

#70



فاهم

عقلك

على وضع الطيران!

الشيخ / أمجد سمير

موجز حلقة

سلسلة لازم تتحرر (٥): التحرر من التشتت، مع الشيخ
أمجد سمير

🕒 يُقرأ في ١٥ دقائق

٢٥ يوليو ٢٠٢٥

فاهم

📖 الشيخ أمجد سمير

اسمع الحلقة كاملة أو اقرأ النسخة التفاعلية

mujaz.co/faahem-taharrur-5-tashattut



أول حاجة بيصححها الشيخ إن **التشتت نسبي: ما ينفعش تقول «ده شتتني» غير لو عارف شتتتك عن إيه**. فإللي بلا هدف ما عندوش تشتت أصلًا. وبعدين مفاجأة لغوية: **الشرع ما استعملش كلمة «تركيز» ولا مرة**. حظ لكل عبادة ضدًا مفضلاً على مقاسها: خشوع، وتدبر، وفكر، وتدقيق. الأسباب ثلاثة في النص: **الانغماس في اللغو، والانغماس في الدنيا، والفقر اللي ينسيك**، وعليهم رابع معاصر هو اقتصاد الانتباه بالـinfinite scroll وFOMO والـbrain rot. والعلاج ببدا من جوّه مش من برّه. لأن اللي بيحركك للمشتت رغبة داخلية، والسؤال هو: بتشبعها ولا بتديرها؟

الأفكار الرئيسية

١. «مشتت» جملة ناقصة: مشتت عن إيه؟ ▶ 2:57

أول تصحيح في الحلقة، ومبني على قاعدة بسيطة: **ما ينفعش تقول إن حاجة شتتتك إلا لو انت عارف هي شتتتك عن إيه**. والنتيجة إن التشتت نسبي: نفس الفيديو ممكن يكون في صميم شغل واحد ومشتتًا لواحد تاني. واللي مالوش هدف أصلًا، مش مشتتًا، هو بس فاضي.

٢. المفاجأة اللغوية: الشرع ما قالش «رّكّز» ولا مرة ▶ 3:49

الجملة اللي الحلقة كلها اتبنت عليها. «رّكّز في صلاتك» جملة صحيحة المعنى، **لكنها مش الجملة اللي في النص**. الشرع حظ لكل حالة لفظًا مفضلاً عليها، والشيخ بيقول إن اللفظ المفصل دايمًا أدق وأقرب للواقع من اللفظ العام المظايط.

٣. لفظ «الشتات» نفسه موجود في القرآن ▶ 5:59

مش بالمعنى اللي الحلقة بتناقشه، لكن الجذر موجود: ﴿يَوْمَئِذٍ يَصْدُرُ النَّاسُ أَشْتَاتًا﴾ [الزلزلة: ٦] يعني متفرقين، و﴿إِنَّ سَعْيَكُمْ لَشَتَّى﴾ [الليل: ٤]. والمعنى المعجمي للتشتت بيدور كله حول التفزق، سواء في الأفكار أو في الهمم أو حتى في المشاعر.

٤. ليه اللغو مذكور بين الخشوع والزكاة؟ ▶ 12:08

ملاحظة على ترتيب الآيات: الصلاة والزكاة في القرآن بيحوا لازقين في بعض دايمًا تقريبًا، إلا في أول سورة المؤمنون: ﴿الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ. **اللغو اتحط بينهم**، والشيخ بيقرا ده على إن الانغماس في اللغو هو اللي بياكل الخشوع.

٥. الصور بتنطبع في القلب قبل ما تدخل الصلاة ▶ 13:27

المعنى اللي عند ابن القيم وابن الجوزي: انت طول اليوم بتشوف وتسمع، وكل ده **ينطبع في القلب**، وبعدين تكبر وتلاقيه بيرجع لك جوّه الصلاة. فالخشوع مش بيتصنع عند تكبيرة الإحرام، هو حصيلة اليوم كله. ودي دايرة في الاتجاهين: اللغو بياكل الخشوع، ومن ذاق الخشوع عزف عن اللغو.

