

لا يوجد علاقه بدون حاجه قاعده لا يوجد علاقه حتى العلاقه مع الله لحاجه ولكن علاقه الله مع الناس ليست ل حاجه هو المستغني سبحانه ولذلك سألت واحد عمره 114 سنه من اهل الزلفي قاله الدحش توفي يمكن قبل ست سنوات كنت انا مهتم جدا ومازلت في قضيه العلاقات رحلت سألته قلت هذا عنده اجيال سألته سؤال مهم جدا قلت له عمي من هو الرجال اللي يستحق كلمه ونعم ودي طبعاً احنا متعرف عندنا ان كل واحد بيقول الجيل اللي قبل افضل من هذا الجيل قال يا ولدي كل واحد هالوقت ونعم صدمني شلون يا عمي اهلا هذا فنجان من ثمانيه وانا عبد الرحمن ابو مالح تذكر وزاره الصحه ان احد اهم اسباب الاكتئاب هي الوحده لفته طويله والعلاقات القويه الصحيه عندها مقومات تساعدنا على تجاوز وتخطي اعراض الاكتئاب الصحه النفسيه مهمه جدا بالنسبه لي ومهمه للكثير لان العلاقات جزء مهم في الصحه النفسيه كان نودي نتحدث بعمق عن العلاقات الانسانيه اللي تبدأ من علاقه الانسان بالله وحاجته ل علاقه روحيه وتمر بعلاقته مع ذاته وهي علاقه مهمه جدا لان كل العلاقات تستند على علاقه الواحد بذاته متى اكون احب نفسي متى اكون واثق ومتى اكون مغرور كيف ممكن اصلح من علاقتي مع ذاتي وكيف ممكن تكون علاقتي مع ذاتي صحيه لو ما كانت صحيه كيف اعالجها واذا تعدينا العلاقه مع الذات وه علاقه تحت سيطرتي على الاقل كيف نتعامل مع العلاقات مع الناس في عالم يعيش الفردانيه النسبويه يقولون مع الحريه والفردان يفقد الانسان الامان فكيف الواحد يتعايش مع علاقات تحت هذه الظروف والعلاقات تختلف وتتنوع وتختلف مراتبها وت ها على الواحد ولذا هذه حلقه مع ياسر الحزيمي مدرب معتمد من جهات مختلفه له خبره طويله في تقديم الدورات والمحاضرات في مجال تطوير العلاقات ومهارات الاتصال و شرح العلاقات من العلاقه مع الذات حتى العلاقه بين الجنسين سواء في مكان العمل او كزوجين حلقه مهمه للجميع فمن لا يهتم لضبط علاقاته في هذه الحياه قبل ان ندا في سلسله افلام وثائقيه بديعه صنعها زملائي في ثمانيه هذه السلسله الجينات واثرها على كل شيء في حياتنا من حياتك وصفات اولادك وحتى امراضك ومستقبلك كلها تعتمد على الجينات السلسله نشرت على قناه افلام ثمانيه في يوتيوب تلقاها في وصف هذه الحلقه اما الان لنبدأ كيف تجربتك في البودكاست يعني بشكل عام الكاست لكن كمقدم فيها جهد صراحه فيها جهد ذهني عالي عالي والله لان يجونك ضيوف وفي الاخير يعطيك عموميات تضطر انك تسمع تقمص دور خاصه اذا كنت الموضوع عارفه كيف انت تتبين فكره الجهل في في داخلك ثم طرحها باسم المشاهد بس ليش تتبني فكره الجهل لان تصير انت عارفا الفكره ويمكن عرف اكثر من ضيفك احيانا ممتاز ف اذا ستقفز بسمون فجوات المعرفيه اللي هي بالنسبه لك ولضيفك الف باء في هذا المحور هي بالنسبه لمستمع جديده فكيف انت تتبني موقف المستمع هو اصعب شيء كذا يعني مع ان ما شفت حلقتك الاخيريه مو بحلقه هذه اللي كانت اي لا ففرت التعليقات خفت اسمعها احسنت و طرني والله قلت بسمعها اذا طلعت بعدين يعني بس يعني يعني ندي ان البودكاست ياخذ راحته وانه ما هو برنامج تلفزيوني وان ماله اطار واضح ف البودكاست هو اي شيء يعني فبس ودي ابي اقول ان البودكاست اي شيء فعاد ان يكون جاد وعاد ان يكون مو جاد والله انا ادري انا احس انك انت يعني انت متبوع في عدم الجديه متبوع يعني انت يعني قدت شكل البودكاست الى ان يكون بنش مارك يعني حتى احنا اذا جلسنا في بعض الجمعيات وبعض الجهات الان في توجه كبير للبودكاست كبير يعني موضه يعني زي كل ما شاء الله موضه حميده فدائما يقولون عبد الرحمن يعني الحمدلله وبالمناسبه ترى يعني انت ابتلعت المنتج وليس المنتج ابتلعك بمعنى انه ما يقول ثمانيه ا يقول فنجان عبرحم عبد الرحمن ابو مالح ابو هذا طيب ما شاء الله لا لا حاجه طيبه ما شاء الله الحمد لله بس ش اللي خلاك تتحول من التعليم الى الاهتمام بالعلاقات اللي خلاني اختار العلاقات هي جانبين اول شيء انا كتبت عن الذات نفسها كذبت كتبت عن الذات كتاب كامل ا اسم الشخصيه القويه ان كيف انت تكون شخصيتك جيده بحيث انك تستطيع انك تعيش وسط وسط الناس بس ليش اختارت تعريف قويه عشان تصير جيده الشخصيه القويه شوف العلاقات اذا بتدخلها بتدخلها لازم تدخلها معك معك سيف وغمد ودرع ايه ف في وخز في تهوب في اخافه وانت المفترض العاقل الحكيم يكون عنده سيف يشهره على من يستحق فيما يستحق ويغمد فيما لا يستحق لمن يستحق مثلا ابوي عمي من له فضل علي صديق معلم لا ما اشر سيفي عليه نهائيا لكن هناك اناس لا يجب انك تشر السيف ليتوقف عند حده الاشكال وين ان وجود سيف بلا بلا غمد هذا عنف ووجود غمد بلا سيف هذا زياده لطف وزياده اللطف ضعف واكثر معاناه الناس من الناس ايش تقصد اقصد انك لو تروح تبحت في يعني في السوشيال ميديا ولا في الانترنت ولا كذا تجد ان دائما يشتكي هناك طرف اخر هو انسان ماقادر يشتكي من وظيفته انسان من من سيارته تلقى اشياء بسيطه لكن معظم معاناه الناس من الناس هذا اللي خلاني اقول تعال لا كيف اوقف نزيفيه حاشاكم لكنه قادر على تسويقها بشكل جيد لذلك ننخدع في كثير من الاحيان بالانطباعات الاوليه انطباعات التوظيف انطباعات العلاقات انطباعات المناسبات المفتوحه يعجبني هذا ويعجبني هذا وهذا اكش منه وهذا شكله مو مريح وهذا وهذا هو

