

# كيف تحمي نفسك من وباء كورونا؟! | د. حازم شومان

حازم شومان

سلام عليكم ورحمة الله وبركاته. اخواني واخواتي في الله واحنا في هذه الازمة الرهيبة ازمة فيروس كورونا. ازاى نحسن نفسنا! يعني وما ادري ما يفعل بي ولا بكم! طبعا طبعا الازمة كبيرة ولكن الله جعل فيه اسباب للتحصين قدر الوسع باذن الله. انا باتكلم في المقطع ده باعتبارين. اعتبار ان انا يعني باحب كل مسلم ومسلمة على - [00:00:02](#)

الارض فانا بادعو الى الله وبنصح كل مسلم ومسلمة. الاعتبار الثاني ان الواحد طبيب امراض كلى وطبعا مرضى الكلى دول اخطر مرضى يبقى المناعة عندهم ضعيفة ومحتاجين توعية في مسألة الفيروسات ويعني النازلة او الجائحة اللي احنا فيها. نسأل الله سبحانه وتعالى ان ينجينا جميعا. هتكلم - [00:00:22](#)

يا جماعة في محورين. المحور الاولاني يعني احدى صديقات زوجتي اتصلت بها يعني الساعات اللي فاتت دي. قالت لا يعني كان عندها خراج في الفم راحت للدكتور يعني عشان تحاول تفتحه وتديها كورس وما جابش نتيجة وده كورس ثاني. بتقول وانا محبطة طلعت صدقة كبيرة. يعني - [00:00:42](#)

بالنسبة للمستوى المادي كبيرة بتقول في سواني بحط ايدي على مكان الخراج اللي في بقي ما لقيتوش موجود اصلا. سبحان الله بتتصل بزوجتي وهي مزهولة بتقول هي الصدقة لها تأسير بالمنزر ده. اهي دي يا جماعة وصدق بالحسنى. اهو ده يعني لو اتكلمنا عن اسباب السماء في الوقاية من فيروس كورونا - [00:01:02](#)

باب الطبية رقم اثنين للوقاية من فيروس كورونا. اسباب السماء. رقم واحد الصدقة يا جماعة. الصدقة اليومية قدر ما تستطيع. لها تأسير جبار. جبار حرف الوقاية والحفز باذن الله. الحاجة الثانية واللي قد تكون اكثر اهمية اليقين ان الانسان خلقها. اليقين ان ربنا يقدر يحفزك. ان الانسان خلق - [00:01:22](#)

توعى اذا مسه الشر جزوعا. واذا مسه الخير منوعا الا المصلين. اليقين النبي صلى الله عليه وسلم يقول لا عدوى لا عدوى يعني ايه؟ يعني ما فيش لا عدوى يعني ما ما يتعلقش قلبك ان الميكروب ممكن يعمل لك اي اذى. الله قادر سبحانه وتعالى انه يضع في التأثير او ينزع منه - [00:01:42](#)

التأثير لا انسى ابدأ سنة الفين وتسعة الفين وعشرة كنا في الحج يا جماعة. ومنظمة الصحة العالمية اعلنت ان انفلونزا الخنازير دي وباء رهيب في العالم واتقتل منه الاف كان موضوع الناس لغت العمرة ولغت الحج. احنا رحنا كانت الدنيا هناك ايه مش عايز اقول لكم فاضية. يعني كانت حاجة - [00:02:02](#)

الناس كتير جدا خايفة تزوح وروحنا والله يا جماعة ايه سناتها نزل سيول رهيبة على عرفات. والله انا كل سنة في الحج بس اسمع صوت الكحة في الحرم في اول يوم العيد الكبير. بيبقى منزر يضحك. الناس كلها عندها انفلونزا وعندها. السنة دي الوحيدة اللي ما سمعتش فيها - [00:02:22](#)

