطأ لازم تكون عالاقل العقوبة مساوية للخطأ - 01:03:58

اما الولد اخطأ خطأ بسيط اعاقبه بشدة بالضرب والاهانة؟ لا لا لا. احنا فقدنا السيطرة فالفهم العكسي نرجع لفهم العكسي فيا اختي يعني انت شديدة مع الولد فهذا جزء منا نتساعد كيف - 01:04:16

بنلاقي وسائل تربية اخرى. بيقولوا شو يعني اه اتركه هيكل يعني وانت فاهمين كيف الفهم يعني لما بتتحكي لحدا لا تتشدد بقول لك شو يعني ارجي للآخر؟ لا لا لا - 01:04:33

مش هذا القصد وهذا الفهم العكسي. بعض الناس يظن انه الفضيلة في الشدة في القسوة وانه عدا اذا اذا ما تصرف بشدة وقسوة فهو متهاون وهذا ليس صحيحاً انت بتقدر تكون بالنص - 01:04:47

لانه الشدة لها وقتها والتراخي له وقته والتغافل له وقته واللي برجع للاشي اللي اخدناه بالبداية اول محاضرات المخاعة كانت اللي قبل رمضان. اللي اسمها حقيبة الادوات. تحدثنا عن الادوات. قلنا وكأنه عندك - 01:05:03

عدة ادوات في ناس ما بيعرف يستخدم الا الشاكوش فقط كل اشي لازم يكون بالطرق والطرق ما عنده وسيلة اخرى. فهو عنده مشكلة في حقيبة ادواته التربوية او في حقيبة ادوات التواصل مع الناس - 01:05:19

ولاجل ذلك هذا الاشي اللي بقدمه بين ايديكم الهدف منه انه نساعد الناس بانهم يصير عندهم ادوات تناسب طبيعة الحياة ب المناسب هذا العصر اللي فيه فجوة جيل كبيرة حيكون عنا - 01:05:34

محاضرتين لاحقاً. وحده بعد اربع اسابيع ان شا الله عن الجيل وفجوات الجيل حتحكي فيها بعض الامور اظن انها ح تكون جداً مهمة الكم حتتحاوب على اسئلة جداً مهمة. وجوهرية حتى في حياتنا - 01:05:52

فيبينطروح سؤال ماذا لو كانت الطريق متعرجة او خطرة او مثلاً في عنا اه من المشاركات ماذا لو لم تستطع انه بتكون النفس بالمرصاد بتتحكي صحيح ماذا لو دخلت في هذا التخصص المزدحم وفي مشاهير؟ هاي قرأنها - 01:06:07

اه خلينا نشوف من المشاركات احسنت يا مروة سجلوها هاي افة الاعمال السعي للكمال والاحسان في الاعمال بتحقيق الاحسان
الاحسان: في العما يكعه: الاحسان: بانه اكعه: احيم بنفسه: واحيم بانه افهم ايضا شه الصدف من: هذا العما - 01:06:26

شو الهدف من اللي بعمله؟ لما بعرف الهدف من اللي بعمله بقوم فيه بالقدر الكافي المناسب اه ايمان تحكي اللهم علمنا امين

تمام؟ يعني ما في هاي مشاركات للان. للاسف انا الرسائل اللي تبعث على - 01:06:57

يعني الي خصوصي هاي بتعنی تبعتوها عالخاص اه في التليجرام تمام وبالتالي خلينا نشوف ايضا من ابواب لو وماذا لو لم تسقط على الماء تتمارس تبعها على الماء

رسانی از سیستم ارتباطی خوب است. سیستم ارتباطی خوب باید بسیار حیی، سو رایج، سریع و مفید باشد.

