mroftalp htehaB ni knil muideM

مختصر منهاج القاصدين)08(كتاب كسر الشهوتين "الفرج والبطن" - د.بهاء سكران

بهاء السكران

ان الحمد لله تعالى نحمده ونستعين به ونستهديه ونستغفره ونعوذ بالله تعالى من شرور انفسنا وسيئات اعمالنا من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له. واشهد ان لا اله الا الله وحده لا شريك له. واشهد ان - 00:00:00

ان محمدا عبده ورسوله. وبعد فان اصدق الحديث كتاب الله تعالى وخير الهدي هدي محمد صلى الله عليه واله وسلم وشر الامور محدثاتها وكل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة وكل ضلالة في النار ثم اما بعد - 00:00:27

يقول المصنف رحمه الله التاسع عشر كتاب كسر الشهوتين شهوة البطن وشهوة الفرج. شهوة البطن من اعظم المهلكات. شهوة البطن من اعظم المهلكات وبها اخرج ادم عليه السلام من الجنة. ومن شهوة البطن تحدث شهوة الفرج - 00:00:47

والرغبة في المال ويتبع ذلك افات كثيرة. كلها من بطر الشبع الكلام ده زكره الامام الغزالي في الاحياء يعني بطريقة اكثر اتساعا من ذلك. نقرأ عبارة الامام الغزالي قال رحمه الله اعظم المهلكات لابن ادم - 00:01:17

شهوة البطن فبها اخرج ادم عليه السلام وحواء من دار القرار الى دار الذل والافتقار. بيان زلك اذ نهي عن الشجرة فغلبتهما شهواتهما اي في الاكل حتى اكلا منها فبدت لهما سوءاتهما - 00:01:49

والبطن على التحقيق ينبوع الشهوات. ومنبت الادواء والافات اذ يتبعها شهوة الفرج. وشدة الشبق الى المنكوحات. ثم تتبع شهوة الطعام والنكاح شدة الرغبة في الجاه والمال. الذين هما وسيلة الى - 00:02:14

في المنكوحات والمطعومات. ثم يتبع استكثار المال والجاه انواع الرعونات المنافسات والمحاسبات. ثم يتولد بينهما افة الرياء. وغائلة التفاؤل والتكاثر والكبرياء. ثم يتداعى ذلك الى الحقد والحسد والعداوة سوى البغضاء. ثم يفضي ذلك بصاحبه الى اقتحام البغي والمنكر والفحشاء. وكل - 00:02:44

ذلك ثمرة اهمال المعدة. وما يتولد منها من بطر الشبع والامتلاء. ولو ذلل العبد نفسه بالجوع وضيق به مجاري الشيطان لازعنت لطاعة الله عز وجل ولم تسلك سبيل البطر والطغيان. ولم ينجر به ذلك الى الانهماك في الدنيا. وايثار العاجلة - 00:03:24

على العقبى ولم يتكالب كل هزا التكالب على الدنيا. وازا عظمت افة شهوة البطن الى هذا الحد وجب شرح غوائلها وافاتها تحذيرا منها. ووجب ايضاح طريق المجاهدة لها والتنبيه على فضلها ترغيبا فيها اي في المجاهدة - 00:03:54

ازا هو بيلفت نزرنا هنا الى امر في غاية الاهمية. ان ما اخرج به ادم عليه السلام من الجنة كان الاكل المنهي عنه. فقد آآ نهي ادم عليه السلام عن ان يأكل من شجرة واحدة - 00:04:20

ولا زال به الشيطان يوسوس له حتى ازله عنها. فاخرجه مما كان فيه. زله عن الجنة وسوس اليه هو وزوجه حتى اكل من هزه الشجرة وقال يا ادم هل ادلك على شجرة الخلد وملك لا يبلى؟ فكانت شهوة الاكل وهو بيقول ان الاهتمام بالاكل - 00:04:43

بطن جدا هيتولد عنه شهوة الفرج. از ان هناك علاقة طردية بين امتلاء المعدة وشدة الشبع وكثرة الشبع وبين الاقبال على آآ شهوة الفرج. ولذلك كان الصيام فيه اه تضييق لمجاري الشيطان وافراغ للمعدة من الطعام. كان وسيلة ناجعة ودواء - 00:05:13