كيف تقدم نفسك الاخرين الانسان اللي يرى ان بضاعته غير جيده لن يسوق لها بشكل جيد وان سوق لن يكون مؤمن بها ولن يلاحقك لتشتري لانه هو غير مؤمن فيها اصلا يعني كذلك الذات اذا انت مش واثق من ذاتك لا تقدرها لا تتقبل بثور ولا صلعتك ولا طولك ولا قبيلتك ولا لونك ولا و فان اي نظره ازدرء قادره انها تكسرك ولذلك ينزوي الانسان في بعض المناطق التي او بعض اللقاءات الاجتماعيه التي يظن انه غير مرحب فيه من هنا جت فكره ان لا خلي الذات كيف اقويها فاذا قويت الذات بدات اصلحها لاصح بذلك العلاقات وكان هذه فكره كنت تتوقع ان يعني كنت تشوف ان ذاتك غير حاضره ما قدرت تسوقها ولا ش بالضبط اللي في البدايات يعني او من موضوعنا زين لكن عادي ودي اعرف يعني اي انا اقصد ان لان ودي نتحدث عن العلاقات اكثر لا باب الذات ضخم جدا بس جزء من العلاقات علاقات مع الذات واحده من اركانها اصلا واحده من الاركان هل هي اهمها ش انواع العلاقات قبل انواع لو نقول اركان لانك ذكرت اركان اذا تاذن لي الاركان اربعة تذن لك اركان اربعة اول شيء العلاقه مع الله سبحانه وتعالى الله يقول سبحانه وتعالى ان الذين امنوا وعملوا الصالحات سيجعل لهم الرحمن وده في ناس لا انفعك ولا سواك شيء ولا اعطاك شيء لكنك تحبه تشوفه ترتاح له تقبل عليه تثق فيه بدون اي سابق تجربه هذا شيء من الله سبحانه وتعالى فالعلاقه مع الله العلاقه مع الخالق تؤثر في العلاقه مع المخلوقين فهذا ركن كبير جدا ومشحون مشحونه النصوص الشرعيه في قضيه تمتين العلاقه مع الله سبحانه وتعالى وحسن التعامل مع الله حسن الخلق مع الله هو قائم على ثلاث اشياء قائم على تصديق اخباره والرضا باقدار واتباع اوامره الذي يتبع اوامر الله سبحانه وتعالى يصدق اخباره ويرضى باقدار هذا هو الذي يحسن الادب مع الله سبحانه وتعالى ثم الركن الثاني العلاقه مع الذات والعلاقه مع الذات فيها مجموعه اشياء تقدير الذاتي طيب تسمح لي شرا قبل ندخل الذات ودي اعرف ش اهميه العلاقه مع الله للانسان طيب يعني كيف تنعكس على على الواحد على الانسان يعني العلاقه الروحيه خلينا نعكسها ماذا لو لم يوجد اله كما هي في العلاقات المعاصره الان اذا حابين نتحدث عنها مثلا اذا غاب الاله ا غاب الرقيب غاب الشاهد غاب مقام الاحسان ان تعبد الله كأنك تراه فان لم تكن تراه فانه يراك وبالتالي كل تعاملي معك سيختلف بوجود الرقيب ثقافه اصلا احنا احنا لما خلقنا الله عز وجل اشهدنا لست بربكم كلنا قلنا نعم بلا طيب وعرض الامانه فاحنا مستامن تخيل واحد مستامن على جسدي وحياتك ووقتك ومالك هو امانه الان ورقيب عليك كيف ستتعامل مع هذه الامانه تتعامل معها بكل بكل ما يريد صاحب هذه الامانه الذي استامن اذا واحد وجود الله سبحانه وتعالى استشعار وجود الرقيب يجعلني اتعامل معك يجعلني اسامحك الله يقول شوف شوف ماذا تقول عائشه رضي الله عنها تقول لله در التقوى اني اتق الله لله در التقوى ما جعل لشفاء الغليل من سبيل اغضبته جاريه عندها ما ما ضربتها قالت انا يوم يقوم الناس لرب العالمين انا بسكت اذا هناك هناك جزء العلاقه مع الذات وم الاخرين في وجود مثلا التظلم انت ظلمتني كيف ا قطس منك هناك هناك فاصبر واتحمل واكرم الغير واتسامت اتركها هنا لكن انسان يرى ان الحياه هي فرصه واحده كيف سيتعامل مع هذا الظلم في التطلعات انسان يرى الحسد شديد جدا عندما تظن ان الحياه فرصه وان الحياه ليست مناوبه وانما مناه بهه قد ما اقدر اخذ من هذه الكعكه وامشي لكن لما تكون التطلع ان شاء الله في الجنه شوف بعض الناس يقولك لا ان شاء الله ايه هذه ان شاء الله في الجنه طيب حلو لذلك النبي صلى الله عليه وسلم اذا راي شيئا يعجبه من الدنيا ماذا قال قال لبيك يقول الله ان العيش عيش عيش الاخره هذه الدنيا هذه قشور وكذا هذ يخلي الانسان يهدا طيب لما يجي ياتي القران يقول وان الساعه لاتييه طيب خلاص نصلي لا نصوم لا اجلس في محراب العباده لا فاصفح الصفح الجميل اه سامح لي قدامك لذلك دائما المثل يقول العفو عند المقدره لا تجد ان كثير من الناس يرى ان العفو عند المقبره لما يتذكر الموت لما تجي تسكب عباراتك على انسان راحل كان بينك وبين الشيء الموت يوقض هذا الشيء في داخلك انك تتذكر الموت تتذكر تحس الدنيا ما تسوى ما تسوى وان هذه الحياه اصلا كلها الحياه المعاصره الفرق بيني وبين غير المسلم او الانسان المتلوثه اشياء حلوه ومتع وقله لكنه ضيق صدره ضايق صدره مره مره طيب حياه المؤمن لا مختلفه تماما وان ضاقت وان ضاقت فانه مهما ضاقت يجد في سجاده السعه يلقي كلشي ويرتاح وفي يوم اخر وفي جزاء وفي قدر وفي حكمه وفي خيره وفي بركه وفي مفاهيم كثيره هي تحتضنه وهولا يحتضنها هذا هذه من الفروقات من الفروقات الكبيره اذا اذا استشعرتنا وجود الله سبحانه وتعالى ان التعامل مع الاخرين يتحول الى علاقه ارضاء لله سبحانه وتعالى وانه لا يصغر ولا يكبر هذا التعامل عندما يقيمه الله سبحانه وتعالى كيف اشيل انا غصن من طريق المسلمين فيدخل مني الله الجنه يرضى ويدخل يا الله الجنه اللي طارت طارت من اجلها الارقاب وبرت الاعقاب ادخلها عشان ايه لان هذا الانسان له قيمه عند الله سبحانه وتعالى له قيمه ليش له قيمه لان ما خلق السماوات والارض الا له ولا اله الا الله التي في صدره تزن السماوات والارض ودمه حرمة اشد حرمة من من الكعبه هذا انسان عظيم فانت لما تسوي شيء بسيط انت في نظرك بسيط هو