٦. ٢٣ دقيقة عشان ترجع لنقطة التفكير العميق ▶ 17:23

الرقم اللي بيغيّر حساب الإشعار الواحد. مش المسألة إن الإشعار خد منك ثلاث ثواني، المسألة إنه طَلَعَك بِرّه حالة التفكير العميق، والرجوع لها بياخد ٢٣ دقيقة في المتوسط. والشيخ بيسحب ده على الصلاة: الحالة الإيمانية اللي بين الأذان والإقامة هي نفس المنطق، وإخراج التليفون من الجيب بيلغيها.

٧. حكاية المسعف الي ما سمعش القطار ▶ 22:32

بيحكي عن مدرّب إسعافات أولية عالج حالة لواحد وقع بين عربيتين في قطر أبو قير بالإسكندرية، ودخل في تركيز خلّاه ما يسمعش القطار الثاني وهو بيصغّر ويولّع أنواره، لدرجة إن واحد اضطر يشدّه ويرميه برّه، وييربطها بقاعدة الإسعاف الأولى «أمن قبل ما تسعف»، وبأحوال السلف الي كانوا بيوصلوا لنفس الانعزال في الصلاة.

٨. أول سبب: الانغماس في اللغو ▶ 24:22

التلخيص الأول للسبب: انت منغمس في اللغو، فطبيعي تتشتت. والشيخ بيصرّ إن ده مش عن الملهيّات الرقمية بس، ده عن الملهيّات الحشّية كمان. ويبقف عند التحدي الجديد: نصيحة «وليسعك بيتك» (من حديث عقبة بن عامر عند الترمذي، وقال: حسن) كانت شغالة لما البيت كان خاليًا من الملهيّات، إنما دلوقتي انت في أوضة النوم والملهيّات معاك، وفي الحرم معتكف وهي في جيبك.

٩. ثاني سبب: الدنيا نفسها، وكل ما تكبر تشتت أكثر ▶ 27:22

الحديث اللي فيه اللفظ صراحة: «من جعل الهموم همًا واحدًا، همّ آخرته، كفاه الله همّ دنياه، ومن تشعبت به الهموم في أحوال الدنيا لم يُبالِ الله في أي أوديتها هلك» (رواه ابن ماجه عن ابن مسعود، وحكم عليه الألباني بأنه حسن، وفي إسناده مقال). ولاحظ إن النصّ ما قالش «همّك الآخرة وشوية دنيا»، قال همًّا واحدًا.

١٠. مين أكثر تحررًا، الغني ولا الفقير؟ ▶ 29:19

سؤال كان بيسأله للشباب، وإجابته الفقير. السبب مش زهّدًا، السبب حسايي: الغني غرقان في بنود، وغياب تفصيلا من أي بند بيعكّر عليه. بند العربية لوحده فيه بنزين وكاوتش وميكانيكي وكهربائي وتكييف، وأي واحد فيهم يختلّ يدخل معاه الصلاة. الفقير عنده بند واحد: يوصل.

١١. ثالث سبب: الفقر اللي ينسيك ▶ 34:36

الطرف الثاني، وببسميه بلفظ الحديث «فقرًا منسيًا»، من قوله ﷺ «فهل تنتظرون إلا فقرًا منسيًا أو غنى مطغيًا» (رواه الترمذي وقال: حسن غريب، وضعّفه بعض أهل العلم). الضيق الشديد بيشتتك عن الآخرة زي الغنى بالظبط. وابن الجوزي بيجمع الطرفين في صيد الخاطر: «فينبغي للعاقل أن إذا رُزق قوتًا، أو كان له موادّ، أن يحفظها ليتجمّع همّه»، ثم «وليقتنع بالقليل، فإنه متى سَمَتَ همّته إلى فضول المال وقع المحذور من التشتت».