ان فعالا لعلاج آآ شهوة آآ الفرج. قال صلى الله عليه وسلم يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج. فانه اغض للبصر واحصن للفرج. ومن لم يستطع فعليه بالصوم فانه له وجاء. يبقى فيه علاقة طردية بين الشبع وامتلاء المعدة. وبين الاقبال على شهوة

الفرج - 00:05:43
شهوة النساء فبيقول ازا الانسان بقى يعني اشتدت اه رغبته في الطعام ولبى هزا النداء وامتلأت بطنه بذلك وشبع شبع كسيرا تفرغ بعد ذلك الى شهوات النساء والفرج وبعدين شهوات الطعام وشهوات النساء دي محتاجة ايه؟ محتاجة فلوس. هيجيب الحاجات دي منين؟ محتاجة فلوس. يبقى محتاج - 00:06:13
هو يسعى بكثرة لايجاد المال. ايجاد المال والحرص عليه وانك تخليه اولوية من اولويات حياتك الاولى تلزم قدر كبير من المنافسة ومن المزاحمة ومن الملاحاة والخصومة. وبعدين كما نبه اليه ايضا - 00:06:42
اه فيه آآ فيه ماء يهيج الغضب والحقد والحسد والبغضاء والعداوة وبعدين يتولد لما الانسان يستجمع المال والشبع وشهوات النساء يلبيها بكسرة الزواج او بغير زلك. ويكون عنده قوة وبطش عشان يحمي هزه الشهوات يقوم يتولد عنها نوع تاني من الامراض - 00:07:03
زي التفاخر والتكاثر والكبرياء وبعدين يفضي زلك بالانسان الى انه يحافز على كل ده لا يسمح بانهياره. فقد يقع في الفحشاء والمنكر والبغي كل هذا لانه اهمل اولا شهوة البطن نجد في الواقع امسلة كسيرة جدا ما الزي يحمل انسانا على - 00:07:32
ان يأكل الربا والربا من الكبائر بل من اكبر الكبائر. وورد فيه الوعيد الشديد في كتاب لا ايه اللي يحمل ازاي انه يأكل الربا؟ يأكل الربا اما بانه آآ يتعامل مع البنوك الربوية المعاملات المحرمة - 00:08:04
ان يقترض بالربا او انه يودع آآ امواله في البنوك الربوية ويأكل من ريعها وهي فوائد ربوية فتوى المجامع الفقهية في العالم الاسلامي. ايه اللي بيحمي الانسان على انه يعمل في مهنة محرمة؟ يمتهن مهنة محرمة - 00:08:24
ايه اللي بيشتغل حاجة حرام زي اللي عمت آآ بيمتهن مهنة مسلا آآ احياء الحفلات الموسيقية والغنائية اللي هي بيبقى كلها بقى مجون وفسق واختلاط وفساد وعربدة. او انه يمتهن مسلا مهنة الترويج للسينما او المسرح او غيره - 00:08:44
او يمتهن مهنة زي آآ الحكم بغير ما انزل الله او زي الظلم الخلق والاستطالة عليهم او تعذيب الناس او ايذائهم بغير مهن اللي فيها فساد عريض دي كلها. ايه اللي يحمي الواحد على كده؟ ما هو حماية الشهوات اللي احنا عمالين نحكي فيها - 00:09:04
هي دي حماية وتأمين شهوات البطن والفرج والاموال والرئاسة والوجاهة والحفاز على آآ آآ المنزلة في المجتمع. فده يحمل الانسان على ان يقتحم كل هزه الدواهي المريرة. ويلقى الله عز وجل بها يحاسب عليها كلها. يحاسب على كل ما قدم - 00:09:24
لا تزول قدم عبد يوم القيامة حتى يسأل عن اربع. عن عمره فيما افناه وعن جسده. وفي عن شبابه فيما ابلاه وعن اه ما له من اين اكتسبه وفيما انفقه وعن علمه فيما عمل فيه. كل ده هيتسأل عنه الانسان. فحري - 00:09:50
الانسان اللي هو ينتبه لهذا الامر. ادخل بقى في بعض تفاصيل المشكلات اللي بيتسبب منها اهمال هزا هزا الباب. تولد امراض زي امراض السمنة والسمنة كمرض هو ام لكسير من الايه من الادواء والامراض. كذلك - 00:10:10
تفرع عن زلك كسرة الاستهلاك لأ وده ينشأ عنه مشكلات اسرية نتيجة لسوء الاحوال الاقتصادية اللي بيحياها من الناس الان وازا كان في نمط استهلاكي عالي ومرتفع يصبغ الحياة عموما فلا المرأة بتصبر على زلك ولا - 00:10:30
اولاد يصبرون على زلك وحتى تؤمن لهم هزه الاحتياجات تنشأ كسير من المشكلات الاسرية. نعرف كسير من الاخوة المتدينين العاملين في حقل الدعوة الى الله عز وجل. تركوا العمل الدعوي. وسافروا لطلب تحسين - 00:10:50
زيادة الرزق. ليه؟ من اجل ايه؟ ايه اللي ايه اللي هيجيبه زيادة يعني؟ اه التوسع في مسل هزه الشهوات. وترك بابا من ابواب الخير فان اشرف مهنة يمتهنها الانسان هي الدعوة الى الله والدلالة على الله سبحانه وتعالى. ومن - 00:11:10
احسن قولا ممن دعا الى الله وعمل صالحا وقال انني من المسلمين. يعني انا عايزك لا تهمل هزا الامر. ولزلك يعني اه رحم الله الامام الغزالي لما بدأ في اه ربع المهلكات بعد ما كان تكلم عن كتاب الرياضة النفس وشروط الرياضة تهزيم الاخلاق - 00:11:30
غير زلك بدأ بكسر شهوة البطن ويليها كسر شهوة الفرج ويتوالى كلامه بعد زلك عن باقي المهلكات بجد نقرأ كلام صاحب المختصر يقول ويتبع ذلك افات كثيرة كلها من بطر الشبع. وفي الحديث ان النبي صلى الله عليه - 00:11:50

