

كلامك ثقيل مره انتبه لا تدور لا لا لا الامان بالله سبحانه وتعالى كل شخص انا ما تضمن اي شخص تضمن انت اي (22:53) شخص في الحياه عندك اطني ضمان ما في عندك ضمن عن اي شيء في الحياه ما في عندي انا ضمانات عن كل شي ما في ضمانات بين يدي الله اذا انا بسعى دائما ادور امانى مع شخص حتى لو لقيت امانى معه في هالفتره ما هو دائما بنلقى الامان مع الاشخاص ولا الافراد فالطموح النفسى الحقيقى هو انى اربط الامان بالله سبحانه وتعالى لا ادور امانى من احد خلينى متحرر من كل الاشخاص والناس خلي هدفى في الحياه انا اعمر الارض بس اسوي اللى على الواجب على ترى كنت جاي في (02:54) هالدنيا رساله ترى ما انت موجود عشان فلان ذا اللى انت اشغلت عمرك فيه ولا ه ولا هال الفلان اللى اشغلت عمرك فيها ما انت موجود عشان شخص انت موجود هنا في هدف معين رساله تقدمها وتتوكل على الله هذا هدفك في الحياه اذا لازم اتوكل واسلم كل شيء رب لا تدور امان ورا حد لا تدور امان ورا حد قدم ادوارك تبي تقول انا بلقى الامان مع زوجي انت قدمي ادوارك مع زوجك تلقى الامان مع زوجتك قدم ادوارك مع زوجتك انت مطلوب منك ثلاث انواع من التعاملات في مذكور في القران ثلاث تعاملات رقم واحد اتعامل معك في انواع من التعاملات متدرجه التعامل (39:54) اللى تحت شوي او اللى سهل اعاملك العين بالعين والسن بالسن وهذا ما هو غلط في بعض الامور التعامل الثانى الارقى اللى هي اعاملك كما يريد الله انى اعاملك يا استاذ عبد الله ونعم بالله اعامله كما يريد الله والله الزوج كيف اعامله بما يرضي الله كيف اعامل اولادي هذا التعامل الثانى القوي الكويس افرق بين الحقوق والواجبات هذا عاملك زي ما يريد الله سبحانه وتعالى اعطي عيالي وذا ول جيب بتزم كل ماكبر وانا تعبت وحملت وسويت ودرست ولعبت معكم وسويت الدنيا طب انت سويتها وانت مستمتعه وانت مستمتعه وانت تسويتها غريزه امومه وانت تبين تحسينها لا تتزين (16:55) فيها فهذا الشعور عاملك انا اعاملك كما يريد الله انى يعاملك التعامل الاقوى اللى فوق اللى يوصلون له الناس ما شاء الله اللى عندهم قدره ايمانيه عاليه اللى اعاملك كما اريد ان الله يعاملني يا سلام نعم الله شبه شلون يعاملني يغفر لي يتجاوز عني يدخلني الجنه يجازيني يكافئني يعطيني تمام فهذا النوع الثالث صعب ان لاي احد يوصل له مو باي انسان عنده القدره هذه عشان كذا الله سبحانه وتعالى تكلم عن يعنى الله سبحانه وتعالى وضح كثير في القران وفي السنه توضح امور كثيره حول التسامح التجاوز كظم الغيظ الامور هذه كلها فران كل هذه الامور مذكوره وصعبه على البني ادم (59:55) ما هي سهله لكن انا اقوللك هذا نوع من يعنى في عرض الحديث انها نوع من التعاملات فبالتالي كمت علق انت السبب الاساسي احنا قلنا من اسباب التعلق انه يكون بسبب فاقد في الطفوله جزء من الطفوله مفقود ومتالم منه ولقاه هنا اوقات يكون بسبب خبره سابقه سلبيه او الم او انتهاء لعلاقه معينه سابقه ويبغى يعدلها هنا فهمت الفكره خلاص انا خ قبل وعشت علاقته سيئه و ماساويه فاروح للزوج الثانيه وانا منهاره متلهل بس ابي ذا الرجل مابي يفكني ولا بدأ الحر ما بيها تفكني خلاص فاعطيه