بموازين الله سبحانه وتعالى مختلف تماما لما تدخل بهذه النظرة تختلف بنظره اني اتعامل معك في سوق الذي يحسب تجارتي فيها هو الله سبحانه وتعالى انا ارضيك لارضى علام الغيوب طيب النموذج الغربي الزبون دائم على حق لا تتحول العلاقات من تعامل الى تكتيك كيف تكتيك يعني اسوي شيء عشان اكسب فانا احاول ادخل الى القلوب لاستخرج ما في الجيوب هذه الفكرة العميل دائم على حاق وانت كويس ورائع كيف انا كيف اخذ منك وانا لا اعمم انا اتكلم عن نماذج نموذج هنا ونموذج هنا يعني هذه الاشياء اذا استحضرت الانسان معيه الله عز وجل في التعامل معها في اشياء كثيره ستتغير هذا اي بس اذا تسمح لي يعني ودي اخذها وننزل شوي الى الواقع اليوم فاليوم في الواقع في تاجر يعني ذكرت الغرب او الغربي اكثر من مره وهذا موجود اليوم على ارض الواقع نقدر نعيش ونشوف فكل الكلام اللي انت قلته من من من دافع ديني ب بس ماذا عنه كجانب روجي بغض النظر عن الدين و فكيف اثر العلاقة الروحيه اهميه وجود علاقته فاليوم مثلا لما تشوف الغرب بدا يكثر عندهم لضعف يعني مثلا ظهر في بريطانيا ان الناس اللي بدون دين اكثر اليوم هم الشريحه الاكبر في في بريطانيا كلها وهنا ودي اتحقق من المعلومه بس ان يعني شيء زي كذا فاليوم الاحاد موجتها عاليه لكن تشوف معها موجات جديده ترتفع مثل الاهتمام بالتامل الاهتمام باليوجا الاشياء اللي فيها هذا الطابع الروحي فودي اعرف ليش الانسان حتى لو لم يؤمن بالله الا انه يبحث عن شيء فوش اهميه العلاقة هذه للانسان شوف البحث عن اله عن متجاوز عن مطلق عن مرجعيه هذه فطره فطره والفطره لا تنكشف الا تحت الضغط ولذلك حتى الكفار الدهريين اذا ركبوا في الفلك دعوا الله مخلصين له عرفوا ان اله شوف بعض الناس لما يعني وهو احيانا ملحد لا يؤمن لا ديني اذا ضغطته الحياه ينظر الى السماء ينظر الى متجاوز يبحث عن شيء خارج عنه ليه الانسان في هذه الحاجه الدائمه هي فطره موجوده في الانسان هي من الفطره الفطره انه هو يؤمن بوجود اله هو محتاج الى اله من هو هذا الاله هنا يختلف الناس من هو هذا الاله يختلفون فتاتي الرسل لتعرف هذا الاله طيب هذا الاله ترى مو بالضروره ان يكون معبودا يعني ان يكون جزءا خارجا عنك قد يكون في داخلك اله هواه الانسان المعاصر ال اللهه الرغبه الان الاله اللذنه يا اله ما هو الاله هو المشرع لك هو الذي يخبرك ماه الصواب والخطا ولذلك لاحظ لما لما ياتي الدين الدين يعطيك الحلال والحرام طيب والاعراف تعطيك العيب واللي مو بعيب وال ثقافه الجمال تعطيك الحسن والقبيح هذه كلها تذهب اذا انا البس ايش لما اجي البس انا ما البس اقول هذا هذا شاري بحلال ولا بحرام هل هذا يستر العوره ولا ما يستر العوره لا هذا معنى ديني هل هذا عيب ولا مو بعيب انا ما هموني الناس هل هذا قبيح ولا زين لا ما عاد يهم هل هو مفيد يستر برد مبرد لا لم يعد السؤال هل هو مفيد اصبح السؤال هل هو جديد وهنا دخلت الموضه كاحد الهه العصر الهه هي الموضه ل مشر لك يعني تخيل ان الانسان يلبس شيء سيء جدا ذوقا مو بزمن ابد ثم يشوفه ويشوفه كذا ويجد الطوابير الناس تتدافع وتدفع اذا تدافعت ودفعت تدافع بتبدا هي تدافع عنلا بالعكس حلو وجميل ورائع مو بخلو والله مو بخلو والدليل ان مو بخلو ذلك الذي جمع جمعيه عشان يجمع فلوس عشان يشتري هذا الشيء او جمعت فلوس عشان تشتري شنته هي بعد سنه تتبرع من هذه الشنته لانها نزلت من سيرمن منصبه وال منصبه الحضور الاجتماعي واللحظه الحاضره فهل الانسان في حاجه دائمه لاله نعم الانسان في حاجه دائمه الى [موسيقى] اله فهذا الركن الاول اللي العلاقة مع الله العلاقة مع الله الركن الثاني العلاقة مع الذات تقديرها تقبلها وتحدثنا شوي قبل شوي عنها مثلا وين تشوفها في ترتيب انت ماشي بالترتيب يعني بالاهميه هي على حسب سياقها اوكي احيان تكون العلاقة مع الاخر مقدمه على العلاقة مع الذات اي احيانا تكون العلاقة مع الاخر مقدمه الايثار في لحظات الايثار انت تقدم الاخر عليك بس ان وقت الايثار تلقى انه ما يمكنكم تؤثر احد ل علاقتي مع الذات قويه اصلا اي علاقتي مع الذات لكن في في ما يتعلق بالتقديم والتاخير يعني متى يكون حجم الاخر اهم في سياقات معينه في اللحظات الانسانيه حجم الاخر اهم عندي موعدهم يترتب عليه منفعل لي ولقبت واحد متعطل او احد صديق قريب كذا تقديمي له هو تقديم للاخر فلسفتها عموما فلسفتها هو هذا التقديم الذي للاخر يشعل يجعلني اشعر بتقدير للذات ويجعلني اتطلب الرضا من الله سبحانه وتعالى فهيه فهيه متداخل الفصل هذا ليس ليس من شان العلاقات الانسانيه البتة يعني فنجي عن عند الذات الذات عاد من هي الذات علاقاتك جزء من ذاتك ثقافتك جزء من ذاتك قراءتك لبسك لبسك جزء من ذاتك يعبر عنك شكلك تسريح حتك اسمك لقبك كنيته طريقه مشيتك طريقه جلستك مقتنياتك جزء من ذاتك لكن العاقل هو الذي يعرف يقيم ماذا يعرف القشور من الجوهر هذا جزء من ذاتك اهتماماتك هي جزء من ذاتك ولذلك كثير من الناس يكون اصلا علاقته مبنيه على على اهتماماته يعني انا مهتم في حاجه تلقانا كلنا نحب فريق واحد مع بعض نلعب لعبه واحده مع بعض نقرا نحب القراءه تلقانا مجموعات مع بعض كونتها الاهتمامات من اهم الاشياء في تكوين العلاقات هي المهارات المهارات مهارات الانسان قدراته ليش اصلا العلاقة قائمه على التعاون وتبادل المنافع وهذا في اللفظ القراني تسخير انا مسخر لك وانت مسخر لي ولذلك كل ما