وسلم قال المؤمن يأكل في معن واحد والكافر يأكل في سبعة امعاء الحديس ده اه من الاحاديس اللي بيطعنوا بها على السنة. الناس اللي هي آآ تقول ما فيش حاجة اسمها آآ سنة صحيحة وما فيش حاجة اسمها البخاري. حديس طبعا اخرجه البخاري ومسلم - 00:12:15

الكافي المؤمن يأكل في ميعن واحد والكافر يأكل في سبعة امعاء. ده آآ حديث اخرجه البخاري ومسلم. طب بيطعنوا في الحديس ليه؟ يفكروا مسلا يبصوا في السند سند الحديس ده فيه مين ؟ لأ ما حدش بيفكر يبص بالسند. هو قال لك بالشبه كده ، يعني ايه الكافر يأكل في سبعة امعاء احنا هنجيب واحد كافر - 00:12:44

واحد مسلم. الاتنين تشريحيا شبه بعض. ايه بقى ان ده ليه سبعة امعاء ودي عن واحد. يبقى الحديس ده غلط. ما فيش حديس زي كده. الا بالسهولة دي بيقول لك اخرجه البخاري ومسلم يا جدع عيب كده. ما يصحش. لأ ما يبصش في حاجة زي كده. احنا بنضرب ده انا هاخد ده ونموزج اشرح لحضراتكم ازاي - 00:13:04

الكذب تقع. اقول لحضرتك الحديس ده اخرجه آآ الامام آآ مسلم نبدأ بكلام مسلم. في آآ آآ كتاب الاشربة باب المؤمن يأكل في معن واحد والكافر يأكل في سبعة امعاء. قال عن سهيل ابن ابي صالح - 00:13:23

عن ابيه عن ابي هريرة ان رسول الله صلى الله عليه وسلم ضافه ضيف وهو كافر. يعني جه واحد كافر وقال له انا عايز ابقى ضيف عندك النهاردة. ضافه تضيفني اعطاه بالاضافة يعني فامر له رسول الله صلى الله عليه وسلم بشاة فحلبت فشرب حلابها. الحلابة اللي هو ايه - 00:13:44

اللبن اللي حلب منها سم اخرى فشرب حلابة ثم السالسة حتى شرب حلاب حتى فشرب حلاب سبع شياه. شرب حلاب يعني لبن سبع شياه ثم انه اصبح بات واصبح تاني يوم فاسلم. اسلم في اليوم التاني. وكمل مع النبي عليه الصلاة والسلام لحد بعد المغرب برضو. فامر - 00:14:04