كل اللى تبي بس يا ربي عان ما نتطلق عشان ما ما تنعاد التجربه ما تنعاد فيكون اسير لتجربه اوقات (42:56) من اسباب التعلق ا الابتزاز العاطفي ولا ابتزاز ايش قصك الابتزاز العاطفي اوقات الواحد يوصل مرحله التعلق لانه الطرف الاخر كل شوي عارف نقاط ضعفك ويهددك فيها ترى باخذ العيال وطلق ترى بتركك وبروح لاهلي انا اجب على المتالين عشان ما حد يزعل ترى بروح لاهلي واتركك ترى ما ادري ايش مو نوع من انواع الابتزاز او تراني بتركك او تراني بخليك او يتركها اسبوع مرتاح معك اي المفروض انك تعدلون كذا وكذا ولا تعدلين كذا وكذا ولا تعدل كذا وكذا انا بدبت شويه كهرب فيستخدم الابتزاز ويسحب امدادات شوي يقرب يعطي غذاء نفسي ومن يسحب ومن يرجع (07:58) شخص ممكن الواحد يتعلق به تمام لكن مشكلتي مع المتعلق انا المتعلق به هو اخلاقيات يا اخي واحد يجيك يلقي انه زوجته او زوجها تعلق فيها بزياده هو يكون حكيم عنده طول به بال عنده قدره على حل المشكله قادر شلون نصد لكن في اشخاص يستغلونها استغلال سيء اللى يخليه اللى تاخذ له والله قروض ولا ديون ولا اللى ياخذ لها قروض ولا ديون ياخذ لها ولا يسجل البيت باسمه ولا و ايفر اللى هو في على حسب هو شخص مبتز او هو شخص فعلا حكيم وعنده قدره على اداره المشكله وفي شخص ثالث من المتعلق فيهم يروح يهرب للدائره الخارجيه يكون له حياه خاصه عجيب يهرب نعم (47:58) يكون موجود بصوره وبشكل عادي وذا ولكن هارب منك اصلا لانه يخنق التعلق اي شخص متعلق تبي تنفر الشخص اللى انت تحبه تعلق فيه هذه تيك يلا ها يعنى شبلة على قول انت تقولين اذا انت البننت تعلقت بزوجك مثلا او انت الزوج اذا تعلقت بزوجتك ام ما راح تكملون مع بعض ما يكملون وقفتي على حالات كذا نعم لانه يوصلون لمرحله الاغراق العاطفي او يسمى الخنق العاطفي كل شيء لا بالغتي فيه انقلب ضده مسخ ام ما عاد في شيء الرجل اصلا بطبيعته في العاطفه وهذه احد الاسرار الرجل اساسا في عاطفته يحب التنافس للوصول الى الشيء فانت تلغين التنافس للوصول لك بايني الحب بايني (32:59) الرغبه بايني انك تبينه لكن لا تكتمين الرجل مع المراه بين لها انك تحبها بين له انك مهتم فيها بين لها كذا لكن لا تعطل كل حياتها

معك دنيا والحياء البني ادم مخلوق مو بالدور واحد ترى ما احد مخلوق لدور واحد وانتبه من فكره انك توصل مرحله تملك او تعتقد التملك تراك ما تملك اي بشر الله اللي يملكنا كلنا ونعم بالله الله اللي يملكنا كلنا فلا تعتقد مجرد ارتباط او زواج انك تملك او هو تملكك انت هذا شخص مرتبط انت وياه بادوار ومصالح الحياه والعلاقات مرتبطه بمصلحه احنا قلناها قبل وناس كثير يمكن يعرضون ما ادري لكن انا هذه وجهه نظري طيب (1:01:00) هذا هذا مرض هذا مو بحب عجيب نعم الحب الحقيقي وش هوش انه فعلا العلاقه الصحيه مبنيه على الاخذ والعطاء في زاويه مهمه انا ب اناقشك فيها المصلحه و هي هل غلط انا ابني علاقتي بالطرف الاخر انا بيني وبينه مصالح جيده يمكن يقولون بعض الناس الحبحه كلمه مصلحه واني انا المفروض ما يكون بيني وبين اي احد يا سيدي الفاضل انت لما تتزوج عقد الزواج في بينك اخذ وعطا انت وياها صح ولا لا صح ه هل بتتزوج واحده