نشوف الله يسلّمك يا مرة خلينا نشوّف يلا - 01:07:44

اعطونا من ملة قدش، تتم في هذه الحلة ماذا لو لم تس

منتشرة جدا في ماذا لو لانه هاي الاكثر انتشارا.انا ما في ما فهمت السؤال.كل ان دخلت متأخر شوي.يمكن توضيحه عشان ما

عرفت اجاوب - 01:08:14

اللي هي مادا لو؟ هدي من الـ

اللي هي مازا لو؟ هذى من الاشياء اللي بتخطر على بالك. او الناس بتزرعها في ذهنك احياناً مازا لو لم تستطع الاستمرار قدиш
بتتمه، فيها بحاتك؟ يعني قدиш. هالمتأمة بتخطر على بالك؟ 01:08:51

انه بدرجة كبيرة بس من تجربتنا انه فعليا - 01:09:07

معظم الناس، يعاني، من هذا من هذا الكلام شكا، او باخر

الغالبية آآ مشكلتهم في الاستمرارية بسجل بالجيم بروح ثلاث اشهر بعدين يبطل - 01:09:23

هالقد اح ثلات اشه آرسخا س نامح علم اه بحضا اوا شه بعدن ما ما مستمعه فيدا بخ

ماذا لو لم تستطع الاستمرار - 01:09:42

وللاسف هذا بصير بشكل محبط. الاحباط

احكيه بس في احباط محفز. شو يعني احباط محفز تحبط من الموضوع - 01:09:58

لخط من الموضوع قبروح وات حاط راسك عالمحة بقعد قبلي يوم قبصير لقفر

فرصة لأنك تفصل الموضوع وتتجدد الطرق لا إنك تتبعها وهذا اللي بنسمييه مبدأ في ناس عندهم مبدأ الغرق في ناس

عندهم طريقة البحث عن الحل. يعني في ناس دائمًا إذا صار مشكلة أو أزمة في حياته -

تمام؟ فالمتأزمة اللي بتتصير معه انه يغرق في المشكلة. كيف يغرق فيها انه بتتصير المشكلة بفكر فيها رغم انه وهذا بجوز لقيتوه في

بعض اصدقائهم اهلهم شخص ييجي بشدو لك امر معين. بتلافيه بصل يحكي يحكي يحكي في المشكله - ١٠:٥٤

تحكى له يكون هاي من الحيل اللي يتصرف معه - 01:11:12

لكن في ناس يدرن نفسه مع المدة فتجد انه مجرد ما واجه مشكلة يتصير عنده احباط صحيح بس هذا الاحباط محفز. كيف محفز؟

انه سيفكر كيف يتتجاوز المشكلة. فالاحباط اصبح محفز بانه يبحث عن الحل والمخرج اذا هنالك شكلين او شكلان من التعامل مع المشكلة فالشكل الاول هو انت اخلاقاً في الموقف فـ

المسنون مثل المزبور في المسنون وهذا يعتمد على المسنون في المسنون

ينسى حتى انه لازم تتحل اذا عندك مشكلة معناها لازم تتحل وقلنا اذا بترجعوا للمحاضرات السابقة في مشكلة لها حل. في مشكلة لها نصف حل. في مشكلة لها ربع حل. في مشكلة لها عشرة بالمية من الحل. وفي مشكلة - 01:12:05

ما لها حلول بده تحمل هذا الازعاج لفترة من الزمن لعل الله عز وجل يفرجها عنك باي طريقة من الطرق لاحقا مع الزمن زي ما حكينا منها وفاة عزيز ويصير عندك ردة فعل. فرضا. هذا اشي غير مسترد لا تستطيع ان تعمل شيء بخصوصه - 01:12:19
تمام؟ فتعاني لفترة لكن نتأمل من الله عز وجل انه يربط على قلبك فتتجاوز هذا الامر وبالتالي هادي من اكترها انتشارا ايضا من هذه الامور اللي بتفتح المتأزمات. ماذا لو لم تعمل بجهد؟ يعني افترض انك عملت هذا الاشي. وهذا - 01:12:37

