

# طمن قلبك .. باب عظيم لتفريج همك و ضيقك إوعى تعجز عنه ! |

## د . حازم شومان

حازم شومان

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. اخواني واخواتي في الله معي دلوقتي باب عظيم من ابواب الفرج. تفريج الكربات من ابواب حل اكثر تلت مشاكل في حياتك الحديس جزم بتصحيحه الشيخ احمد شاكِر رحمه الله في تحقيقه للمسند. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم - [00:00:00](#)

من لزم الاستغفار من لزم الاستغفار. يعني تبقى ملازم له ملازم عارف لما زابط يبقى اسمه ملازم آآ ملازم للاسم. ملازم بتبقى ملازم للاستغفار. على طول بعد الطاعة بعد المعصية. وانت صاحي وانت نايم تلزم - [00:00:20](#)  
استغفار. يبقى انت والاستغفار اصحاب بقى ماشيين مع بعض من لزم الاستغفار. جعل الله له من كل هم فرجا ومن كل ضيق مخرجاً. شف كلمة كل دي استطعم كلمة كل دي - [00:00:36](#)

من فم النبي عليه الصلاة والسلام جعل الله له من كل هم. الهم يا جماعة ازمة الهم ان الواحد شايل هم حاجة. ان الواحد شايل هم شيه. جعل الله له من كل هم فرجا. ومن كل ضيق. لما تضيق قوي - [00:00:50](#)

لما الضيق ويبقى الواحد نفسه ان ربنا يفرجها ونفسه ان ربنا يوسعها ونفسه ان ربنا يفتح ابواب الفرج من عنده ومن كل ضيق مخرجاً. انا باقول لكم الحديس ده وانا محتاجه - [00:01:05](#)

يعني اللهم لك الحمد نسأل الله اليقين والعافية. الواحد بيستشفي بالدعوة الى الله وكلنا يجب ان نسترزق بالدعوة الى الله ونستشفي بالدعوة الى الله. ونستفتح الابواب المغلقة بالدعوة الى الله. ربنا يفتح لنا ابواب فضله ورحمته يا رب - [00:01:20](#)

من لزم الاستغفار. سواء حاسة انك مزنبه او لا يعني من اعجب مواضع الاستغفار في القرآن ان لم يكن اعجبها. قول الله سبحانه وتعالى ثم افيضوا من حيث افاض الناس واستغفروا الله. الافاضة بعد افاضة عرفات ده عرفات ده احنا خارجين - [00:01:35](#)

ام ولدتنا لنا. هاستغفر قال لك الاستغفار ده عبودية مزنب او مش مزنب النبي عليه الصلاة والسلام كان بيستغفر بعض الطاعات بعد الصلاة المستغفرين بالاسحار بعد قيام الليل يا رب دي طاعات يعني المفروض بقى لا استغفر استغفر وحس بالتقصير المؤمن لا تزيد - [00:01:49](#)

الطاعة الا انكساراً ولا تزيده الاسباب الا افتقاراً. الله سبحانه وتعالى لا شفاء الا شفاؤه. ولا كاشف للهم الا هو يا رب. اللهم اشفنا. اللهم مفرش كربنا. اللهم اغثنا اللهم اغثنا. من لزم الاستغفار يلا بقى الباب العظيم ده قلت لكم جزم الشيخ احمد شاكِر في تحقيقه - [00:02:10](#)

الامام احمد بتصحيح هذا الحديس خلاص من لزم الاستغفار. جعل الله له من كل هم فرجا. ومن كل ضيق مخرجاً. ورزقه من حيث لا يحتسب. يبقى ثلاث امور. الهم والضيق - [00:02:30](#)

وقلة الرزق. ثلاث مشاكل كبيرة جدا في حياة الانسان. الهم. ان الانسان شايل هم حاجة. شايل هم حاجة وخايف منها. الضيق لما بالانسان. لما الامور تضيق بالانسان وتضيق عليه نفسيته. يعني ويحس ان الدنيا ضاقت به سبحانه يا رب. سبحانه يا رب - [00:02:48](#)

سبحان من عندك الفرج لكل كرب. سبحان من عندك الفرج لكل هم. سبحان من عندك السعة لكل ضيق سبحان من عندك الفتح لكل

باب مغلق سبحان من بيدك مقاليد السماوات والارض يا رب. سبحانك من لك الخلق والامر. سبحانك يا رافع السماوات. سبحانك يا رب المشارق - [00:03:08](#)

والمغرب سبحانك يا ذا الاسماء الحسنى يا رب سبحانك! سبحانك يا ذا الاسماء الحسنى يا رب! سبحانك يا لطيف! يا ودود يا جميل يا حميد يا مجيد يا قريب. سبحانك يا صمد. سبحانك يا صمد يا ذا الجلال والاکرام. من لزم الاستغفار - [00:03:32](#)

تاني احفظيه اكتبه. علقه قدامك. تعالوا كده نلزم الاستغفار. ثلاث اربع تيام كده. ثلاث اربع تيام كده نقعد مع الاستغفار كده ليل نهار الزموا نبقي ملازمين له. نلزمه بيقى خلاص كانك الزمت نفسك به - [00:03:52](#)