ما تعطيك ولا شيء ولا تقدم لك ولا شيء وانت اللي تقدم قبل جاوبني انت ها فالاخ والعطا دادا في العلاقات علاقتك مع الله سبحانه وتعالى (1:02:19) اهدافه هو بالمقابل يدعم اهدافي بالمقابل انا اعرف ش اهتماماته واقدرها هو يقدر اهتماماتي هذه العلاقه المتزنه اللي عرف نقاط ضعفي ويقويها اعرف نقاط ضعفه واقويها ما ابتزه فيها مثلا مه بخنقه مو بمارس عليه التملك يا اخي هذا مو بهذا حب لا الحب انا الج لك القى سكني معك القى راحتني معك القى القاك صديق اوقات القاك عشيق اوقات القاك زوج اوقات القاك اخو اوقات القاك اب اوقات القاك شيء قريب لنفسني هي متعدده العلاقه الزوجيه تح احمل اربع انواع من الصفات لابد انها تكون في العلاقه الجيده انا لازم اربطها بالزواج لانه هذه هذه الصوره الاسمي لاي علاقه (1:03:03) زواجيه لاي علاقه عاطفيه اللي يحبك صدق هو اللي اللي يرتبط فيك قدام الملا اللي يقول هذه زوجتي او هذا زوجي اللي يقول قدام ملا هذا الشخص اللي انا معترف فيه هذا هو الشخص اللي يستحق تعطيه بس تشغل عمرك وتشغل وقتك وتشغل افكارك وحياتك وزوزه ودنيا وتعجب وضغط نفسي على ما في شيء غير حقيقي على ما سراب انت قاعد تستهلك طاقتك في سراب فهذه هي الفكره الحقيقيه اللي يحترمك ويحبك صدق ويعترف فيك هذه اول سمه اول نقطه اثنين تلقى معه علاقه الصديق تتكلم معه ما تحسب حساب الكلمه طلع اللي في خاطرك ما تشيلهم براحتك نعم ثلاثه انه تلقاه اوقات (1:03:48) كثيره كمتك او سند يعني يكون اب لك اوقات لما تتعبين لما تدخلين في ظروف صعبه انت تكونين له ام اوقات لما تكونين صعبه ظروفك ولا تلقين جواته شعور فيه سند تلقى معها شعور احتضان وامان وسكنه هذه الظروف الصعبه هذه النوع الثالث الرابع اللي هو القى معاها شعور العشيقة الحقيقي امارس معها دور العاطفه تمارس معي دور العاطفه اوقات اوقات لاحظ كلمتي اوقات فكل ما جيتي تزيدن فوق اطني كاسك صحبه شوي ب احط عليه مثال اطني اه لو انا بقعد اعبي في هذا مويه لو في قوارير مويه اعبي مويه مويه ودائما اضرب ذا المثل اعبي مويه اعبي مويه يمتلي لينها (1:04:34) الين هنا ايش بصير عقبها بيفح ليش سببت اغراق عاطفي تعلقت فيه كلمتها دورتها نشبت لا تسوين لا تفعلين بدبت اقبدا لا تشتغلين خليك معي دورك الاساسي هنا او دورك الاساسي يا زوجي كذا انت ما تعطيني انت خلق معي فانا جازبه من كل دوائر الخارجيه مخليه مركز بس معي فانا اغرقته عاطفيا فبالتالي ب هذا هذا الكاسب يطفح العلاقه هذه منتهيه لا محال هروب هروب كل شيء لما تزيده وتنفخ زياده عن اللزوم بينفجر زي البلونه فانتهيه في قضيه الجانب العاطفي في العلاقات المتقاربه او الزوجيه او العاطفيه هذه اللي نسميها كل شيء له حقه تبالغين بالحب تبالغ بالحب والعاطفه (1:06:15) ما احترمت ذاتك وانت ما عطيت ذاتك تقديرها وانت ما حطيت كتالوج لنفسك ومهلل الدنيا والدائره مفتوحه القواعد في التعامل معك ما هي واضحه انت فاتح ومشروع ايديك غالبيه البشر لما يلغون الشيء متاح زياده عن اللزوم ح يستغلوا او يزهدون به لا او يزهدون به يا سلام عليك فاحنا كده بهالطريقه فالعلاقه التعلق منتهيه لا بحال انا ودي ارجع لنقطتين النقطه