رسول الله صلى الله عليه وسلم بشاة فشرب حلابها. ثم امر باخرى فلم يستطع. قال لا مش هقدر. خلاص كده شبعت فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم المؤمن يشرب في معن واحد والكافر يشرب في سبعة - 00:14:29

امعاء البخاري ليه شروح كسيرة اكسر من تلتميت شرح صحيح مسلم له شروح كسيرة لكن طبعا لم تصل الى هزا الحد لكن قل عشرات الشروح شرح للبخاري فتح الباري لابن حجر واشهر شرح المسلم آآ شرح الامام النووي رحمه الله. فاللي قبل ما انسان ينتقد حديس او يستشكله او يتهم - 00:14:49

من السنة طب ما يكلف خاطره يقرا شرح الحديس يفهم معناه. نشوف الامام النووي بيشرح الكلام ده بيقول ازاي بيقول قال القاضي يعني قاضي عياض قيل ان هذا في رجل بعينه - 00:15:16

فقيل له على جهة التمثيل يعني كأن الامر ده من باب ضرب المسل. وقيل ان المراد ان المؤمن يقتصد في اكله. وقيل المراد المؤمن يسمي الله تعالى عند طعامه. فلا يشركه فيه الشيطان. والكافر لا يسمي. فيشاركه - 00:15:30

الشيطان فيه يقول وقال آآ اهل الطب لكل انسان سبعة امعاء ده من جهة التشريح يعني. المعدة ثم ثلاثة متصلة بها اي بالمعدة رقاق اللي هي امعاء دقيقة يعني ثم سلاسة غلاظ اللي هي الامعاء الغليظة. فالكافر لشرهه - 00:15:55

وعدم تسميته لا يكفيه الا ملؤها لازم يملى الايه؟ من اول الجي اي تي لحد اخر حتة فيها خالص اول القناة الهضمية لحد تحت خالص يخلصها كلها. والمؤمن لاقتصاده وتسميته يشبعه - 00:16:25

احدها ويحتمل ان يكون هذا في بعض المؤمنين وبعض الكفار. وقيل المراد بالسبعة سبع صفات. الحرص بشره وطول الامل والطمع وسوء الطبع والحسد والسمن. وقيل المراد بالمؤمن هنا تام الايمان - 00:16:45

المعرض عن الشهوات المقتصر على سد خلته والمختار اللي هيختاره بقى من هزا ان معناه ان بعض المؤمنين يأكل في معن واحد وان اكثر الكفار يأكلون في سبعة امعاء ولا يلزم ان كل واحد من السبعة مثل - 00:17:07

مع المؤمن والله اعلم. وقال العلماء ومقصود الحديث التقلل من الدنيا والحث على الزهد فيها والقناعة مع ان قلة الاكل من محاسن