١٢. ليه قبل النبي ﷺ مال أي بكر كله ورفض من غيره؟ ▶ 35:01

أبو بكر جاب ماله كله، وقال «أبقيت لهم الله ورسوله»، والنبي ﷺ قبل (رواه أبو داود والترمذي، وقال الترمذي: حسن صحيح). وصحابي ثاني جه بذهب فأعرض عنه. ومما قاله العلماء إن النبي ﷺ علم من حال أي بكر وأهله اليقين والتوكل. فالضيق مش هيفسدهم، وما علمش ذلك من الآخر. يعني المسألة فيها فقه، والحلقة مش بتدعو للشحاة.

١٣. الجنة درجات، وعشان كده دايرة المباح واسعة ▶ 38:57

رد على اعتراض «طب ده مش ضد الفطرة إني أطور نفسي؟». المنطق: من رحمة الله إن الجنة درجات، ومن رحمته إن دايرة المباح واسعة، عشان تظهر المنافسة. واللي يبني جسمه في الـ gym يسيب الـ junk food مش لأنه حرام، بس لأن عنده هدف. فالتفاضل مش في حجم الفعل، هو في حجم الترك.

١٤. سبع ساعات شاشة في اليوم يعني تلت العمر ▶ 45:22

الحسبة اللي بيبني عليها الجزء الثاني: متوسط الـ screen time حوالي سبع ساعات، يعني تقريبًا تلت اليوم. لو الطفل مسك التليفون في ١٣ وعاش لـ ٦٣، يبقى خمستاشر سنة صافية. مش فيها نوم ولا أكل. والشيخ بيقول إن الأصعب مش دي: الأصعب إن الشاشة ما سابتش باقي العمر سليمًا تنتج فيه، هي شوشته كمان.

١٥. الفص الجبهي بيكتمل متأخر، والشاشات بتعطله ▶ 49:20

الجزء الطبي: الانتباه المستمر واحد من الوظائف التنفيذية للمخ، ومسؤول عنها الفص الجبهي، والطفل بيتولد وهو لسه غير مكتمل النمو. والشيخ بيقول إن التعرض المبكر للشاشات بيحدث خللاً في نموه وبيفسر انتشار حاجات زي ADHD. والمنشور في الأبحاث ارتباط مرصود، مش سببية مثبتة. ومن هنا جت دعوات تأجيل الهاتف لسنّ متأخر ومدارس بلا تليفونات.

١٦. عقلية القرد: تنظ من غير هدف، بس مستمتع ▶ 54:05

مصطلح monkey mind: القرد بينظ من شجرة لشجرة لا لهدف، للمتعة بس. بدليل إنه ممكن يرجع من حيث جه. والشيخ بيقول إن ده بالظبط اللي المحتوى القصير عمله فينا: تقعد ثلاث ساعات، وتسال نفسك عملت إيه، فالإجابة ولا حاجة.

١٧. brain rot: كلمة سنة ٢٠٢٤ عند Oxford ▶ 55:23

الشيخ قال إن المصطلح من الثمانينات، والموتق إنه أقدم من كده بكثير: أول ورود له سنة ١٨٥٤ عند Walden في Thoreau. واللي حصل سنة ٢٠٢٤ إن Oxford اختاره كلمة العام بعد تصويت عام. وتعريفه عندهم ببداً بكلمة «المفترض»: التدهور المفترض في الحالة الذهنية بسبب الإفراط في محتوى تافه. والشيخ بيقول إنه كان بيسمّيها لنفسه قبل ما يسمع المصطلح: الكسل العقلي.

١٨. اقتصاد الانتباه: انت السلعة، مش الزبون ▶ 60:06

الفكرة اللي بتفسر كل اللي فات: الانتباه بقى مورد بيتاجر فيه، والمنصات بتتنافس على وقتك لأن وجودك عليها هو الإيراد. والشيخ بيسوق رقمًا لحجم الإعلانات الرقمية عشان يوضح المقياس. النتيجة إن تصميم المنتج مقصود، مش صدفة.