زادت مهارتك زادت حاجه الناس اليك وزاد استغنائك عن الناس انجليزي اعرف انجليزي تقنيه اعرف تقنيه مطر وسيول وسحاب اعرف تاريخ ومادري اعرف ما احتاج احد لكن لو ما عرف كلما نقصت مهارتك زادت حاجتك للناس وزاد استغناء الناس عنك تصوير تطلب انت تصوير دائم تتصل اذا شفت رقمك وذا ببشغلنا هذا يطلب هذا يسحب ولا يودع ولذلك مهارتك قدراتك معرفتك اثرت حتى على مستوى على مستوى العلاقات الذي التي تكون وها ولذلك الناس كما يقول ابن تيميه ونقله ايضا عن علي رضي الله عنه الناس يسرون ما بين اسير وامير ونظير هي الثلاثيه احنا نعيش بهي الطريقه فمن احسنت اليه فمن احسنت اليه فانت اميره ومن احسن اليك فانت اسيره ومن استغنى عنك فانت نظيره نظير ان تعيش دائما امير خطأ لانك سترهق وستشعر بالخذلان ان تعيش دائما اسير هذا خطأ والناس سترمي في مكببه النفايات البشريه ولا يريدك احد ان تعيش دائما نظير فانت تتحدى الطبيعه البشريه الطبيعه البشريه انك لا بد ان تحتاج الى احد لذلك لما دع ذلك الرجل قال اللهم اني اللهم لا تحوجني لاحد من خلقك فقال الامام احمد رحمه الله قال ذلك انسان دعا على نفسه بالهلاك اللي بيموت هوي ما يحتاج احد لانه خلاص بيموت لكن طالما انك تعيش فانت محتاج ومحتاج تحتاجون اليه هذه العلاقه مع الذات اي الشكل الصحي لعلاقتي مع الذاتي العلاقه مع الذات ان لا يكون ما هو ما انت عليه بعيد عنما تظهر ما انت عليه هذا الفرق يعني يعني انا لما التقى بك شو يقول وليام قمس يقول اذا التقى اثنان فهما سته شلون سته قال انا كما انظر اليه هو كما انظر اليه وهو كما ينظر لنفسه وهو كما هي هي حقيقته وانا كما ينظر الي وانا كما انا انظر كما اعرف عن نفسي وانا كما هي حقيقتي فانا ثلاثه هو ثلاثه احنا سته كلما كلما زادت الفجوه بين ما انت عليه وبين ما تتظاهر انك عليه هذه الفجوه تملأ بالكتابة تملأ بالحزن تملأ بالشعور بالخزي بالشعور انك منافق انك كذاب انك غير جدير وهنا تتلخبط عاد علاقتك و ما اسرع شيء يمكن ان يعني ان يكشف فيه الانسان هو الصراعات القيميه التي تظهر مثل هذه الاشياء مثلا انا اعطيك مثال انت استدعيت اني في هذا البودكاست المبارك وقلت لك يا اخي انا شعاري التأثير في المجتمع هذا اللي اظهره ظهره زين لكن استبطن انا لا ابغى مقابل الجانب المادي في هذه اللحظه في هذه اللحظه لحظه الس عشان ك طلبت فلوس ايش عشان كده طلبتو عشان ك طلبت فلوس والله ما طلبت زين في هذه اللحظه انا انكشف اولاً صح صح طيب اذا انكشفت انكشفت عند من يعني عندي اتوقع واذا انكشفت عندك بنظر لك نظره لا اذا انكشفت عندك انا انكشف امام نفسي كيف ايش يقول سارتر يقول الانسان لما يكون لحاله كذا ينظر الى ثقب لا يجب ان ينظر من خلاله يقول هو لا يشعر بنفسه ولا يشعر بقيمه ولا يشعر بموقفه ولا بشاعته يقول فعندما يهت ز باب الغرفه ويدخل احد هذا الشعور الذي تستشعره من الخزي العالي هو لوجود الرقيب فكيف لو كان الرقيب هو الله سبحانه وتعالى شوف انت الان قبل شوي لما كنت تمارس هذه الخطيئه ما كنت تشعر كنت مدمج مع الحدث متصلح مع قيمك المتضاربه عادي لكن لما تكشفها المواقف لانك تنتبه انا غلطان من اللي علمني انا غلطان اللي امامي ولذلك النبي صلى الله عليه وسلم ماذا يقول المؤمن مرآه اخيه والعاقل لا يكسر المرآه عندما يرى وجهه غير جيد م بذنب المرآه المرآه وظيقتها تظهر لك حقيقتك ولذلك لاحظ مرآه والمرآه لا تاتي اليك انت تذهب اليها لذلك ثقافه الانسان في اصلاح ذاته هو الاستنصاح اني استنصحك من اجل الاصلاح الاستنصاح من اجل الاصلاح اذا هذه العلاقه الثانيه العلاقه مع الذات ثم ناتي العلاقه مع الاخر بس معلى يعني ودي اسال في كل علاقه اذا تسمح لا لا خذ راحتك يعني انت اليوم تقول يعني قبل شي تقول ان انت بيبك الكتاب اذا كانك في فجوه بين حقيقتك وانت اللي تشوفها بتفرق اذا انا اشوف نفسي اقل من حقيقتي او انا اعلى من حقيقتي اي تفرقي هل في وحده ايجابي وحده سلبي الايجابي انك ترى انك اقل اقل من حقيقتك وهذا جزء من التواضع وجزء من هضم الذات جزء جزء من من تزكيتها جزء من عندما يصعد عمر رضي الله عنه الى على المنبر وقد جمع الصحابه وقال ان انا كنت كانوا ينادوني الناس انا كنت ابيع واسوي وارعى الغنم وترى انا انسان عادي فقالوا يا امير المؤمنين لهذا جمعنا قال حدثني نفسي انني امير المؤمنين اني عمر فاردت ان اخبركم اني عمير نادوني عمير ترى هذا نوع من تهذيب النفس وتزكيتها بشكل راقى جدا فهذا نوع متى يكون سلبي طيب يكون سلبي اذا تحول تحول من التنقيه للترقيه الى سحق الذات الى احتقار الذات اي اذا لذلك النبي صلى الله عليه وسلم يقول لا يحقرن احدكم نفسه قالوا يا رسول الله وكيف يحقر احدنا نفسه قال يكلفها من البلاء ما لا تطيق طيب شلون شلون يكلفها من البلاء ما تطيق يعني انا لما ارواح واقول انا اقدر اسوي بودكاست زين وانا ما اقدر واروح اسوي بودكاست وافشل فتصبح نظرتي لذاتي متدنيه فانا هنا سا احتقر ذاتي ما هو السبب اني حملتها من البلاء ما لا تطيق ولذلك احتقار الذات ايضا ليس منهجا شرعيا ولا انسانيا ولا صحيا وايضا تورم الذات اني انا اشعر اني احسن مما انا عليه حقيقه هذا سيجعلني اصاب بخيبات امل و سيجعلني استغرب رداً فعل الناس تجاهي و سيجعلني انا جاهل تلميحات الحدود حقني الناس قاعده يقولك ترى والله ما انت بحق هالاشياء بس انا لا اقول حاسديني مغيرين مني لا انا اقدر انا