هذا مشكلة الكسالى. قبل شوي احد الاخوات بتحكي عن موضوع الكسل. نعم. هذه مشكلة الكسالى كل ما فكر انه بده يبذل جهد آاا
يعجز بحس بالعجز مش رح يقدر يبذل الجهد - 01:13:00

فورا بتبلش ها المتأزمة تشتفل براسه. اه ماذا لو ما بذلت الجهد وما عملت فيبادها من قصيرها وما بجرب وما بيعمل هلأ في ناس
بيبادها من قصيرها لانه خبرته مع نفسه سيئة. يعني احيانا تحكي انه خبرة انسان مع انسان سيء. لا احيانا خبرتك مع نفسك في
موضوع معين بتكون سيء - 01:13:17

لانه هذا الموضوع جربت حالك فيه يعني ومرة على مرة خلص اللي كونت الفكرة او التصور اللي صار عن نفسك انه انا عارف حالي
هون بيلش اوجل. ببذلش الجهد المناسب بعدين بتكون سجلت بدوره انجليزي - 01:13:37

بخسر فلوسي. سجلت بجيم بخسر فلوسي فيعني بتكون يعني مشكلته مع حاله لاجل ذلك هذي ايضا من الاشياء المنتشرة احيانا
ايضا من ماذا لو؟ ماذا لو لم يساعدك احد ما حدا ساعدك. ما حدا اخد بيده - 01:13:50

وهاي موجودة. موجودة بكثرة ايضا لكن لكن مهم جدا انه نتبه لموضوع المساعدة او اختي اذا ابن بفك بالانتحار زي ما كتبت.
بنرجوا باسرع وقت يعني اسرع وقت غدا صباحا تراجع - 01:14:09

طبيب نفسي او متخصص في العلاج النفسي فورا ويفضل طبيب نفسي لانه موضوع التفكير بالانتحار للصغرى يعني اللي تحت
التمنطعش للأسف انه مش امر بنقدر نسكت عليه ويجب فورا التعامل معه بجدية. حتى لو رفض تاخديه قسريا او انت بتروحى
للطبيب بتشرحى له جزء من المشكلة - 01:14:30

ما في يعني هذا الامر هذا الامر امر صعب بمصر باي باي او محافظة موجودة اختي باي محافظة اعطيتني المحافظة بس اذا سمحتي
في القاهرة. طيب ابعثي لي خلينا نشوف مين موجود في القاهرة. في اه - 01:14:51

اه بالقاهرة موجود اللي هو مركز ابو العزائم مركز ممتاز. مستشفى ابو العزائم اه ممكن يساعدوكى طبعا موجود
مستشفى المطار اذا بده الخدمات الخاصة تمام اللي هو عن طريق المطار اصلا - 01:15:21

اه مستشفى مجهز بكل النواحي فالمنصورة مش متأكد مين بنعرف الان كان في اتنين زملاء درسنا مع بعض لاحقا يعني اللي بده
اللي بده اسماء او اطباء في المناطق المختلفة يبعث لي على التليجرام وبنشوف انه نعرفهم ونشق فيهم ان شاء الله. بنحولكم لناس
نشق فيهم - 01:15:42

تمام؟ وبالتالي ماذا لو لم يساعدك احد ايضا ماذا لو لم تصل لما تريده؟ خلينا نشوف على تشتات برضه من لديه هذه المتأزمة؟ كثيرا ما
تخطر بباله من ابواب لو - 01:16:07

ماذا لو اصل لما اريده؟ او يعني حكينا هذه الحيل ممكن حدا يحطها براشك كون جالس انت واخوك انت وصديق انت واختك انت
وصديقتك بتحكي معها وفجأة بتحكي طب افترضي ما صار اللي بده ايه - 01:16:23

او زي ما حكينا قد يحتاج ذهنك انت دماغك اه عقلك سمه ما تشاء. تمام عليك فيقول لك افترض انه انت ما وصلت لللي بده ايه فهذه
من ماذا لو - 01:16:40