الاولى الام ام مع بعض ابنائها يمكن تفضلهم اكثر ابوه هذ الامهات لا الامهات يحبون كل عيالهم واحد وكلهم يبونهم وكلهم واحد عندهم لا لا الام تحب كل اولادها صح كلهم تحبهم صح من ناحيه انت سؤالك ذكي انت تتكلم عن سالفه المصلحه (1:07:08) والاخذ والعطاء صحح اي ام خيلنا نتكلم بصراحه انا وانت يعني الامهات انا اتكلم معهم تحيين كل عيالك صح واحنا نحب كل عيالنا وانا احب كل عيالي كلنا نحبهم بطريقه واحده لكن في واحده من العيال اقرب بالمشاعر اقرب بالسؤال وور بعض التفاصيل فيني يعرف الامور الخاص يقرب مني لا شعوريا حتى بدعواتي انكره قبل حتى في عطائي انكرها قبل الحنين علي غير الباقي فهمت الفكره و يهتم ويبادر اي هي تحبهم كلهم سوا لكن اللي يبادر واللي يعطي ازود ياكد لك قاعده الاخذ والعطا اكيد له اولويه في اشياء كثيره في عقلي في مشاعري في ارتياحي كام على طري المبادره او كاب (1:07:55) يعني بعد سولفنا في الحلقة اللي راحت اي لما قلتي ان الزوجه المفروض تبادر في بعض الاشياء الماديه او ام يمكن انا اختلقت معك شوي هذا مشكله هذا قاعد يحطني في محكات طيب قضيه العطاء متى يعني قصدك انت تكلمنا عن العطاء لا كزوجه مفروض انها تبادر مثلا في بعض الاشياء الماديه نع نعم

فهمت عليك القضية هذه زي ما قلنا احنا في في زاويه تكلمنا عنها في زاويه العطاء هل هو متى يكون متزن ايه مو بغلط ان المراه تدعم في بيتها احنا لما ضربنا مثلا ان اللي تاخذ ديون او اللي ياخذ ديون وياخذ قروض ايه وانه غلط كثير وشيعت فكره انه المراه لا تقدمين لازم (1:09:59) بالمقابل حطي نفسك مكانه بيتك هذا هذا بيتك هذا مسكنك هذا رقم واحد حقا انت فلو دعمت وحطيتي شوي وعطيت من الاثاث حطيتي في الاكل سويت لفته ترى هذه اصاله منك بزيد العلاقة بزيد العلاقة جمال بيزيدها ترابط انا ضد اللي والله تقعد تبالغ وتعطي وتحط وتحط ديون هذه المتعلقة عاد لكن انك انت تحطين في بيتك تعطين زوجك تدعمين هذه اص صلا العلاقة فانتهوا في كثير خطابات قاعده تربك العلاقة الزوجيه المراه الان اصبحت تطلع وتشتغل الحياه اصبح فيها كماليات وفيها ترفيهيات بشكل كبير الترفيهي اصبح اساسي يعني مو بغلط لو حطيتي لعيالك شيء وشريت كذا حطيتي شيء في بيتك شريتي غرض (1:10:42) حلو لزوجك ترى هذه العلاقة الجيده هذا الشيء بخليه يدعم علاقته فيك اكثر يدعم علاقتكم مع بعض اكثر يقول هذه انا متكي عليها هذه موجوده معي داعمه لي ما راح يعتمد عليك بشكل كلي انت را قلتك يعتمد فيه انه يكون اساسيات البيت شايلها معطي ما هو بخيل ما هو بانث هازي عرفتيه في سنين من عمرك جربتبه عرفتي انه رجل كف عاطي يا بنت الحلال بيتك هذا حياتك هذه اهم علاقته في حياتك اهم استثمار الله بدا الخلق بعلاقه ادم وحواء وكانوا متشاركين في كل شيء في الامور هذه فيجيكوات بعض التمسك في بعض الافكار او بعض السلوكيات ترى هذه كلها تنتج فيها بعدين نتائج وخيمه (1:12:08) يقظه دائما رددتها في الحلقه كثير اكون يقظه انت ردتني اليقظه والاتزان اسسي كلها هذه لما انا القى نفسي بدافعيه العاطفه او بالجوع العاطفي الطبيعي اللي عندنا كلنا زي حكيتك احتياجات البشر الحب احتياج احب وتح لكن