اقدر وبالتالي اقع واكون اكون سيء ولذلك العرب كانت تقول لما يجي مثلا تاثير داينينج لما يتكلم عن عن اثر الاداء مع مرور الزمن يقول ترى كثير من الناس يشعر بالثقة العاليه في اداء بعض المهام ثقه جوفاء غير حقيقه واذنا دخل الى واقع التجربه وجد انها صعبه وان في الى مستوى منخفض جدا من ثقته بذاته طيب هو السؤال ليش اصلا ابتداء دخل لما تروح الطلاب ابتدائي من يطلع اذاعه كل الاصابع ترتفع كلهم يرتفعون ويطيرون يكاد ان يطيون طيب ما يدرون ش اللي قدامهم يقدر يقدر تجي انت شايلا اغراض يجي ولدك ببشيل مثلك ما تقدر وما يدري ان ما يقدر تطلعون المسبح لابس وجاي يركض بطب تعال تعال ما تعرف يا هو لماذا يشعر انه يستطيع هو هو جله ايه هو جاهل تاثير داين يقول ان الثقة وليده الجهل احيانا الثقة الخداعه هي وليده الجهل فاذا جرب اكتشف حدود قدرته نزل طيب اذا نزل الناس ينقسمون قسمين نزل الناس يقعد يستمر في القاع واناس لا يحاولون الصعود الى الاعلى ولكن من خلال تمئين علاقاتهم ليصلوا الا اداء جيد فتكون عندهم ثقه حقيقه ولذلك كان العرب ما نزل يقول لا يتصد صد يتصد يعني ما يبادر ما يقول انا للخطابه الا اثنين اما فائق او مائق فاما الفائق القدرات اللي يقول لا عندي الكلام هذا انا اتحدث دون تزوير دون اوزور ما احضر طيب ما هو المائق المائق هو الاحمق الاحمق الذي لا يعرف هو مقدم على ماذا تطلع يطلع يطلع ولذلك معرفه حدود الذات مهم جدا حتى فيما يتعلق بالآخرين معرفه حدودك اصلا مع الاخر ش العلاقةه العلاقةه هي هندسه علاقات متى اقتت متى ابتعد متى امون عليك متى ما امون عليك متى امزح متى ما امزح متى ابتعد حد حد الاشتياق لا حد الاغتراب متى اقترب حد العناق لا حد الالتصاق لان احيانا بعض الاقتراب خليني ما احبك وانت يسر تكلمنا عن علاقات الا ودي نتكلم وعن التعلق وغيرها ف بس ودي اقع في الذات شوي ا طيب بس فانت تقول انه فعلا يعني احس ان هذا كلامك منطقي لكن في نفس الوقت برضه انه يعني اذكر قريب مثلا في مقوله تقول ان الناس الانكباء والعارفين والعالميين يكونون اكثر ترددا من الجاهلين ولذا الجاهلين اكثر عندهم فرص النجاح اكثر منهم من العالميين صح ليش لانك احيانا تتطلب هذا الجهل اللي يدفعك انك تدخل المكان ما كنت بتقدم عليه لولا انك جهلت كنت جاهل ش اللي تلقاه يمكن تلقاه بسيط يعني بس انه التردد كان غير منطقي فمتى اوازن بين الاثنتين يعني ممتاز ا من اذا زاد علم المرء زاد تردده وليس زاد تثبته لانه يرى المشهد بشكل طويل جدا يجي واحد يقول لك بالله ابو عمر انت شلون تسوي بودكاست من وين ابدا له من وين اقول من وين غير واحد عنده تجربه ما قد سواها الا مره عادي والله جلسنا وحطينا الكاميرا وقعد نتكلم و بدينا والله ما درينا ان بدينا هذا الجهل يدفع الناس انهم يتكلمون لكن هل هذا الجهل ا هل هو هل هو قدم معرفه ولم يقدم معرفه ما قدم معرفه وانما قدم تجربه مشوهه بينما الاخر لا يقدمها بطريقه حقيقه لكن الاشكال وين لما يبالغ الطرف الاخر في هذا التردد فلا يقدم ولذلك العرب مره اخرى تقول ال ال الخوف قبل التجربه عجز انت ليش خايف طيب انت ما جربت طيب ليش ما تقدم انت ما عندك قدرات طيب اقدم اخاف تقول اني احمق طيب كل بدايات الناس بدأت بهذه الطريقه والعناء في الابتداء لابد ان تقبل ضعف الاداء والتقييمات السيئه في البدايات لولا هذه البدايات الصغيره لما كبر الانسان ولذلك لكل منا يوم اول يوم اول في السواقه يتذكر ويضحك بس في ذك نيك اللحظه هي مسات حياه وموت والناس وكل الناس وش ضايق صدره لا لا لا المساله ابسط الان يرويه في قصه نجاح انها عاديه يوم اول في البودكاست يوم اول في التعليم يوم اول في الوظيفه يوم اول في الخطوبه يوم كانت مليئه بالارتباك وهذه طبيعيه طيب شلون اعرف الفرق ما بين حب الذات والغرور طيب ا حب الذات هو هو ما في فرق هو في فرق بين حب ذات وعدم حبه لكن الغرور ممكن يقول ما الفرق ب الثقة والغرور اي هذه المتناظرتان الثقة الثقه تعريفها شعور بالقدره مع وجودها بس باختصار باختصار شعور بالقدره مع وجودها انا اقدر انا اقدر جيد وهي لحظه في الحاضر ابيها انا على تجارب المستقبل او تفا عفو على تجارب الماضي او تفاؤل المستقبل لحظ حاضر انا الان بسجل بودكاست طب عندي قبل ق طلعت وسجلت ايه فابن فاشعر بانني قادر باذن الله عز وجل اني في هذه اللحظه اني اتكلم او على تفاؤل المستقبل عندما لا يكون للانسان اي تجربه سابقه فان ينتقل للمستقبل فاذا تفاعل ارتفع عنده منسوب الثقه فهو شعور بالقدره مع وجودها طيب الغرور والثقه