برضه بتزرع الاحباط والوهن كما قلنا طيب نشوف الاجابات آآنعم ميساء بتحكي اذا لم يساعدني احد حين احتاج الدعم المعنوي او
المادي احزن واعطي نفسي وقتها اه ثم اعاود لحياتي واصطدمه. مزبوط بالآخر لازم نستمر - 01:16:59

تمام وايضا من الامور المهمة هنا انه الان طيب هذى الالعاب اللي بتتصير في ذهنتنا هذى الحيل او هذى الحيل اللي بيعملوها
الآخرين تمام؟ او حتى انا بعملها. كيف بدي اقاوم الوهن وزراعة الاحباط - 01:17:37

في ثلث توجيهات مهمة اصل هذا هذه التوجيهات فكرة اساسية واللي هي يجب ان اطور مسطرة مسطرة اداة قياس اقيس عليها الامور يعني احيانا مشكلة الناس مش في المعلومة تكون عندهم معلومات كثيرة - [01:17:59](#)

وليس في الصدق بيكونوا صادقين في اللي بيعلمونه وديروا بالكم هادي في المجتمع العربي هي احد احد المشاكل الكبرى تمام لنا واللي هي ما في مقياس على الأقل مقبول تقاس عليه الامور - [01:18:24](#)

يعني في ناس بتحسنه يعني فعليا يفقد رشه او ليس رسيدا في طريقة فهمه او اصداره للاحكم لاجل ذلك نصيحتي وهذا اللي حيعلمه لاحقا برضه احنا ان شاء الله هاي السلسلة حنستمر فيها لعام كامل - [01:18:49](#)

نمام مش ضروري كل ثلاثة احيانا كل كل يعني باسبوعين كل تلات اسابيع بس نعدكم انه نستمر لعام كامل نعطيكم معظم ما يفيد في هذه الحياة ف مقياس الاحكام تكون اداة القياس فيها اشكالية - [01:19:06](#)

فلو طلبت لو طلبت منكم الان وسألت احنا مازا نحتاج لنقيس مثلا هاي الطاولة اللي انا حاط عليها الابتوب. بدي اقيس الطول والعرض. ايش بيحتاج؟ ايش اللي يحتاجه سؤال بسيط وبجواز تحكيه يعني يا اخي ايش بتتفلسف عليه بدك تطرح هالسؤال البسيط بس خلينا يعني ماشيين. فانا بدي مسطرة بالمتر او بالانش - [01:19:24](#)

بلغة البلد اللي تكون فيها واضح فبحاجة لمسطرة لكن لو بدي اعرف درجة الحرارة شوب صارت الغرفة بدي مقياس حرارة تمام لاجل ذلك مهم جدا نفس المبدأ نفهمه جيدا ونعرف انه - [01:19:52](#)

بعض ادوات القياس لا تصلح في غير مكانها في امور تقاس بطريقة في امور تحتاج الى طريقة اخرى لقياسها لاجل ذلك قبل التصرفات. في ناس ما عندهم مشكلة في تصرفاته. وهو مشكلته اصلا مش في التصرف. هو مشكلته في القياس - [01:20:15](#)
فاما انت تقيس الامور خطأ فرایح تفصل الحل او الطريقة او التعامل مع الموضوع خطأ. يعني زي اللي بشخص مريض خطأ مش رایح يقدر يعالجها بالطريقة الصحيحة لاجل ذلك التشخيص القياس - [01:20:38](#)

يسبق يسبق عملية العلاج او التعامل مع المشكلة لاجل ذلك رقم واحد في المقياس المهم انه نطور عنا المنطقية انا ما بحكي بالمنطق بعلم المنطق. لا لا. يستخدم الكلمة الان بمعنى المنطقية. منطقية الامور. تكون الامور منطقية - [01:20:54](#)