١٩. الـ infinite scroll، وإيه اللي بيعمله بيك ▶ 61:24

المقارنة اللي بتوضح الفكرة: كام مرة في حياتك وصلت للصفحة الخامسة في Google؟ غالبًا ولا مرة، لأن نهاية الصفحة بتديك إحساس بالإنجاز فتقف. الـ feed مالوش نهاية، فما فيش لحظة تقول فيها «خلصت». وبيضيف إن تيك توك تحديدًا بقى يحفز البث المباشر بالليل، عشان الوقت الوحيد اللي بتخسرك فيه هو نومك.

٢٠. FOMO: أنت مش بتتفرج، انت خايف يفوتك ▶ 70:34

المصطلح أصله في التسويق: fear of missing out. والشيخ بيشرح آلية استعماله بنظامي التفكير: النظام اللي بيجمع بيانات ويحلل ويقرر، والنظام اللحظي اللي بياخد القرار بأقل مجهود. وشغل جزء من التسويق إنه يطفي الأول ويشغل الثاني بجملة زي «العرض هيفلص النهارده». ونفس المحفز شغال وانت بتفتح الفيسبوك الساعة اتنين بالليل.

٢١. multitasking مش ميزة، هو عدو الإنتاجية ▶ 76:27

الجملة اللي بيقلوها الناس في الinterviews بقت محسوبة عليهم. السبب إنك مش هتوصل لنقطة التفكير العميق في ولا مهمة منهم، فالجودة بتنزل والإنتاجية بتقل. والاستثناء الوحيد إن تكون إحدى المهمتين بلا مجهود ذهني، وده بالظبط اللي كان ابن الجوزي بيعمله (والشيخ تردّد بينه وبين النووي، والأثر لابن الجوزي في صيد الخاطر): يؤجل بري الأقلام وترتيب الدفاتر لوقت الضيف، ويحفظ الذهن للتصنيف.

٢٢. الفقهاء: سبب الجماعة لو عندك مشنت ▶ 83:52

أقوى دليل على إن الشرع بياخد المسألة بجديّة. البهوتي في كشاف القناع بيكره ابتداء الصلاة حافئاً أو حاقباً أو تائفاً لطعام أو شراب، ثم يقول: ويبدأ بما تاق إليه ولو فاتته الجماعة. والحنابلة يرون الجماعة واجبة. يعني قدّموا تحصيل الخشوع على واجب. والأصل الحديث «لا صلاة بحضرة الطعام، ولا وهو يدافعه الأخبثان» (رواه مسلم عن عائشة، وهو صحيح).

٢٣. المزمّل: ليه قيام الليل مشروع بالليل؟ ▶ 86:53

قراءة للسورة على إنها إدارة مشنتات: ﴿إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْأً وَأَقْوَمُ قِيلاً ۖ إِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلاً﴾. النهار فيه سبوح طويل، يعني مشنتات، فالعبادة دي اتحطت في الوقت الفاضي منها. وفي نفس الآيات ﴿وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً﴾: اقراه على مهل عشان تعيش معاه، و﴿وَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلاً﴾: انقطع.