دوما ايجابيه الثقه دوما ايجابي دوما ايجابي طيب ال الغرور الغرور شعور بالقدره شعور بالقدره مع عدم وجودها مغتر انا اقدر اكف خهم طلع برا اجلده هذا مغتر بذاته يمكن يتوقع مستقبل اغتر من موجوده القدره لا عنده رصيد يؤكد له في الماضي ولا عنده تحليل المستقبل ينبئه انه ممكن يسوي هذا الشيء ولذلك وظن وبالتالي اساء طيب احنا جبنا زاويتين باقي زاويتين ايبضا ثمت ايبضا شعور عدم الشعور بالقدره مع وجودها ام وهذا احتقار الذات اللي قبل شوي عدم الشعور بالقدره مع وجودها يا اخ انت اسلوبك زين لا لا ما اقدر انت شاعر والله ليش ما لا لا طيب اطلع تكلم لا لا انا احسن شيء ورا الكاميرات ما اقدر ما انه كويس عدم الشعور بالقدره مع وجودها هذا احتقار للذات وكيف يقدر يعالج الم الرابعه او كي عدم الشعور بالقدره مع عدم وجودها ا وهذا وعي متاز اني اعرف

هذا ما يصلح لي وهذا يصلح لي هذا قمة الوعي ولذلك معرفه الانسان بجهله يقول ابن خلدون معرفه الانسان بجهله ضرب من المعرفه هذ معرفه اصلا بحد ذاتها ففي حاله الاحتقار كيف يعالج الانسان يعني هذه الحاله يعالجها بحاجتين بالنظر في السجلات الماضيه وعندنا حاجتين دائما في معالجه الاحتقار عندنا الثناء والبناء الثناء والبناء الثناء اني انظر الى سجلات الانجازات السابقه وابدا اتك عليها شوف دائما التقييم الناس او التقييم دائما هو انتقائي اجي ادخل لمخزن المخزن فيه اشياء مكركبه وفي اشياء نظيفه ومرتبته انا معي الكشاف الواعي هو الذي ينظر الى المخزن كله هذا الواعي هذا اللي بيعطيك حكم حقيقي اما الذي سيفتح الاناره فقط على الجانب السيء في المخزن سيحكم على هذا كل ان السيء الثاني لا يقولك افتح على الجميل او المخزن هذا حلو ايضا هذا جانب خاطئ في التقييم جيد انا اجي لما لما اشعر باحتقار الذات اشعر باهانته مثلا او تنمر او غيره اتك على سجلات الثناء الماضيه والانجازات وابدا اهدا ثم البناء البناء اني اطور اهدا اطور كيف اهدا اطور الكلمه هذه استهلكت لا التطوير بسيط جدا جدا وابدا بانجازات صغيره احنا احنا الانجازات كبيره براقه ك تيج ن لا لا اهدا بانجازات صغيره هذه الانجازات الصغيره تولد حافظ على الاستمرار وتجعلني املك دليل على انك انت ما تعرفني انت كذا لا انا كويس لذلك انا من الداخل مليون لذلك الفرق بين الصغير والكبير ما هو ان الصغير الصغير الطفل هو مثل الاعم الذي لا يعرف ماذا يلبس ولكن النصف له الالوان التي يرتديها ما يدري الصغير ما يدري احنا نقول انت كويس او مو كويس اما بلسان الحال يشوف عيوننا يشوف ملامحنا يشوف ترحيبنا بال كذا وتتركه او بلسان المقال انت انت انت انت الكبير لا الكبير هذا الجانب نعم مؤثر فيه يقول الله عز وجل للنبي صلى الله عليه وسلم ولقد تعلم انك يضيق صدرك بما يقولون نعم يؤثر فيه ولا ما في كلام يؤثر فيه لجبله الانسان لكن عنده رصيد من الانجازات قادر على انه يخلق ليس افواه الناس لانه ما يقدر يخلق افواه الناس لكنه قادر على انه يغلق اذانه عن الاستماع لامثال هؤلاء احنا ما نستطيع ان نغلق افواه الناس انهم ما يسبوننا ولا ما يتكلمون الناس الناس تجرؤوا على خالقهم الذي يعطيهم ويحييهم ويمنع عنهم وينفعهم وتكلم عنه تكلموا عليه سبحانه وتعالى يد الله مغلوله الله فقير تكلم عن النبي صلى الله عليه وسلم فكيف انا وانت لذلك لما جاء موسى الى الله سبحانه وتعالى قال يا ربي كف السن الناس عني قال يا موسى ذلك شيء لم اكتبه لنفسي كيف خلاص اتكلم لذلك ابد انت كون مستعدا لمثل هذه الاشياء ليه الواحد يحب او يكره نفسه اي يعني كيف متى الواحد يحب نفسه متى الواحد يكرهها ليش تلقى واحد دائما يحب نفسه واحد داما يكرهها مره اخرى مره اخرى اي انسان يعطش يعطش لان اهله ما اسقوه بيئته القريبه منه ما اسق اخوانه اهله المرابين اللي حوله ما اسقوه فانه يعطش لاي مياه يجدها امامه ولن يسال عن طهارتها يشرب اي مويه ملوته ما عن ما عنده مشكله اثنين لما يجوع الانسان ياكل فتات ثناء الناس ويبحث عنها ويبدا يعمل من التفاهات ومن الحمق ومن الاشياء المستغربه رجاء يتقبلها الطرف الاخر او ان يعجب به طيب السؤال هو ليش وصل لهذه المرحله ليش وصل لهذه المرحله قصتها طويله ودنا نتكلم في العلاقات نجيبها كلها الفت الفجر ان شاء الله شوف احنا ولدنا من يوم ولدنا واحنا صغار الانسان يحس ان احسن واحد واحلى واحد وااقوى واحد واهله ويحتفون به وينبسط فيشعر بالاستحقاق ويشعر انه جميل ويشعر انه مقبول ليش مقبول لاني اذا شربت شربوا بعدي اكلت اكل بعدي ضموني يقبلوني يقبلوني فانا اذا انسان كويس فاعرف اني انا انسان مرحب فيني من خلال سلوكك واعرف انني انسان جيد من خلال تعليقاتك واعرف اني انسان لي قيمه من خلال افتقارك لذلك بعض الاطفال يختب يشوف في حد يبحث عنه ولا لا وعلى فكره كل سلوكيات الاطفال يمارسها الكبار ولكن باستراتيجيات مختلفه يعني له طرائق مختلفه مثلا فيختبئ يشوفون هل هل في احد في قدني ولا لا طيب ولد هذا الانسان رحبوا في اهله انبسطوا شاف الترحيب قدرات يحس انه يقدر على كل شيء جوائز ثناء كبير اول ما ولد اول ما ولد فيه فيه شيء اذا شافه يشعره بالامان واذا غاب يوته يكتشف بعد ذلك ان هذا الشيء هو يسمى ام فاذا صاح جا وجهه وشاله