في الحرم واحدة ربنا نزل سيول ظهرت من الفيروس. الله قادر لا انسى هذا الموقف ابدأ. الله قادر يا جماعة. اليقين في الله سبحانه وتعالى اليقين في حفز الله انا عند ظن عبدي بي. ده ما فيش حاجة اعظم من كده. السبب الثالث من اسباب السماء. الذكر. اذكر الصباح والمساء. انا هاقول لكم ثلاث اذكار. الذكر الاولاني - [00:02:42](#)

بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء. في الارض ولا في السماء وهو السميع العليم. ثلاث مرات بعد الفجر وبعد العصر. اذكر صباح ومساء لا يضرك شيء الذكر الثاني اعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق. مرة برضو بعد الفجر ومرة بعد العصر لا يضرك شيء. الذكر

التالت قل هو الله احد - 00:03:02

موزتين تلت مرات بعد الفجر وبعد العصر تكفيك من كل شيء بيقين. السهم بضاربه. اذكار الصباح والمساء. على قد اليقين اللي في قلبك وانت بتقولها على قد ما ربنا يجعلها سبب للحفز لك. السبب الرابع من اسباب السماء. الدعاء اللهم اني اعوذ بك من زوال نعمتك وتحول عافيتك - 00:03:22

وفجاءة نقمتك وجميع سخطك. طب الدعاء الثاني؟ اللهم اني اعوذ بك من جهد البلاء. يعني البلاء المجهد المرض الصعب ودرك الشقاء وسوء القضاء وشماتة الاعداء. يبقى الدعاء يا جماعة احفzوا الدعائين دول اوي اوي اوي. فرغوا حتى المقطع واحفzوهم - 00:03:42

السبب الاخير من اسباب السماء الوقتي في المقطع ده طبعاً. التوبة الى الله. التوبة وتقوى الله. ومن يتق الله يجعل له مخرجاً. تبقى الدنيا مسدودة على الدنيا كلها. بس ربنا يخلي لك انت مخرج زي ما انتم شايفين. الناس مش لاقية ماسكات. الماسك بقى بخمسة واربعين جنيه. الكحول ما عدش موجود في الصيدليات - 00:04:02

زي ما انتم شايفين يا جماعة الموضوع يعني فعلاً ازمة. طب نعمل ايه؟ يبقى رقم واحد نتحصن بالله وباسباب السماء. طيب كطبيب امراض كل بقى او كطبيب او يعني كلام طبي فيه اجراءات جوة البيت واجراءات برة البيت. جوة البيت حاجتين خطيرتين جداً. اخطر حاجتين في البيت ايه - 00:04:22

ورجليك. ايديك ورجليك. رجلك يعني الحزاء لان الفيروس تقيل فينزل على الارض. فبيتعلق بالحزبة من تحت. ما تدخلش بالحزبة جوة البيت. ده رقم رقم واحد طب ايديك ايديك قالوا ان الايدي دي هي اخطر حاجة لنقل الميكروب ده. يبقى الايدي دي لازم تبقى واخد بالك. اول ما تدخل من باب الشقة على طول - 00:04:42

تدخل تغسل ايديك بالمائة والصابون. بس لازم صابون خد بالك طريقة الغسل ايه؟ انا اهو غسelt ايدي بالصابون. بعد كده باجيب ضوافري دهيه واقعد اعمل بها كده في كفة الايد الثانية. وبعد كده الضوافر دي واعمـل بها كده في كفة الايد الثانية. وبعد كده اجيب صابـع صابـع خدوا الصابون واعمـله كده. صابـع - 00:05:02

صابـع هاقفل الايد دي وفي الايد دي وبعد كده اقعد اجيب ما بين الصوابـع بقوة. وبعد كده اجيب ايدي كده واقعد اعمل ايه؟ كده وكده بقوة خلاص وما انساش الراسغين طبعاً. والدعك فيهم وبعد كده اقعد ادعك في ايدي جامد ما بينها وبين بعض. ده كده يا جماعة ده طريقة غسل الايد السليمة باي - 00:05:22

في صابون بقى بازن الله سبحانه وتعالى. يبقى خد بالك وايديك ما تلمسش لا عينيك ولا مناخيرك ولا فمك. يبقى ده جوة البيت ايديك ورجلك. طب برة البيت يكون معك ازاـة - 00:05:42