النقطة الثانية انصح كلا فيكم انه يضع في ذهنه تلات اشخاص يعلم منهم الرشد وحسن الرأي خليني اشوف آآ اكتب على تشتات الان الموجودين تلات اشخاص تعلم فيهم الرشد وحسن الرأي - [01:21:17](#)

حتى لو شخص بتعرفوش كثير. ممكن بتتابعه عاليوتويوب لكن صرت تفهم منطقه او ممكن شخصية تاريخية قرأت عنها وتفهم منطقها واضح شاركونا يعني لو شخص شخصين شارك على التشتات يضع عنا تلات اشخاص - [01:21:38](#)

تلات اشخاص يلا الله يحفظهم الوالد والوالدة. طيب وشخص ثالث؟ يا تميم محمد صلى الله عليه وسلم ونعم الاختيار اخي الكبير بنتي الكبيرة صحبي ممتاز تمام هلا لو اجيينا للاخ عماله بيحكي لنا الوالد والوالدة وممكن شخص ثالث - [01:22:00](#)
وحيثت لقضية معينة فكر للحظة انا بعرف منطقهم كيف يعني سمعت له لانه ممكن مش يعني الوالد والوالدة بتعرفهم جيدا. بس في ناس يعني تأثرت برأيهم تسمع لهم تفهم منطقهم - [01:22:29](#)

تعال للشخص الاول لو كان هو بيتعرض لهذا الموقف شو حيحكى؟ شو حيشور علي؟ تخيل طب لو الشخص الثاني شو حيحكى شو حيشور علي؟ لو الشخص الثالث شو حيحكى شو حيشور علي - [01:22:45](#)

فالثلاث اراء التي حاولت اني استمزجها في ذهني من اي باب من باب اني يعني صرت صار عندي معرفة في منطقهم هدول الاشخاص ستكون معين لطيف لي من باب من باب - [01:23:01](#)

انه اتخلص من الحيل او اقل من قدرها او من تسلطها او ازعاجها له لا عن يعني لو كان محمد صلى الله عليه وسلم الرسول الامين موجود بیننا الان اذا بتذكروا برنامج لو كان بیننا - [01:23:18](#)

ماذا سيقول في الموقف الفلاني فانا هيك اخذت الاسترشاد النبوى وبفضل الله كلام النبي محفوظ محفوظ فبرجع لسنة الرسول عليه الصلاة والسلام. ويسبقها طبعا كتاب الله عز وجل. لانه لم ينطق عن الهوى - [01:23:38](#)

فاعود واري ماذا يقال في هذه القضية فانا اخذت الان رأي الشرع وهذا جيد هذا على هدى ثم طب بدي استزاده. ما هو الرسول عليه الصلاة والسلام اه آخذ اخذ برأي - 01:23:56

او باراء الصحابة في امور فيها مشورة. لانها مش امور حلال وحرام. امور رأي فسمع منهم شاورهم اذا بدي مشورة في هذا الامر لانه بجوز الامر اللي بحكي عنه مش حلال وحرام تفضيلات - 01:24:16

فيمن اتق مثلا اخي الكبير. طب اخي الكبير يجوز مش موجود الان اذا موجود الافضل اسئله لكن انا بستمزج الاراء. يعني اسأل فاستشير والاهم استخير الله عز وجل ان اقبلت على امر - 01:24:32

مسلمًا بخيرة الله عز وجل فيه ثم البند الثالث اللي هو النتائج طب وهذي النتائج فيها طرفيتين. فيها طريقة بسمها الطريقة المتخيلة للنتائج. يعني خليني اتخيل الان انا بدي ادرس اه مثلا اه اللغة الالمانية - 01:24:49

طب خليني اتخيل طبعا سألت ورحت شفت شو في مراكز قديش المدة؟ ضروري دائمًا هون ترجع لنقطة المنطقية. شو يعني المنطقية؟ المنطقية يكون عندك معلومات. يعني انت قرر بناء على معلومات مش امر بتقرروا ما عندك معلومة اصلا - 01:25:09