اذا تالم جوع ما يدري ان جوع هو الم يروح هذا الالم عندما يحضني هذا الانسان فيرتبط عند الانسان من اللحظة الاولى ان بقاء مرهون بوجود الاخرين شوف هذه اللحظة الفاصله في حياه الانسان اوه نعم بل قبل ذلك قطع الحبل السري هو لحظه فاصله في تحملك مسؤوليه نفسك ما في احد بيعطيك انت لازم تبدا لكن هو يشوف الان يبدا يضق صدره يجي احد يشيله يصيح يجي احد يشيله يجوع يجي احد يشيله يبكي يجي احد يشيله يتالم بطنه غازات وكذا رضيع يجي احد يساعده فيرتبط هذا الارتباط فتره كده يطلع واحد ل شنب يكتشف ان هذا يسمى اب ومزعج لانه يسويلي شقلب وغزغه ويحوس لكن في الاخير يا اخي مو بسيء مره لانه يطلعني اماكن غريبه وشوف اشياء ما قد شفتها ويكسر القواعد يعطيني شيء حالي ويعطيني شيء بذوقني وما ادري ايش وكذا بعدين اكبر انا واكتشف فييه ناس يسمون اخوان اخواني او اخواني هنا تيجي لحظه فاصله اخرى وهي ان هذه العلاقه الاجتماعيه فيها تكاليف جب ون لعبك استجب ونعطيك فيصير هو يصير عنده لحظه فاصله اخرى اني لو قلت لا اقصا في يرتبط عندي ان طاعه الاخرين وارضاء

الآخرين تحميني فايدا استجيب لاخواني جيب مويه اجيب مويه ما العبك ما اعطيك ما اسوي كذا فاستجيب لهم لاني انا ما جيت مويه مره من مرات وصاروا ياكلون بساكييت ويسوون حركات قدامي عشان يقهروني انا ما ابغى اعيش هذا الالم ف تدري شلون خلني استجيب لهم ثم تكبر المساحه شوي ويصبح هذا المعيار حقي المعيار حقي ان هالي يحبوني ما يحبوني ك بس لا توسعت شوي رحمت مدرسه توسعت شوي جون ضيوف لما جونا ضيوف انقلب البيت هذه لحظه فاصله ثانيه انقلب صار في تنظيف المجلس زيناه اللمبات مدري ايش في ليش صرنا احنا افضل الان اه بوجود احد فاحنا بعدم وجود الاحد هذا احنا ناس اقل بوجود الاحد لازم نرتفع شوي البس اسبح لا تتكلم تنظف تزين شعرك كذا اجلس زين لا تاكل لا تمد رجلك لا مادري وش طيب ليش هذا كله يبا عشان الاخر فيرتبط عندي ان ارضاء الاخر هو ارضاء لوالديه ارضاء الوالدين معناها بقائي معناها معناها استفادتي في تضخم عند الانسان الاخر تضخم يصير هو مصدر الامان طيب هو مشكله الاخر وش هو يا ابو عمر مشكله الاخر الانسان لما هذا الاخر اللي مصدر الامان مصدر ارضائي ومصدر اعطائي يزعل علي اصير انا مثل اللي داعس بنزين وفرامل فتحترق مكينتي لان مصدر الامان تحول لمصدر مصدر خوف شلون ارضيه ما ارضى شلون كذا فيبدا الانسان يعمم بهذه الطريقه على علاقاته مع الاخرين من هنا تنشأ فكره كيف انا من انا مقابل الاخرين فكره ثانيه انك كلما عمل الاخرين اصبحت قزما الاشياء لا تقاس ما في شي اسمه كبير ما في شي اسمه صغير الا عندما نقارنه بشيء يعني هذا الكوب مثلا هو كبير ولا صغير مقارنه بايش فهو صغير مقارنه بالاستديو مثلا هو كبير مقارنه بحبه فول مثلا فهو يكبر ويصغر بحسب ما اقرارنه به انا الان لما اعملق الناس اصبح قزم لا قيمه لي في وجودهم وعندما العكس عندما افز زم الناس اعملق نفسي وهذا سماه النبي صلى الله عليه وسلم الكبير الكبر ما هو بطر الحق وغمط الناس انت ما تشوف الناس طيب ايش الحل الحل اني اعاملهم وانزلهم منازلهم ايش منازلهم انهم بشر لا يملكون لانفسهم لا ضرا ولا نفع ولا نفع فكيف ان يملكو لي انا ضر ولا نفع ولذلك لما جاء ذلك الرجل قال النبي صلى الله عليه وسلم يا محمد ان مدحي شاعر وان مدحي زين وذمي شي قال ما انما ذلك هو الله انت ما عندك شيء تخليني زين وشين والله مو بانتي ولذلك سب سبحان الله العظيم اذا احد تنمر عليك ولا احد تكلم عليك ولا احد ما يعني تتوقع ان سيؤذيك وكذا اعلم ان هذا المشهد مثل مشهد الكاميرا الخفيه تشوف الناس الكاميرا خفيه كيف يغضبون ومادري ايش ما يقولون كاميرا خفيه يضحك لان يضحك معناها ان هذا المشهد ليس هو الحقيقه احنا في هذه الدنيا في كاميرا خفيه اصلا شي انت بتسوي يعني رضيت ما رضيت انت هنا وانا هنا جئنا لنحقق ما يريد الله لنا ما اقدر اطيح ولا اقدر ارفعك ما اقدر تطيحي ولا تقدر ترفعني اذا دخلت بهذه العقليه لا مختلف الوضع مختلف انا انزلت منزلك لذك لما دخل الازاعي وقد امر به الامير يقول فلبست اكفاني لبست اكفاني خلاص بموت يقول فلما دخلت احتشم الناس بملابسهم عشان الدم خلاص ميت يقول لكنه اكرمني وكذا وطلعت وقالوا له يسالوه قالوا يا امام ماذا فعلت قال لبست اكفاني انا خايف زعلان انا عارف انه زعلان لكن لما دخلت ورايته على كرسي تذكرت الله على كرسيه فغد عندي كالذبابه شيء هو لا يملك لنفسه شيء النافع الضار هو الله سبحانه وتعالى لكنك ايها الانسان عندما تنزل الناس في غير منازلهم انت تعطيههم جزء من من الالهيه والربوبيه عندما تظن ان هذا بينفعك او يضرك ومديرك بينفعك او يضر والمقابله الشخصيه هي مستقبلك ورزقك ومادري ايش وانت اعطيتهم جزء من الربوبيه هو جاءوا هم جاؤوا ليحققوا ما يريد الله عز وجل لك هذه الفكره فهذه الفكره تنشأ فكره احتقار الذات فانا عندما انجز ويمدحون انا لي قيمه اصبح الانسان المعاصر خاصه انسان لا قيمه له الا باعتراف خارجي اصبح مثل البالون يحتاج احد ينفخ من برا في تسريب لازم ينفخ من برا ينفخ وليس من الداخل في تسريب طيب فاذا انتفخ انتفخ المشكله سيطير في مصنع من الابر الناس كله ما راح