اخلاق الرجل. وكثرة الاكل بضده. وكثرة الاكل بضد - 00:17:27
نشوف بقى كلام آآ ابن حجر في شرح الحديس. بعد ما اتكلم عن الاسناد طبعا واشبعه كلاما قال واختلف في معنى الحديث. فقيل ليس المراد به ظاهره. وانما هو مسل - 00:17:47
قبل المؤمن وزهده في الدنيا والكافر وحرصه عليها. فكان المؤمن لتقلله من الدنيا يأكل في معن واحد اسيروا لشدة رغبته فيها واستكثاره منها يأكل في سبعة امعاء. فليس المراد حقيقة الامعاء ولا خصوص الاكل - 00:18:07
وانما المراد التقلل من الدنيا والاستكثار منها فكأنه عبر عن تناول الدنيا بالاكل وعن اسباب ذلك الامعاء ووجه العلاقة ظاهر. وقيل ان المعنى ان المؤمن يأكل الحلال والكافر يأكل الحرام. والحلال اقل من الحرام في الوجود - 00:18:27
هذا نقله ابن التين ونقل الطحاوي نحو الذي قبله عن ابي جعفر ابن ابي عمران فقال حمل قوم هذا الحديث على رغبة في الدنيا كما تقول فلان يأكل الدنيا اكلا اي يرغب فيها. ويحرص عليها. فمعنى المؤمن يأكل في معن واحد يعني يزهد فيها فلا يتناول منها - 00:18:51
الا قليلا. ثم ذكر باقي الا وجه. خلاصة الكلام ان هذا الحديث يحض على التقلل من الدنيا عموما ومن الاكل على وجه الخصوص. وفي حديث اخر ما ملأ ابن ادم وعاء شرا من بطنه - 00:19:16
حسب ابن ادم اكلات يقمن صلبه. فان كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وبه وثلث لنفسه. هزا الحديس الساني اخرجه الترمزي رحمه الله والحاكم باسناد قوي عن المقدام ابن معد كلب - 00:19:36
وهزا الحديس من اهميته زكره ابن رجب الحنبلي في اه كتاب جامع العلوم والحكم جميع العلوم والحكم شرح فيه ابن رجب احاديس النووي الاربعين النووية. وزاد عليها بعض الاحاديس ده من الاحاديس اللي هو - 00:20:01
آآ زادوا عليهم. وفي فائدة ايضا في شرح ابن رجب لهزا الحديس ايه نزكرها مع حضراتكم. يقول ابن رجب الحنبلي رحمه الله وقد روي ان ابن ماساويه الطبيب لما قرأ هذا الحديث في كتاب ابي خيسمة قال لو استعمل الناس هذه - 00:20:18
سلموا من الامراض والاسقام ولتعطلت المارثنات. المراثنات اللي هي ايه؟ انت عارف بلغتنا احنا اللي هو المارستان للمستشفى يعني المستشفيات ودكاكين الصيادلة. وانما قال هزا لان اصل كل داء التخم - 00:20:39
وقال الحارث ابن كلدة طبيب العرب الحمية رأس الدواء والبطنة رأس الداء وقال الحارس ايضا الذي قتل البرية واهلك السباع الذي قتل البرية واهلك السباع في برية. ادخال الطعام على الطعام قبل الانهضام. وقال غيره لو قيل لاهل القبور ما كان سبب اجالكم. قالوا - 00:20:58
التخم فهزا بعض منافع تقليل الغذاء وترك التملي من الطعام بالنسبة الى صلاح البدن وصحته. واما منافعه بالنسبة الى القلب وصلاحه فان قلة الغذاء توجب رقة القلب وقوة الفهم وانكسار - 00:21:30
ترى النفس وضعف الهوى والغضب وكسرة الغزاء توجب ضد ذلك. قال الحسن البصري يا ابن ادم كل في ثلث بطنك واشرب في ثلثه ودع ثلث بطنك يتنفس لتتفكر فالكلام ده كلام مهم. يبقى الحديس ده بيحط لنا برنامج غزائي وهو ان الانسان الصورة المسلى له انه يكفيه - 00:21:50
بعض الاكلات اللي تقيم صلبه ركز بقى حط دايرة حوالين كلمة يقمن صلبه. يعني يستطيع من خلال كمية الاكل دي انه مهامه المطلوبة منه سواء في امر الدنيا او امر الدين بصورة جيدة - 00:22:18
يبقى بيمارس حياته بصورة جيدة يمارس حياته بصورة جيدة. اكلات تمكنه من زلك. طب لو كان لابد عايز يبقى هو في الاصل هدف وفي الاكل مش التشهد هو هدفه انه يتخز الاكل وسيلة تقيم صلبه ليستطيع الانقيام بمهامه اللي ربنا سبحانه وتعالى آآ وكله بها سواء في امر الدنيا زي - 00:22:35
وزي اه اه الامر بالمعروف والنهي عن المنكر والقيام بامور الدين عموما والزكر وغيرها وزي امور الدنيا بقى العمل والسعي على ابنائه وزوجه وغير زلك طب ان كان لا محالة بقى يعني لا محالة هياكل من باب التشهي. بيحب الاكل. عايز ياكل من باب التشهي والتلزز