الكحول الدركسيون بتاع العربية ترش عليه. اي حاجة بقى ايديك كل شوية تقوم راش عليها شوية كحول وياه تلات اربع بخات هنا وهنا كده وياه وتقوم داعكهم حاجة كويسة يبقى ده ايه؟ الكحول. والحاجة الثانية الماسك بازن الله سبحانه وتعالى ده سبب ما نتكسفش منه. واحنا ماشيين في الشارع ما نتكسفش. لان الاخذ بالاسباب ده عبادة. بازن الله - 00:05:52

طب افرض كان في اي كحة خفيفة او اي حاجة اقعد في بيتك بقى. اقعد في بيتك لان طبعاً زي ما انتم شايفين يعني التعامل الطبي ببـيـدأ مع المريض اللي بيدخل بقى في - 00:06:12

الالتهاب الرئوي ربنا يعافينا. طب اللي قبل كده اقعد في بيتك. اقعد في بيتك لعل ربنا سبحانه وتعالى يعني بيرأ عنك الشر ويدراً عن الناس بسببك برضو اي شر بازن الله سبحانه وتعالى دي اسباب. طب فيه حاجات اعلى من كده؟ طبعاً ممكن ميكروب في على الهدوم على طيب نجيب آآ يعني هواء سخن زي السشوار على الهدوم. يعني - 00:06:22

احد جاي من برة او كده الحاجة اللي جاية من برة الاكياس او كده يا تتعقم بالكحول يا تتساب اربعة وعشرين ساعة اما الفيروس يموت لو كان عليه اي حاجة دي حاجات - 00:06:42

على قد ما تقدر. قدرت قدرت ما قدرتش. ربنا يجبرنا يا رب. اللهم امين. اخواني واحبابي في الله كيف نحصن انفسنا من هذا

الفيروس؟ ما فيش حاجة نقدر نقول انها وقاية - 00:06:52

يعني الصين اكثر دولة في العالم عملت خيال علمي اللي الصين عملته ده خيال علمي. تجربة تاريخية تتدرس في التاريخ. ومع ذلك لسة بيصاب بها حالات كتير يوميا الله قادر سبحانه وتعالى ولكن احنا بنأخذ بأسباب السماء عبادة لله وياقنين في الله وياقنين في الله.

وبنأخذ بأسباب الارض تعبدا لله. عشان - 00:07:02

ما نبقاش قصرنا في اي سبب في ايدينا زي ما النبي ربط البراق. في المسجد الاقصى في رحلة الاسراء. طب ده ده البراق ده كده

معجزة. لأ النبي خد بالاسباب اللي في ايديه اعقلها - 00:07:22

وتوكل. بس ربنا ينجينا. اسأل الله ان ينجينا. ندعي ربنا. الدعاء ده اعظم سبب للنجاة. اللهم نجنا من هذا الوباء. اللهم احفظنا بحفظك

يا رب اللهم انت الحفيظ. اللهم تب علينا توبة ترضى بها عنا. اللهم احفظ المسلمين اجمعين. بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء -

00:07:32

شيء في الارض ولا في السماء. وهو السميع العليم. نعوذ بكلمات الله التامات. من شر ما خلق. حسبنا الله ونعم الوكيل اللهم نج عبادك.

اللهم ارحم عبادك. اللهم انزل لطفك. اللهم لطفك يا لطيف. اللهم اغثنا يا ارحم الراحمين. اللهم - 00:07:52

اللهم اغث عبادك يا رب العرش العظيم. اللهم ارزقنا حسن الخاتمة. اللهم ارزقنا الفردوس الاعلى. اللهم ارزقنا الفردوس الاعلى اللهم

ارزقنا الفردوس الاعلى. اللهم لا تتوفنا الا وانت راض عنا. اللهم لا تتوفنا الا وانت راض عنا - 00:08:12

اللهم انزل هداك يا رب العرش الكريم. اللهم امين. حسبنا الله ونعم الوكيل. حسبنا الله ونعم الوكيل - 00:08:32