لما القى نفسي قاعد اعطي اعط بديت ازيد ازيد بديت افكر فيه اكثر من 80% بديت اخذ من طاقتي ومن جسدي ومن احساسني ومن تركيزي باقي ادواري اكثر هنا اوقف بريك هذه علامات خطر علامات خطر مؤشر انذار قلل منسوب الافكار المتتاليه لدماغك حول هذا الشخص عزز ادوارك واهدافك الحياتيه ما في شيء ينقذك من اي وهن نفسي الا خلق هدف ترى (1:12:55) ما انت فلسف ك خصين هدف انت موجود في الدنيا الله كاتبها في القران خ ما في انسان مخلوق بدون هدف يا هدف في التربيه لاولادك يا هدف التربيه يا هدف لك انت في انجازاتك الشخصيه يا هدف في في انك تعدد علاقاتك وتطلع وتشوف تزود علاقاتك مع اهلك مع اللي حولك مع اقاربك وات ايفر اهتمامات جديده الحياه مليئه بالجمال الدنيا كلها مو بفرد يا سلام وك اهداف تتنوع بين هدف قصير المدى متوسط المدى بعيد المدى كلام يسمى بذهب ما شاء الله عليك الله يسدك طيب في سؤال اتوقع ان الكل انتظره ام كيف افك التعلق انا امننت بالله سمعت كلامك دكتوراه وعرفت اني شخص متعلق متعلق تمام وعارف ان (1:15:06) يسمونه ثلاث اربع العلاج الوعي اللي هو انك تعرف بالمشكله ايوه فهو عرف وين المراحل بعدين ابدأ ادخل معه في الجذور اللي خلته يتعلق اوقات تكون فاقد طفوله اوقات يكون بسبب جانب من الثقه بالنفس نازل عنده فلقى القبول عند هذا الشخص تشبث فيه او كي اوقات ممكن يكون جانب من جوانب الرغبه في الحصول على الشيء عرفت الفكره يعني اوقات ترى هو مو بتعلق هو حاله من التنافس النفسي وان قلتك تو اوقات الرجل يكون عنده التنافس للوصول الى الشيء شيء صعب المنه اقولك انتم يعني غالب الرجال تشوفهم يحبون الكوره اكثر من البنات مثلا الفوز والخساره البلوت (1:15:50) الالعاب اللي فيها جيمز الاشياء اللي فيها فوز وخساره المراه تشاركيه العابها اول وهي طفولتها حتى لما تكبر تشاركيه فالرجل دائما يحب يفوز بالاشياء حتى انتم رجال تشوف في مجالسهم وانا اثبت لك وانا مرهانات وانا اثبت لك ولا كلامي صح فيه دائما اثبات اثبات لاني انا صح انا بفوز واوريك وبجيب لك مصدر وكذا وكذا موجوده فعاده الرجل بجيك يوصل لحاله معينه لما يتعلق في شخص هو يتعلق مو لانه حب فوز ام اه وكثير نسمعها الحالات لين طيحها في شباكه وحببتها بد عاد خلاص سحب علق ايوه صحيح فهذه حاله من حالات التعلق للوصول الى شيء هو يبني يثبت لنفسه شيء بس (1:17:21) نفسه كويس هل انا احتاج اعطيه اسئله مباشره وغير مباشره اوقات يكون سهل الشخص يعرف الاسباب اوقات يكون شيء في العقل اللاواعي اصلا اشياء موجوده مضموره في الدماغ فنحاول ان الشخص ما يعرف انه اوقات ترى ما لها سبب الا شيء واحد ش هو مفهوم الحب يحس ان الحب لازم اموت كذا انا الحب الحين كذا الحب اني اموت سرقني مادريت ان سرقني مادريت ان بالضبط ها حاله الدراما هذه قلت لك انا في حالات تجيني اقول انت انت مستمتع في حاله اللي انت فيها انت مبسوط انك انت مبسوط انك ميت حب انت مبسوط انك الحين واو حبيب خلص من حاله وتعال والله يجون عقب قسما بالله يجون عقب هم نعم نعم (1:18:40) الى المستحيل خلاص هذه هي هو قرار هذ هذه قرار طيب امنى بالله عرفنا الاسباب خلاص انا عرفت السبب مه بعد ما نعرف الاسباب نبدا عاد نشغل هنا على اداره الفكره ما انتقلنا انا واياك اللي هي فكره مشاعر سلوك تكرر عاده صح نبدا نشغل على الفكره نبدا ناخذ تنبيهات ل او نسترشد للمدخلات لدماغك هنا دماغك لازم يكون



