مقاطع من المحاضرات

]رياضة النفس في تربية الأخلاق[من شرح رسالة: حسن الخلق- للشيخ د. محمد هشام طاهري حفظه الله

محمد هشام طاهري

قال ومن الاسباب رياضة النفس وتمرينها على هذا الخلق وتوطينها على كل سبب يدرك به هذا الخلق الفاضل فيوطنها على معارضات الاقوال. وانه لا بد من مخالفتهم في العلوم والارادات. ولابد ايضا من اذية - 00:00:00

ان قولية او فعلية فليتوطن على تحمل الاذى وليعلم ان الاذى القولي لا يظر الا من قاله وان من الحزم والقوة ان يكون الانسان بحيث لا يتأثر بكلام يقصد به احفاظه واغظابه بل يعلم انه - 00:00:20

او اذا غضب او تأثر يقصد به اخفاضه في نقطة ساقطة اضيفوها يعني بعض الناس يتكلم بكلمة يريد ان من قدرك يريد ان يغضبك فهل انت تستمع اليه او تمشي وكأنه لم يقل شيئا نعم فليعلم - 00:00:40

انه اذا غضب او تأثر فقد اعان المتكلم على نفسه وان لم يبالي به ولم يلقه باله ولم يهتم به ولا لم يهتم به ويكترث به فقد قابل القائل بما يكرهه لان جل مقصده - 00:01:00

عدو جل مقصدي عدوه ايلام قلبه وادخال الهم والغم والخوف على قلبه. فكما يسعى بدفع ما يريد الى ظاهره فليسعى بدفع ما ما يريد ايلام باطنه بترك الاهتمام به. هذه المسألة مهمة لو ان انسانا - 00:01:18

رفع سكينا يريد ان يضربك. انت قطعا مهما ظعفت فستحاول ان تدفع هذا الاذى عن بدنك حتى لا تتألم اذا كان الامر كذلك في الاذى الظاهري فان الواجب انك تدفع الاقوال - 00:01:37

التي تدخل عن طريق الاذن ولا تجعلها تصل الى القلب لانها تؤلم القلب وقديما قيل كلم اللسان اشد ايلاما من كلم السنان من كلم السيوف فهذه مسألة مهمة لا اذا سمعت كلاما يؤلمك اجعل نفسك كأنك لم تسمع لا تبالي لا تشغل نفسك به لا توصله الى قلبك - 00:01:58

وان وصل لا تجعله يستقر وان استقر جاهد على دفعه نعم قال النفس كيف الانسان يجعل رياضة النفس في تربية الاخلاق نضرب مثال لو كنت عجولا مثلا فينبغي عليك ان تدرب نفسك - 00:02:28

تحاول مثلا لو كنت عجولا في سيرك تحاول كل يوم انك لا تسرع كل يوم انك ما تسرع لو كنت غضوبا درب نفسك قل لاولادك لزوجتك لاخوانك يغاضبوك وتعلم وتدرب مثل الإنسان الذي يذهب ضعيف عضلاته - 00:02:53

يذهب الى مكان يتدرب يقوي عضلاته فانت قوي نفسك بالتحمل هذي رياضة النفس ما تأتي هكذا وانت جالس رجل على رجل لا لازم بالتدريب والممارسة سمعت اليوم قولا امسك غضبك سمعت غدا امسك قولك سمعت بعد غد امسك قولك - 00:03:21

تصبح بعد ذلك النظرة الى الناس او سماع الكلمة من الناس سجية لك كانك لا تسمع سجية من الله سبحانه وتعالى انك جاهدت نفسك والله اصدق القائلين والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا. نعم - 00:03:43