يعمل ايه؟ قام حاطط لك برنامج غزائي - 00:22:55
قال فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه. يبقى ما يملاش المعدة كلها بالايه؟ بالطعام. وقال عقبة الراشدي اخلت على الحسن وهو يتغذى فقال هلما تعال فقلت اكلت حتى لا استطيع فقال سبحان الله - 00:23:15
او يأكل المسلم حتى لا يستطيع ان يأكل؟ يبقى ده تنبيه على خطورة هذا الامر هو بقى بيعدل معنا الكفة اللي هو الامام ابن الجوزي رحمه الله وهو بيختصر الاحياء. طبعا الامام الغزالي له في هزا الباب اه اه بعض - 00:23:37
وبعض التوجيهات الغير مشروعة في مسألة بقى ترك الطعام بالكلية وو الى اخره. فهو بقى الامام ابن الجوزي بيرد عليه بيقول ايه وقد بالغ جماعة من الزهاد في التقلل من الاكل والصبر على الجوع. بيوصل لمرحلة من - 00:23:59
مراحل تعزيب النفس مرحلة من مراحل ايه؟ تعزيب النفس ويبتدي بقى يكون ده علامة على التدين او التقوى او سعي او السير في طريق الله عز وجل يقول لك فلان ده ممكن يسقط ويغشى عليه من قلة الطعام وفلان ده بيخضر لونه من قلة الطعام. طب ودي هي دي حاجة مش كويسة - 00:24:19
دي مش امله يعني ان انت ايه تتمدح بها. فهو بيقول قد بالغ جماعة من الزهاد في التقلل من الاكل وبدأوا يعيبوا الطعام. ويقول لأ ان الاكل اللحم ده يقسي القلب والكلام المقترع بقى درهم ولحم يقسي القلب سبعين يوما واختراعات ما انزل الله بها من سلطان وده مخالف لهدي النبي عليه الصلاة والسلام - 00:24:39
انما النبي عليه الصلاة والسلام كان يصبر على الجوع ازا قدر عليه الجوع مش بيتعمده والا هو كان بيتعوز من الجوع. قل اعوذ بك من الجوع فانه بئس الضجيع. كان بيتعوذ بالله من الجوع. لا يحرص عليه ده - 00:24:59
ازا كان وقع قدر لا قدر الله عز وجل ان يقع الجوع زي ما حصل في آآ غزوة الخندق وآآ خلاص ما فيش اكل. ربط النبي صلى الله عليه وسلم - 00:25:16
والحجر على بطنه. الصحابة كل واحد ربط حجر والنبي صلى الله عليه وسلم كان يربط حجرين. من شدة الجوع. صلى الله عليه وسلم. طب في نفس الغزوة لما جابر رضي الله عنه وارضاه - 00:25:26
في حال الحديس المشهور بقى آآ ذهب الى امرأته وقال رأيت ما لا صبر لي عليه رأيت الجوع في وجه رسول الله صلى الله عليه وسلم فايه اللي حصل؟ ذبحت العناق المعزة الصغيرة كده يعني وايه آآ او الشاي الصغيرة وعمل الطعام وقال للنبي تعالى النبي قال له لأ - 00:25:36
مش هاجد انا في حالة ايمانية عالية من الجوع ولا قال له ايه ؟ جه كان النبي عليه الصلاة والسلام. ودعى الصحابة معه كده. ففكرة بقى المبالغة في شيء ودايما بنقول ان ان - 00:25:56
الحق وسط بين طرفين. فلا الانسان يجعل قضيته الاولى في الحياة الطعام ويتتبع بقى المطاعم اللي تفتح جديد ويتتبع الماركات الشهيرة ويتتبع ومن باب ايه وانت عارف بيبقى عنده الباب ده زي كده لما يكون بياخد فيه تخصص كده يعني زي ما يكون عنده فيه تخصص كده - 00:26:06
وازاي حاجة تحصل وفي مطعم يفتح انا ما اعرفوش. يعني في مرة اخ بيحكي لي بيكلمني على آآ مطعم مشهور بيعمل فول وطعمية يعني بس مطعم ده مطعم عالمي يعني توكيل. فقال لي وقال لي هو تقريبا هناك السندوتش الطعمية على ما انا اذكر كان قال لي تقريبا بسبعين جنيه ولا تاني. والله ما انا فاكر بصراحة - 00:26:26
فبقول له طب انت عملت كده ليه يا فلان يعني؟ قال لي عشان اعزر نفسي. عشان خلاص ابقى رحت له وجربته وعزرت نفسي كده. طب وده كلام؟ هو عايز يعزر؟ هو - 00:26:46
يعني بيتعامل من الباب ده يبقى احنا ناخد بالنا من القضية دي. هو بقى في الجهة التانية مسألة بقى الكلام عن الاكل ده كأنه زنب وان اللي يكن واللي يلح درهم لحم يقسي القلب و هزه هزا الغلو الزي ما انزل الله به من سلطان - 00:26:56
والله عز وجل حزرنا من زلك قال قل من حرم زينة الله التي اخرج لعباده والطيبات من الرزق. قل هي للذين امنوا في الحياة الدنيا