تتركك ما راح تتركك لان هذا تورم انت لان الذي نفخك هو الذي يستطيع انه يفرقك مره اخرى بكلمه واحده ص ولذلك الانسان يعلق نفسه بذاته بمرته يعلق نفسه بالله سبحانه وتعالى يعلق نفسه بالخلق ويترك الخلق للخالق يعني هل في مؤثر تخليك تقدر تعرف اذا علاقتك جيده مع ذاتك من ضمن يعني المؤشرات القويه جدا هو معرفه الحقوق والحدود معرفه الحقوق والحدود لما ياتي ابن الزبير ياتي عمر رضي الله عنه ويمشي عمر عمر التي اذا شافه الشياطين تفر من عمر فلما راوا الصبيبه فروا الا ابن زبير واقف فقال له عمر عمر رضي الله عنه لماذا لم تهرب كما فعل اصحابك قال لم تكن طريق ضيقه فوسع لك ولم افعل شيء بك عندما تعرف حقوقك وحدود غيرك هذه من المؤشرات الممتازه جدا عندما تطبع الخطا احتقار الذات فانا عندما انجز ويمدحون انا لي قيمه اصبح الانسان المعاصر خاصه انسان لا قيمه له الا باعتراف خارجي اصبح مثل البالون يحتاج احد ينفخ من برا في تسريب لازم ينفخ من برا ينفخ وليس من الداخل في تسريب طيب فاذا انتفخ انتفخ المشكله سيطير في مصنع من الابر الناس كله ما راح تتركك ما راح تتركك لان هذا تورم انت لان الذي نفخك هو الذي يستطيع انه يفرقك مره اخرى بكلمه واحده ص ولذلك الانسان يعلق نفسه بذاته بمرته يعلق نفسه

بالله سبحانه وتعالى يعلق نفسه بالخلق ويترك الخلق للخالق يعني هل في مؤشر تخليك تقدر تعرف اذا علاقتك جيده مع ذاتك من ضمن يعني المؤشرات القويه جدا هو معرفه الحقوق والحدود معرفه الحقوق والحدود لما ياتي ابن الزبير ياتي عمر رضي الله عنه ويمشي عمر عمر التي اذا شافه الشياطين تفر من عمر فلما راوا الصبيه فروا الا ابن زبير واقف فقال له عمر عمر رضي الله عنه لماذا لم تهرب كما فعل اصحابك قال لم تكن طريق ضيقه فوسع لك ولم افعل شيء بك عندما تعرف حقوقك وحدود غيرك هذه من المؤشرات الممتازه جدا عندما تطبع الخطا احتقار الذات فانا عندما انجز ويمدحون انا لي قيمه اصبح الانسان المعاصر خاصه انسان لا قيمه له الا باعتراف خارجي اصبح مثل البالون يحتاج احد ينفخ من برا في تسريب لازم ينفخ من برا ينفخ وليس من الداخل في تسريب طيب فاذا انتفخ انتفخ المشكله سيظهر في مصنع من الابر الناس كله ما راح تترك ما راح تترك لان هذا تورم انت لان الذي نفخك هو الذي يستطيع انه يفرقك مره اخرى بكلمه واحده ص ولذلك الانسان يعلق نفسه بذاته بمرته يعلق نفسه بالله سبحانه وتعالى يعلق نفسه بالخلق ويترك الخلق للخالق يعني هل في مؤشر تخليك تقدر تعرف اذا علاقتك جيده مع ذاتك من ضمن يعني المؤشرات القويه جدا هو معرفه الحقوق والحدود معرفه الحقوق والحدود لما ياتي ابن الزبير ياتي عمر رضي الله عنه ويمشي عمر عمر التي اذا شافه الشياطين تفر من عمر فلما راوا الصبيه فروا الا ابن زبير واقف فقال له عمر عمر رضي الله عنه لماذا لم تهرب كما فعل اصحابك قال لم تكن طريق ضيقه فوسع لك ولم افعل شيء بك عندما تعرف حقوقك وحدود غيرك هذه من المؤشرات الممتازه جدا عندما تطبع الخطا احتقار الذات فانا عندما انجز ويمدحون انا لي قيمه اصبح الانسان المعاصر خاصه انسان لا قيمه له الا باعتراف خارجي اصبح مثل البالون يحتاج احد ينفخ من برا في تسريب لازم ينفخ من برا ينفخ وليس من الداخل في تسريب طيب فاذا انتفخ انتفخ المشكله سيظهر في مصنع من الابر الناس كله ما راح تترك ما راح تترك لان هذا تورم انت لان الذي نفخك هو الذي يستطيع انه يفرقك مره اخرى بكلمه واحده ص ولذلك الانسان يعلق نفسه بذاته بمرته يعلق نفسه بالله سبحانه وتعالى يعلق نفسه بالخلق ويترك الخلق للخالق يعني هل في مؤشر تخليك تقدر تعرف اذا علاقتك جيده مع ذاتك من ضمن يعني المؤشرات القويه جدا هو معرفه الحقوق والحدود معرفه الحقوق والحدود لما ياتي ابن الزبير ياتي عمر رضي الله عنه ويمشي عمر عمر التي اذا شافه الشياطين تفر من عمر فلما راوا الصبيه فروا الا ابن زبير واقف فقال له عمر عمر رضي الله عنه لماذا لم تهرب كما فعل اصحابك قال لم تكن طريق ضيقه فوسع لك ولم افعل شيء بك عندما تعرف حقوقك وحدود غيرك هذه من المؤشرات الممتازه جدا عندما تطبع الخطا احتقار الذات فانا عندما انجز ويمدحون انا لي قيمه اصبح الانسان المعاصر خاصه انسان لا قيمه له الا باعتراف خارجي اصبح مثل البالون يحتاج احد ينفخ من برا في تسريب لازم ينفخ من برا ينفخ وليس من الداخل في تسريب طيب فاذا انتفخ انتفخ المشكله سيظهر في مصنع من الابر الناس كله ما راح تترك ما راح تترك لان هذا تورم انت لان الذي نفخك هو الذي يستطيع انه يفرقك مره اخرى بكلمه واحده ص ولذلك الانسان يعلق نفسه بذاته بمرته يعلق نفسه بالله سبحانه وتعالى يعلق نفسه بالخلق ويترك الخلق للخالق يعني هل في مؤشر تخليك تقدر تعرف اذا علاقتك جيده مع ذاتك من ضمن يعني المؤشرات القويه جدا هو معرفه الحقوق والحدود معرفه الحقوق والحدود لما ياتي ابن الزبير ياتي عمر رضي الله عنه ويمشي عمر عمر التي اذا شافه الشياطين تفر من عمر فلما راوا الصبيه فروا الا ابن زبير واقف فقال له عمر عمر رضي الله عنه لماذا لم تهرب كما فعل اصحابك قال لم تكن طريق ضيقه فوسع لك ولم افعل شيء بك عندما تعرف حقوقك وحدود غيرك هذه من المؤشرات الممتازه جدا عندما تطبع الخطا