

وحشتني راحة البال | " الحل السحري لراحة البال و الروقان " |

د . حازم شومان

حازم شومان

وحشتنا راحة البال. واحشني ان يبقى مزاجي حلو. انا عايز يبقى مزاجي حلو. انا عايز الحريقة اللي جوة دماغي دي اتخلص منها. انا جوة حريقة مشغول شايل هموم محطم نفسي اخلص ازاي ؟ من الحريقة اللي جوة دماغي لما يبقى مزاجي وحش اعمل ايه ؟ انا عندي مشاكل - [00:00:01](#)

بس انا هفضل مهموم على طول. يا رب هي ممكن تروق وتحلى. هو ممكن مزاج الواحد يبقى حلو. ازاي؟ انا هاديكم يا جماعة حل سحر روقان البال. انا هاديكم يا جماعة - [00:00:21](#)

روقان البال ولكن افهموه. عشان لما تقولوه من قلوبكم بازن الله اوعى تستطولييه. ده دعاء جبار دعاء روقان البال بالله. نعوذ اعوذ بالله من الهم والحزن. رقم دعاء عبارة عن خمس حاجات يروقوا بال اي بني ادم. للي يفهمهم. واحد اللهم اني عبد - [00:00:31](#)
ابن عبدك وابن امتك. انا عبد ابن عبد ابن انا. انا نسبي عريق في العبودية. انا انا يا رب انا انا ما اعرفش غيرك. انا عبد قل لي يمين يمين شمال شمال. سلميتها لربنا. سيبها لربنا. انت لما بتكوني راكبة طيارة والقائد بتاعها اعظم طيار في العالم بتبقي مطمئنة. خلاص اعرفي - [00:00:51](#)

في لقاية حياتك هو ربنا. سلمى قياد ومن يسلم وجهه لله. سلميتها له. سلميتها له واطمني. فوضي امرك له واطمني وانت نامي قولي فوضت امري اليك. والجات ظهري اليك. خلاص يا رب انا سلمتها لك وسبتها لك. انا عبد يا رب. هتقول لي يمين يمين - [00:01:11](#)
فيه ما تقول لي شمال شمال انا تحت امرك. انا تحت امرك في الشرع وتحت امرك في القدر يا رب. انا مسلمها لك في الشرع ومسلمها لك في القدر يا رب. يبقى سلميتها لربنا وانت واسقة فيه ومصدقاه. ومصدقة انه مش هيسيبك ولا هيتخلى عنك. ابدأ ابدأ - [00:01:31](#)

رقم اتنين اللهم اني عبدك وابن عبدك وابن امتك ماض في حكمك ماض في حكمك. يبقى ده السبب الثاني للروقان البال ما تتعبش قلبك ولا يكون الا ما يريد. ناض في حكمك هي هتمشي زي ما ربنا كتبها. هي هتمشي زي الا بالدعاء بيرد القدر - [00:01:51](#)
عشان كده بعض السلف كان يدعو الله وبالعلماء يقول اللهم ان كنت قد اثبتني في ديوان اهل النار سامحوني منه واثبتني في ديوان اهل الجنة. الله لا يرد الدعاء الا لا يرد القدر الا الدعاء. يبقى رقم اتنين ما تتعبش قلبك ولا يكون الا ما يريد. وكان امر الله - [00:02:11](#)
قدرا مقدورا. ربنا ممشيها وامر الله نافز وهيحصل اللي ربنا سبحانه وتعالى بيأمر به. وامره كله رحمة وحكمة وتعالى ما تتعبش قلبك بقى. ما تتعدهش تصارع في الحياة والحياة تصارع فيك. خلاص بقى استسلم. استسلم ما - [00:02:31](#)

ما تتعبش قلبك ولا يكون الا ما يريد. رقم ثلاثة عدل في قضاؤك. عدل في قضاؤك. كلمة جبارة. يعني هو ما ظلمكش؟ طب انا مبتلاه دلوقتي طب انا دلوقتي ليه ليه ان المشكلة دي؟ طب ليه انا عايزة ازوج؟ طب ليه انا نفسي في ابن؟ طب ليه انا انا انا عايز مشكلتي تتحل؟ طب ليه الرزق ضيق - [00:02:51](#)

طب ليه المرض اللي عندي ما ظلمكش ولا هيظلمك ما ظلمكش ولا هيظلمك ما ظلمكش مشكلتك اللي انت فيها دي وما اصابكم فيما كسب فيما كسبت ايديكم ويعفو عن كثير. فيما كسبت ايديكم ويعفو عن كثير. هو بذنوبك ذنوبنا تقصيرنا. غفلتنا عشان كده النبي عليه الصلاة والسلام كان بيقول له - [00:03:11](#)

ربنا اللهم اني اعوذ بك من شر ما عملت. اللي هو المعاصي. ومن شر ما لم اعمل. اللي هو التقصير في الطاعات. آآ ذنوبك وتقصيرك. ما ظلمكش عدل في ولا هيظلمك. يعني ايه هو لا يظلمك! يعني ما فيش حد هيفضل بعث لي آآ يعني شاب من الشباب الجميل كده. عندي اكتئاب وباموت ومش قادر، قلت له اللي عندك ده مش اكتئاب - [00:03:31](#)

والاكتئاب طبيا مش انك تقعد سنة ما انتش طايق نفسك. او تقعد سنة ما انتش طايق نفسك دي اضطراب في الشخصية. احلام محطمة مشاكل ما انتاش خايف انها قرر عليك في حياتك تاني. سبحان الله العظيم هي كده يا جماعة يبقى المرض اللي عندك مش هيستمر. الازمة اللي انت فيها مش هتستمر الدنيا بالسواد على طول. ولا المشكلة - [00:03:51](#)