خالصة يوم القيامة. وقال الله عز وجل ومن الانعام حمولة وفرشا. كلوا مما رزقكم الله ولا تتبعوا خطوات الشيطان - 00:27:13
انه لكم عدو مبين. فمن تتبع خطوات الشيطان ان يحرم الانسان على نفسه ما احل الله له. ونهى الله عز وجل عن زلك يا ايها الذين امنوا لا حرموا طيبات ما احل الله لكم ولا تعتدوا. فبيقول وقد بينا عيب ما سلكوا في غير هذا الكتاب. بين الكلام ده فعلا في كتاب - 00:27:33
آآ تلبيس ابليس ورد فيه على شبهات كسيرة مما يأتي بها آآ غلاة الصوفية. يقول ومقام العدل في الاكل الحد الاعتدال بقى نعمل ايه؟ رفع اليدين مع بقاء شيء من الشهوة. رفع اليدين مع بقاء شيء من الشهوة - 00:27:53
نهاية المقام الحسن قوله صلى الله عليه وسلم يعني اخر حد مأزون لك فيه عشان تتجنب الاساءة في هزا الباب قوله صلى الله عليه وسلم ثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه. فالاكل - 00:28:13
في مقام العدل انك ترفع ايدك وما زال لك رغبة فيه يصح البدن وينفي المرض وذلك ان ولا الطعام حتى يشتهيه. ثم يرفع يده وهو يشتهيه. والدوام على التقلل من الطعام يضعف القوى - 00:28:33
وقد قلل اقوام مطاعمهم حتى قصروا عن الفرائض. وظنوا بجهلهم ان ذلك فضيلة وليس كذلك ومن مدح الجوع فانما اشار الى الحالة المتوسطة التي زكرناها. يعني قال لو ورد عن السلف اثار فيها مدح الجوع - 00:28:53
هتحمل على ايه ؟ مدح انهي حالة؟ حالة الاعتدال انك ترفع يدك عن الطعام و نفسك تشتهيه اما مسألة المبالغة في الجوع حتى تسقط القوى ويعجز الانسان عن القيام بمصالحه الشرعية والدنيوية فهذا امر منهي عنه شرعه - 00:29:13
طيب بيديني بقى عايز انا ادرب نفسي انا وانت والتاني والتالت عندنا مشكلة في الشبع من العادات السيئة اللي اتعودنا عليها واحنا صغيرين انك لابد ايه علامة الاكرام انك تاكل لما تمتلئ. علامة اهتمام المرأة بابنها الام بابنها انها تأكله لحد ما ايه - 00:29:33
ما خلاص حتى هو كل قضية في الحياة انها تحشيه اكل. طيب زي ما تكون بتزغط بطة كده. طيب وكزلك علامة اهتمام المرأة بزوجها انه لازم يطلع له كرش كده. وده منحنى الرفاهية اللي بيطلع ده. ده بيسمى ايه؟ علامة ان المرأة دي جيدة في الطبخ او العلاقة بينهم علاقة طيبة. كل ده طبعا مفاهيم - 00:29:49
او تصورات خاطئة كل ده خطأ اا طب العادات الخاطئة اللي احنا اكتسبناها كلنا ديت عايزين نعالج فيها بقى ايه وسيلة العلاج بيقول اهو طريقة ايه العلاج بقى؟ وطريق الرياضة يعني مجاهدة النفس في كسر شهوة البطن ان من تعود استدامة الشبع فينبغي له - 00:30:09
ان يقلل من مطعمه يسيرا مع الزمان. الى ان يقف على حد التوسط الذي اشرنا اليه. وخير الامور اوساطها وبين الوسائل العملية في زلك ان الانسان ياخد التلت بتاع الشراب الاول. يعني انت المفروض تشرب كوبايتين مية مسلا. اشرب كوبايتين مية الاول قبل الاكل - 00:30:29
يبقى انت كده بتحجز للايه؟ للشرب مكانه لان الاكل ممكن يجور عليه. طب مش هنقول تلت وتلت وتلت. ادي التلت بتاع الشراب الاول. وبعد كده اللي عليك ان انت آآ تقوم قبل ما تملأ بطنك من الطعام. كزلك من الامور المهمة في ده ان الانسان ما يضع امامه كميات قليلة - 00:30:49
ايه الحاجات اللي جربوها آآ اللي نصح بها بعض العلماء آآ زي آآ كلام الغزالي وغيره انك تنتقص من من الطعام يعني لو واحد بياكل كل يوم مسلا في الفطار آآ رغيفين. وعايز يوصل لنص رغيف في الفطار. يوصل ازاي؟ بيقول لك نفسك لازم تسوسها. مش هينفع تيجي قطم كده - 00:31:09
النهاردة كزا يبقى بكرة كزلك لأ اللي نقص كل يوم جزء يعني تاكل رغيفين خلاص؟ خليك انت لمدة اسبوع كده لأ رغيفين الا ربع عارف اللي بيعمل بيسحب الدواء من الجسم كده - 00:31:29
بيقلل جرعات او انت تقلل جرعات العيش كده مسلا. يبقى آآ رغيفين الا ربع بعد كده اسبوع كمان يبقى رغيف ونص كمان اسبوع لحد ما يوصل للايه؟ لحد الاعتدال. ادي معنى - 00:31:39

