

# فوائد من جلسات #مع\_نفسي ... هل التفكير هو العقل؟ ولماذا لا يكفي التفكير؟

عبدالرحمن ذاكر

التفكير مهم بالشكل ده وفيه كل فيه كل ده. ليه بقى انا محتاج ان انا انتقل منه للعقل؟ جميل. ويخليني فيه وخلاص. لانه احنا قلنا التفكير بيعمل ايه؟ اولا ببوجع الدماغ. انا محتاج ان انا اريح شوية - 00:00:00

ثانيا التفكير هيختلي مدخلات كتيرة انا محتاج اعمل لها ايه؟ اصنفها واجمعها واربطها العمليات اللي انا بقولها دي الجمع والتصنيف دي كلها في اللغة اسمها ايه؟ عقل مم عقل شيء يعقله عقلنا. طيب وبالتالي انا محتاج بعد دوشة عارف التفكير انا بعتبره زي ايه؟ الفوضى الخلاقة - 00:00:10

ودايما بشبهه زيبي لما تبقى مسافر وتروح جاي على الشنطة وتروح فارد كل حاجة كده راميها على السرير. هم. ده التفكير. بس انت محتاج بعد كده تعمل ايه؟ العقل. اه. تحط الحاجة - 00:00:29

هنا وال الحاجة عشان تعرف بعد كده الشنطة دي فيها ايه؟ هم. طيب فاحنا محتاجين ننتقل الى العقل والانتقال الى العقل محتاج مهارة ايه تفكير لأن في التفكير اصلا. اه نفس المهارة اللي احتجناها من - 00:00:39

من الحس الى التفكير التوقف مم احنا محتاجين نتوقف عشان نفك و محتاجين نتوقف عشان نعقل عشان الزمن يغتنم نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ بس المرة دي بقى انا محتاج اتوقف عشان ايه - 00:00:57

عشان اعرف هو ايه المصادر بتاعتي الغريزة هي اللي متحكمة الهوى الشخصي. هم. العادات. التقاليد. الاخلاق. العلم طب انا اعرف ازاي انه الكاتب ده ضحك علي ولا لا؟ الكتاب ده احسن ولا مش احسن؟ طب انا اعرف بلاش انا اعرف ازاي ان الاسلام اصلا صح ولا غلط؟ هم. هو انا اعرف ازاي ان في الله ولا ما فيش الله؟ دي كلها انا - 00:01:13

فكرت اه انما وصلت للنتيجة. مم. ما وصلتش نتيجة ودي رسالة للشباب موضة اليومين دول الشباب اللي بيقول لك انا بفك. ها وبعدين انا بفك بس. طب وبعدين؟ اية موضة المفكر اللي هو نافق شعره - 00:01:36

والسيجارة على ودانه والغاليون مش عارف ايه انا مفكر. طب وبعدين عملت انا بفك بس انا تخصص تفكير وبعدين انا قلقان. طب وبعدين انا تخصص قلق يا ابني ما تنتط على العقل لأن اصل لو نطيت على العقل هيحصل ايه - 00:01:50

هتطلبني بحجة العمل. مم. وانا عايز دين سكر خفيف قليل التكليف انما لو نطيت على العقل بقى انا ساطالب بان انا اعمل ومش عارف ايه والكلام ده وانا مش عايز الكلام ده كله. هم. ولعنة نفرض يعني جلسة بكرة ان شاء الله - 00:02:05 في حته طيب ازاي اقفز من التفكير الى العقل ولو ما قفزت من التفكير الى العقل هيحصل ايه - 00:02:19