٢٤. الخلوة النهارده لازم تكون رقمية كمان ▶ 89:03

التنبيه اللي بيكرّره: «ما تقوليش أنا معتكف في المسجد والsmartphone في جيبي». مش إن الاعتكاف باطل، لكن حقيقته لم تتحقق. وابن رجب عزّوها بإنها قطع العلائق عن الخلّاق، فلو معاك واتساب وتيليجرام وتعليقات، فين العلائق اللي اتقطعت؟

٢٥. المحفّز الحقيقي جّواك مش برّاك ▶ 91:11

النقطة اللي بيتحوّل عندها الكلام من الأسباب للعلاج. لو المشنتات هي السبب، ليه واحد يتشتت ٢٠% والثاني ٨٠% وتالت صفر والمشنتات واحدة؟ لأن اللي بيحركك للمشتت رغبة داخلية: غضب أو زهق أو اكتئاب، أو هدف غير واضح. وأقوى مثال على العكس حديث عائشة لما ذكر الحشر حفاة عراة غرلاً فقالت: ينظر بعضهم إلى بعض؟ فقال «يا عائشة، الأمر أشدّ من أن ينظر بعضهم إلى بعض» (متفق عليه).

٢٦. الغزالي كان بيعمل time boxing من تسعة قرّون ▶ 102:33

أطرف مفاجأة في الحلقة. الفرق بين to-do list وtime boxing إن الأولى بتسيب اليوم مفتوحاً فتسوّف، والثانية بتحجز الشغل في مربّع زمني. والغزالي في «بداية الهداية» يقول بالنص: تعيّن لكل وقت شغلًا لا تتعدّاه ولا تؤثر فيه سواه. وهو أصلاً بيخاطب واحدًا بيصلي ويقرأ قرآن، يعني حتى الأوراد محتاجة جدول.

الشرع ما قالش «ركّز»، قال أربع كلمات تانية

١. في الصلاة: خشوع

مش «ركّز في صلاتك»، ﴿الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾. والآية اللي بعدها على طول هي طريقة تحصيله: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ﴾. يعني الخشوع بيتصنع بّره الصلاة. في اللي بتشوفه وتسمعه طول اليوم، لأن الصور دي بتنطبع في القلب وبترجع لك بعد التكبير.

٢. في القرآن: تدبّر

الذهن يبروح للتدبّر لوحده، وده مش صدفة. وفي المزمّل الأمر جه بالكيفية مش بالنتيجة: ﴿وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا﴾، اقراه على مهل. والترتيل مش تجويدًا بس، هو السرعة اللي تخلّيك تعيش مع الآية بدل ما تعدّي عليها.

٣. في الذكر: فكر

المصطلح اللي استعمله العلماء مش «تركيز» في الذكر، هو **التفكّر في معنى الذكر وانت بتقوله**. والشيخ بيدي المثال المؤلم: تسلم من الصلاة وتفضل تقول سبحان الله سبحان الله وانت بتقلّب في التليفون. فلا احترام للذكر ولا فكر فيه.

٤. في العلم: تدقيق

اللفظ اللي بيميل له، وهو للإمام الشافعي: «**من تعلّم علمًا فليدقّق فيه، لئلا يضيع دقيق العلم**» (ذكره البيهقي في مناقب الشافعي). يعني ما تاخدش المسألة من بّره، غوص فيها. والشيخ بيقول إن في ألفاظًا تانية عن السلف في نفس الباب، لكن ده أدقّها في وصف ضدّ التشتت في الطلب.

خطوات تطبّقها

- ✓ حدّد هدفك الأول. لأنّ التشتت نسبي وما ينفعش تقيس مشتتًا من غير ما تعرف بيشتتاك عن إيه
- ✓ قبل ما تصلّي، خلّص من المشتت الملحّ الأول: الفقهاء بيقولوا ابدأ بما تاق إليه ولو فاتتك الجماعة
- ✓ لما تحسّ برغبة تمسك التليفون، وقّف واسأل نفسك جاية منين، وشغّل timer عشر دقائق، والشيخ بيقول إنه نقلها ولم يجزّيها بنفسه
- ✓ شيل الموبايل من مجال نظرك مش من إيدك بس، لأنه بيستهلك طاقة ذهنية عشان تفضل مش منشغل بيه
- ✓ اقفل الإشعارات كلها وخلّي الدخول بقرار منك، لأنّ الإشعار اللي ما رحتش تشوفه بيشتتاك بنفس القدر
- ✓ استبدل to-do list بـ time boxing: حدّد لكل شغلة مربّعها الزمني، وده كلام الغزالي في «بداية الهداية» حرفيًا
- ✓ بلّغ اللي حواليك إنك في وضع تركيز، تجربة على ممرضات لبسوا سترة «ممنوع الإزعاج» نزلت أخطاء صرف الدواء بنسبة كبيرة
- ✓ خلّي لك حظًا من خلوة يومية ولو من المغرب في المسجد بتليفون مقفول، ودور على المسجد اللي محدش يعرفك فيه