لانه بجوز بعض المعلومات تفرق معك تماما لما تعرفها. فيه يكون عندك معلومات. اذا النتائج المتخيلة لو انا عملت واحد تنين ثلاثة اربعة ومشي الامر بدي اتخيل تصورا تصورا شو اللي ممكن يصير. وهذا بقرب عندي الفهم - 01:25:26

للامور بشكل جيد تمام فهذا الطرق طرق يعني تستعين بها تساعدك يعني بارك الله فيكم من يثقون برأينا فيبارك الله فيكم واظن انه دائمًا في خير منا سبحانه الله! كل انسان له - 01:25:43

يعني امور كثيرة فهذا مهم جدا وهنا ننهي اللي بلشناه اليوم بانه ننبهكم انه احيانا يصبح الحل هو المشكلة اذا ما عرفت تقييس الامور صح فممكن الحل - 01:26:08

اللي توقعت انه يحل المشكلة يصير مشكلة جديدة ويعمل لك مشاكل جديدة انت كنت تتوقع انه حل قبل شوي ضربت لكم مثال على الناس اللي بتلجم للادمان وكذا. في ناس كان يعتقد انه اذا عمل هيكل بريح راسه وعرأيهم. تمام؟ بخف عنه - 01:26:31

الازعاج فكر هذا الحل. لكن هذا الحل صار مشكلة اساسية اثرت عحياته فخلينا نتبه وارجوكم تنتظروا في الدقيقة الاخيرة لهذا التنبه. ارجوكم تنتظروا في الدقيقة الاخيرة قد تعالج مشكلاتك في غير موضعها. لذلك تنبه كيف تصف حياتك ومشكلاتك - 01:26:49

وتتبه ما هي الوصفات التي يتم وصفها لك مسؤوليتنا كانت ومسؤولية كثير من الدكاترة الافاضل ولست افضلهم في ناس متفضلين و يقدموا افضل حتى مما نقدم مسؤوليتنا كانت انه حاول قدر الامكان - 01:27:08

ان نقدم للناس امور تعينهم في حياتهم هذه كانت مسؤولية بما انه احنا اصبعنا في هذا الاختصاص والسبب انه في ناس تقافزت عن الاسوار باسم الطاقة باسم تنمية بشرية باسم مهارات حياة - 01:27:29

تمام؟ تقافزوا وصار يقدم لك حلول ستصبح هي المشكلة في حياتك لما يقول لك انت بتجذب انت قرر طب لما تقرر انه بدك تعمل اشي وما بتبدل الجهد الكافي او هذا الامر شبه مستحيل. ماذا سيحصل؟ سيعصيكي احباط ممكن يدخلك باكتئاب. ليش؟ لانك - 01:27:50

تحسس انه المشكلة في نفسك هدول الناس المستغنيين عن قدر الله عز وجل المستكثرين من قوة انفسهم الظانين بانفسهم القوة والامكانية مساكين ليش لانه سيعصيكي عاجلا ام اجلاكم هو ضعيف - 01:28:10

كم هو ضعيف لاجل ذلك ارجوك ان تتبه على مين بتعرض مشكلاتك كل يوم في العيادة بيجينا ناس عرضوا مشكلاتهم على ناس غير متخصصين. او ناس هواة قوات في الاختصاص - 01:28:36

فصارات مشكلاتهم اكبر. بالبداية حس انه مرتاح او حدا بفهم عليه. لانه حكى مشكلاتك وارتاحت انه حدا سمعها لكن فيما بعد اصبحت هي المشكلة الكبرى انه الامور اللي ظنت انك بتحل مشكلاتك فيها اصبحت هي المشكلة الالكب - 01:28:56

فنسأل الله لكم جميعا السلامة لكم ولاحبائكم ولا ننسونا من صالح دعائكم. والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته - 01:29:14