افضل على طول عدل في قضائك مش ما زلمكش ولا هيظلمك. رقم اربعة اسألك بكل اسم هو لك. اسألك بكل اسم. هو سميت به نفسك وانزلته في كتابك. او علمته احدا من خلقك الاسماء الحسنی. ارتبطت بالاسماء الحسنی. لو عايزة سعادة السعادة كلها في الاسماء الحسنی انا - [00:04:11](#)

كل الاخوة دايمًا بقول لهم والله انا لا اعلم سبب للسعادة في الحياة غير الاسماء الحسنی. لا اعلم سبب للسعادة في الحياة اللي مش مرتبط بالاسماء الحسنی ده يا عيني ممكن - [00:04:31](#)

ان في الآخر ممكن يجي له يعني ولا واكتابه رهييب وممكن يتحطم نفسيا. اللي ما يعرفش اسماء اسماء الله الحسنی دي تسعة وتسعين مهدي نفسي. مش تسعة وتسعين اسم لله. مستشفى الامراض الحسنی داووا مرضاكم بمستشفى الاسماء الحسنی -

[00:04:41](#)

داووا مرضاكم بالاسماء الحسنی. من احصاه دخل الجنة. جنة الدنيا قبل جنة الآخرة. اما تعرف اسم الله اللطيف. هي الدنيا بتبقى لطيفة. ازاي والجو من غير اسم الله اللطيف مش هتبقى لطيفة. ازاي؟ اسم الله الودود اللي دايمًا هيوصلك بالهدايا والعطاءات. اسم الله الرزاق اللي هيخرج رزقك اللي انت محتاجه - [00:05:01](#)

من بطن الجبال ومن السماء ومن براكين الارض هيطلع لك رزقك يتبارك رزقك. اسم الله الفتاح كل الابواب المقفولة في ايديه هو وحط سلسلة المفاتيح في ايديك المشكلة عندك مش عنده. اسم الله سبحانه وتعالى الكافي الكافي اللي لا يمكن هيتخلى عنك وانت في قلب - [00:05:21](#)

هيطلعك منها. المشكلة حصلت هيطلعك منها. الله اسماء الله. اسماء عظيمة. اسماء شفاء ودواء يا رب. داونا باسمائك الحسنی يا رب احى قلوبنا بمعرفتك يا رب. احى قلوبنا بمعرفتك قريبا باذن الله. ان شاء الله يا رب يا رب هنعلم لكم معهد في الاسماء الحسنی. ان شاء الله - [00:05:41](#)

المعهد في دراسة الاسماء الحسنی يبقى حاجة عظيمة. باذن الله عشان نقرب من ربنا ونعيش مع ربنا. باذن الله. رقم خمسة ان تجعل القرآن وعزيمة ربيع قلبي ونور صدري. يبقى ربيع جوايا بقى ونور جوايا وجلاء حزني وذهاب همي لا حزني ولا هم. لا حزن على اللي فات ولا هم من اللي جاي - [00:06:01](#)

القرآن القرآن هينورها لك. يبقى لما تلاقي مزاجك وحش عايز مزاجك يروق. عايز حل سحر وراحة البال. امسك المصحف واقعد اقرا شوية. هتلاقي نفسك فكيت وبس ايه اللي حصل؟ انا ما فيش مشكلة من المشاكل اتحلت ولا فيه هو ايه اللي حاصل قرئت القرآن نورها لك. ربنا بقى كلام الله سب كلام ربنا يعمل جوة قلبك وجوة - [00:06:21](#)

صبرك خمس خمس اسباب لروقان البال في دعاء الحل السحري لروقان البال. فيه دعاء انا بسميه دعاء روقان البال يلا نقول الدعاء ده مع بعض يا جماعة. يلا نقوله بقى واحنا فاكرينه يلا نخليه ورد عندنا ولو مرة بالنهار ومرة بالليل. يلا نسبت عليه يلا نجتهد -

[00:06:41](#)

فيه لان احنا في زمن الهم والغم والمشاكل والكرب والمزاج الوحش واشتقنا راحة البال. وحشتنا راحة البال. وحشنا المزاج الحلو كما قال النبي صلى الله عليه وسلم وطيب النفس من النعم. طيب النفس اللي هو المزاج الحلو. المزاج الحلو ده من اعظم نعم ربنا على الانسان ان يبقى مزاجك حلو. ان يبقى - [00:07:01](#)

رايق ان تبقى صافي من جوة. ان يبقى ما فيش حاجة معكرة مزاجك من جوة وطيب النفس. من النعم. دي من اعظم نعم ربنا ان يبقى مزاجنا حلو. يلا ندعي يلا من قلبك. يلا من قلبك. يلا نحفز الدعاء وانا باقوله لكم. يلا بعد ما خلصوا. قم صل ركعتين وادعيه في السجود. ولا - [00:07:21](#)

مرة ارفعي ايدك بعدها ودعيه اتعود على الدعاء ده ليل نهار. يفرج الله بكرب ويجعل حياتك ربيع في ربيع. اللهم يا عبيدك بنوا عبيدك بنوا امائك نواصينا بيدك ماض فينا حكمك عدل فينا قضاء - [00:07:41](#)

نسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك. او انزلته في كتابك. او علمته احدا من خلقك. او تأثرت به في علم الغيب عندك ان تجعل القرآن العظيم ربيع قلوبنا ونور صدورنا وجلاء احزاننا - [00:08:01](#)

همومنا. اللهم امين. اللهم امين. سبحانك اللهم وبحمديك. اشهد ان لا اله الا انت. استغفرك واتوب اليك جزاكم الله خير - [00:08:21](#)