الاستغفار الاستغفار الاستغفار جاي من المغفر المغفر اللي هو غطاء الرأس. الخوزة اللي بتحمي المحارب من ضربات السيوف. كأن زنوبك دي زنوبك دي السيوف هتقطعك وربنا اللي بيحميك منها ربنا اللي بيحج. والغفر ده نبات يعني احد الحيوانات لما بيخرج يروح يمسح نفسه فيه عشان يداوى. فالاستغفار المداواة ان ربنا يداويك - [00:04:08](#)

زنوبك ويداوي قلبك من النكت السودا ويداوي نفسيتك وحياتك من عقوبات الزنوب. جعل الله له جعل الله له مخصص من الله من كل هم فرجا. يا رب. يا رب افرجها علينا يا رب. ومن كل ضيق مخرجا - [00:04:32](#)

يا رب يا رب وسعها علينا يا رب يا واسع يا واسع يا صمد. ورزقه من حيث لا يحتسب ولا تتوقعيها اصلا سبحان الله! هو بايده كل حاجة! انت تعرفي ايه! انت لا بايدك رزقك ولا انت مرتبة حاجة كان امر حياتك - [00:04:51](#)

من المعلومات العجيبة اللي سبحان الله سبحانه وتعالى شفتها في بعض الافلام سبحان الله! ان سبعين في المية من اكسجين الدنيا اللي احنا بنتنفسه جاي من الكائنات الدقيقة المحاضرة بتاعة المحيطات. الحاجات اللي زي البلانكتون دي النباتات الخضرا الصغيرة دي اللي ما بتتشافش دي سبعين في المية من الاكسجين نفسك الوقتي ده بسبب النباتات دي. مش بسبب - [00:05:12](#)

نباتات الغابات بتاعة القارات السبعة بسبب النباتات المايكرو ده ايه اللي هي محتاج ميكروسكوب عشان تتشاف ده ايه سبحان الله! سبحان الله! مين اللي رتب لك رزقك؟ مين اللي رتب لك نفسك؟ مين اللي رتب لك حياتك؟ مين اللي - [00:05:32](#) فتح لك انك تسمع الوقت عنه. وان انا اتكلم الوقت عنه. مين اللي فتح لنا يا جماعة؟ ومين اللي رتب لنا ربنا كبير اوي وربنا كريم اوي وربنا الاكرم وربنا - [00:05:47](#)

ربنا المنان. وربنا الحنان سبحانه وتعالى. يلا ها عيدوا معي الحديس. يلا اكتبوا بقى. انا شايف التعليقات بتاعتكم. عايز حد يكتب الحديس عشان ابقى مطمئن ان انا ايه ان انا سبتكم وانتم حافظينه - [00:05:57](#)

ها مين كتب الحديس اه سبحان الله ويا رب كل ده كلام جميل. انا عايز حد يكتب الحديس. عشان اطمئن اطمئن ان انتم انتم انتم خلاص بفضل ومنة الله حافظينه - [00:06:10](#)

من لزم الاستغفار ها جعل الله له من كل هم فرجا ومن كل ضيق مخرجا ورزقه من حيث لا يحتسب. يلا يا ابطال يلا اللهم بارك. اللهم بارك انتم بتطبقوا على طول ما شاء الله لا قوة الا بالله. فتح الله عليكم ونفع الله بكم واصلح الله حالكم. استغفر الله. استغفر الله العظيم الذي لا اله الا هو الحي - [00:06:23](#)

القيوم واتوب اليه. استغفر الله العظيم الذي لا اله الا هو الحي القيوم واتوب اليه. استغفر الله العظيم الذي لا اله الا هو الحي القيوم واتوب اليه. اللهم اجعل لنا من كل هم فرجا. ومن كل ضيق مخرجا وارزقنا من حيث لا نحتسب. اللهم - [00:06:49](#)

اشفنا يا شافي واهدنا يا هادي واكفنا يا كافي ووسع ارزاقنا يا خير الرازقين. اللهم اغثنا برحمتك الواسعة يا كريم الليل والنهار يا معطي الليل والنهار. يا اكرم الاكرمين يا رب العرش العظيم. سبحانك اللهم وبحمدك. ايوة كده - [00:07:09](#)

ما شاء الله! ربنا يحفظكم! سبحانك اللهم وبحمدك ما شاء الله! ما شاء الله! اللهم بارك! اللهم بارك! الرجالة ما شاء الله كتبوا يعني يعني لولا الواحد بس مش شايف الاسماء اوي يعني عشان الاسماء الصغيرة شوية كت قلت اسماء الابطال اللي كتبوا بفضل الله. سبحانك اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك - [00:07:29](#)

واتوب اليك يلا يا ابطال من لزم الاستغفار يلا ما تبطلوش استغفار بقى يومين ثلاثة اربعة كده بقى مع الله مع الله نتوب ونستغفر

سبحانك اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرک واتوب اليك - 00:07:50