كلمة ينبغي له ان يقلل من مطعمه يسيرا مع الزمان. الى ان يقف على حد التوسط الزي اشرنا اليه وخير الامور اوسطها وبرضو مهم جدا الانسان يدرب نفسه ويجاهد نفسه عن طريق الصيام. صيام التطوع. فيدرب نفسه على الصيام - 00:31:49
لان الصيام كما قال آآ شوقي آآ حرمان مشروع وتأديب بالجوع وخضوع لله وخشوع. يبقى الصيام تأديب بالجوع تأديب للنفس وتهزيب لها عن طريق الجوع. يقول فالاولى تناول ما لا يمنع - 00:32:09
من العبادات ويكون سببا لبقاء القوة. فلا يحس المتناول بجوع ولا شبع. فحين اذ يصح البدن. وتجتمع الهمة ويصفو الفكر ومتى زاد في الاكل زيادة الاكل تعمل ايه بقى اورثه كسرة النوم وبلادة الذهن وذلك بتكسير البخار في الدماغ حتى يغطي مكان الفكر وموت - 00:32:29
موضع الزكر ويجلب امراضا اخر. وليحذر من ترك شيئا من الشهوات ده بقى بيكلمنا كلام تاني مهم جدا. ان اللي ربنا يمن عليه ويجاهد نفسه يوصل لحد الاعتدال يحذر من ان ده يكون سبب لفساد القلب. ازاي؟ بيقول وليحذر من ترك شيئا من - 00:32:55
ان تتطرق اليه افة الرياء. وقد كان بعضهم يشتري الشهوة ويعلقها في بيته وهو زاهد فيها يستر بها زهده. لانه مش عايز الناس تتحدس عنه ان هو من الزهاد. وهزا هو نهاية الزهد. نهاية الزهد الزهد في الزهد - 00:33:15
باظهار ضده لأ الزهد في الزهد الا تتكلف شيئا لا ظهورا ولا ايه؟ اخفاء سيبه خالص اما ده اسمه بيستر الزهد وبيمنع بيخفي عمله الصالح ما فيش بأس به. يقول وهو عمل الصديقين لانه يجرع نفسه - 00:33:35
كأس الصبر مرتين والثانية امر. نقف هنا ونستكمل ان شاء الله الدرس القادم ما يتعلق بشهوة الفرج. اقول قولي هذا واستغفر الله لي ولكم. سبحانك اللهم وبحمدك. اشهد ان لا انت استغفرك واتوب اليك - 00:33:55
- 00:34:13