تروح بك بعيد العاده او السلوك لما احنا نقول التعلق في سلوك مثلا ايه سلوك يجربها بجرب اتعاطى وين تروح مره ثانيه جربت المره الاولى ما جاني شي يجرب مره ثانيه مره ثالثه والله انبسط روقت مره وتروح ام بنبسط اكث بنبسط خلاص وتروح هذه في السلوك تعلق بالافكار فكره (1:26:42) زي ما قلت لك تولي ابو كوب قهوه وشاي ويتخيلها ويسمع ما ادري ش يسمع يقعد يسمع ذا يحس بنشوه شعور جيد يكررها كل شوي يعيدها كل شوي تزوجها بدأت المرحله الثانيه من العلاقه الزوجيه الادراك يبدأ يسترجع هذه الحاله من العلاقه او النشوه العاطفيه يدورها برا ابعيد البدايات ويزيد يزيد ويزيد صير تعلق في سلوك مثلا فهمت الفكره لازم الواحد يكون يقض لنفسه لازم لازم تعرف وين الشعور يسمونها الله سبحانه وتعالى يعني ذكر انه النفس الاماره بالسوء النفس المطمئنه النفس اللوامه وحده بس اللي مرتاحه ها اثنتين يبيلهم جهاد ها هذه هي وذكر في نفس الوقت للانسان وعلى نفسه (1:28:07) انا في نقاط قوه انا استحق الافضل انا مو مفروض الهث واجري ورا شخص وهو قاعد في مكانه فهمت الفكره انا امشيك خطوه تمشيلي خطوه تقرب لي واقرب لك طيب هل الموضوع يحتاج نفس التمارين او لا لا هي تتغير وع زي ما سالتني هذا السؤال قبل شوي خلي كمل لك فيه انه اوقات ترى فريده العلاقه تختلف شخص عن شخص يختلف فريده الع صعبه احنا نعمم الان خطط علاجيه تناسب الكل احنا نقول قاعد اقول لك الان الخطط بشكل عام ترى ف بالضبط فاحنا فرد عن فرد يختلف هذا رقم واحد رقم اثنين القرار القرار قرارك هل هو نسبته عاليه وجاد انت في هذا القرار وماشي صحيح ومامن ومسلم ان (1:28:52) شاء الله انك بتمشي على هذا بس تبي احد يدلك الطريق ت تمشي اذا كان قرارك لا مهلهها زي زي حتى اللي متعاطي يجيك يمر بمرحله حنين اصلا عرفت صح فمممكن يصير في منعطف تقول من ستعين بالله الله يعينه بس هذا الكلام طيب قبل ما نروح للسؤال الاخير يمكن وصلنا قربنا نخلص احنا كل ضيف عندنا يجي يكون معه شيء يا مثلا صورته او كتاب او رساله فانا وصلتي رساله لك ودي اشغلها يعني بعد اذنك رساله صوتيه السلام عليكم ورحمه الله وبركاته لا اله الا الله شاكرين لكم الاستضافه وانا راح اتكلم في نقاط سريعه عن ابنتي الهنوف فكانت ابنتي مختلفه عن بنات جيلها (1:30:38) وهذه المشاهدات حجه ل لا حجه عليها وا استودعناكم الله هذه الوالده مسي عليرا نور بنت محمد الله يطول في عمرها ويجعلها نخر وتاج فوق راسي يا رب وضي عيوني يا رب يا كريم معلم الاول يعني الصبر ماما الصبر امي الطاقه الجهد التحمل العطاء للوصول الى شيء امي يعني ما اقدر اقول غير انا رجعت طفله وانا اتكلم الحين فهي امي يعني كثر ما اسمع منها اي كلمه هي اللي وقعها يكون مؤثر عليه ما في حد بيبك احسن منها الا والديك يعني فالله يطول في عمرها ويديمها فوق راسي ان شاء الله نوره بنت محمد يعني فوق اي تعبير او كلام طبعا ولا يهون الوالد ابو محمد عبد