

# لو مش قادر ترضى " الانتحار هو الحل " ! | #دقيقتين\_مع\_حازم

## | الموسم 10 | د . حازم شومان

حازم شومان

شباب كثير معتقد ان السبب الرئيسي للانتحار هو الاكتئاب على فكرة يا شباب الاحباط اخطر من الاكتئاب اليأس من ان انا مش قادر احقق طموحي. مش راضي باللي انا فيه. مش قادر اقبل الواقع اللي انا فيه. وحسيت بيأس ان ما فيش بكرة. ما فيش - [00:00:00](#) حاجة جاية ما فيش حاجة هتتغير الاحباط ده اخطر من الاكتئاب في انه بيودي للانتحار طموحك الطموح هو اكبر سبب واكبر مصدر للطاقة على وجه الارض. وهو اكبر سبب للانتحار على وجه الارض - [00:00:20](#) يعني طموحك ممكن يرفعك وممكن يضيعك. اوعي اوعي تحولي طموحك لسكينة تدبجي بها نفسك. اوعي تحول طموحك لسكينة تدبج بها اي لحظة سعادة في حياتك اوعي تحول طموحك من ميزة لعيب. من سبب دافع للعمل لسبب دافع للشلل - [00:00:40](#) اوعي طموحك يغيرك. ويحولك من انسانة طيبة لانسانة نفسييتك وحشة تجاه الناس اوعي طموحك يحولك من انسان مشرق لانسان كئيب. اقبل الواقعية في الطموح بتاعك. الواقعية واقبلي التدرج في الوصول له - [00:01:02](#) ان مش هنوصل له في يوم ولا سنة ولا ربنا بيقول لسيدنا موسى فلبست سنين المقصد بيتحقق في سنوات اية واحدة ربنا حل بها مشكلة الانتحار ولا تقتلوا انفسكم. ان الله كان بكم رحيمًا. بتنتحر ليه - [00:01:20](#) بتاخذ قرار نهاية حياتك في الدنيا بنفسك وبتعجل الى الله بروحك. ليه؟ ان الله كان بكم رحيمًا. اللحظة اللي الشاب بيرمي نفسه تحت المترو فيها. هي اللحظة اللي ربنا بيرتب له اعزم فرج فيها. اللحظة اللي الشاب بيقرر انه يولع في نفسه. او تشنق نفسها او - [00:01:38](#) يرمي نفسه من فوق برج او يشرب اي حاجة فيها سم. ممكن تكون هي اللحظة اللي ربنا بيأمر الملائكة انها تتنزل عشان ربنا يفرج الكرب بتاعه. عارفين يا شباب الصورة اللي بتبقى موجودة على الفيس؟ الشاب اللي قاعد جوة كهف جوة جبل وبيحاول يكسر عشان يخرج برة - [00:01:58](#) وفي اللحظة اللي لسة خبطة واحدة يخبطها ويخرج بيأس. ويرمي المعول اللي بيهد به الحاجز اللي بينه وبين الحياء اوعي تيأس في اللحظة اللي ربنا هيفتح لك فيها الباب. ان الله كان بكم رحيمًا - [00:02:18](#) يعني اليأس هو اللي بيؤدي للانتحار. اليأس من رحمة ربنا. اليأس من ان في بكرة. اليأس يكفيك شرف انك تفضل تحاول لآخر لحظة في حياتك. ويكفيك شرف انك تقابل ربنا وانت على الطريق تاني. ولا تقتلوا انفسكم - [00:02:34](#) ان الله كان بكم رحيمًا - [00:02:53](#)