اقتباسات تستحق الحفظ

«الرغبة اليي بتيجي لك، انت بتروح تشبعها ولا بتروح تديرها؟ إحنا بنروح ندير الرغبة، مش نشبع الرغبة.»

— الشيخ أمجد سمير

«وانتقش في القلب ما قد رأته العين، وفي الضمير ما تسمعه الأذن، وفي النفس ما تطمع في تحصيله من الدنيا.»

— ابن الجوزي

«وأوقاتك عمرك، وعمرك رأس مالك، فكل نفسٍ من أنفاسك جوهرة لا قيمة لها، إذ لا بدل له، فإذا فات فلا عود له.»

— أبو حامد الغزالي

«معنى الاعتكاف وحقيقته: قطع العلائق عن الخلائق للاتصال بخدمة الخالق.»

— ابن رجب الحنبلي

«أشتهي مكاناً لا يكون فيه أحد من الناس.»

— الإمام أحمد بن حنبل

مذكور في الحلقة

الـ ٢٣ دقيقة · الرقم المنشور في أبحاث Gloria Mark بجامعة UC Irvine هو ٢٣ دقيقة و١٥ ثانية، وهو **متوسط** العودة للمهمة بعد المقاطعة. الشيخ ساقه على إنه الحد الأقصى، والمنشور عكس ده: في مقاطعات بتأخذ أطول

brain rot · اختاره Oxford University Press كلمة العام ٢٠٢٤ بعد تصويت عام، وعُرفه بتدهور الحالة الذهنية أو الفكرية نتيجة الإفراط في استهلاك محتوى تافه على الإنترنت

حجم الإعلانات الرقمية · الشيخ ذكر رقم ٨٠٠ مليار دولار لسنة ٢٠٢٣. التقديرات المنشورة للسنة دي أقل، وبتتراوح بين ٦٠٠ و٦٨٠ مليار دولار حسب المصدر وطريقة الحساب. المقياس اليي بيتكلم عنه صحيح، والرقم بعينه محلّ خلاف

نسبة الأفعال اليي عادات · ذكرها هنا بحوالي ٧٠%، وذكرها في حلقة «التحرر من العادة» بحوالي ٤٠%. الرقم المنشور في دراسة Wood Kashy و Quinn سنة ٢٠٠٢ هو حوالي ٤٣%

سنّ الهاتف · منظمة الصحة العالمية عندها إرشادات لوقت الشاشة للأطفال الصغار، أما رقم الأريعتاشر سنة اليي ذكره فهو دعوة باحثين آخرين، أشهرهم Jonathan Haidt، ومنها حركة المدارس بلا هواتف

infinite scroll · صمّمه Aza Raskin سنة ٢٠٠٦، وأعلن ندمه عليه علناً أكثر من مرة، وهو المصدر اليي بيشير له الشيخ لما قال إن اليي اخترعه ندم

نظاما التفكير · اللي سمّاه الشيخ «نظام أ» هو System 2 عند Daniel Kahneman: البطيء التحليلي اللي بيجمع بيانات ويقرّر. و«نظام ب» هو System 1: السريع التلقائي اللي بياخذ القرار بأقل مجهود. الاثنين في Thinking, Fast and Slow

قلّة الطعام والكلام والنامم والأنام · الأربعة اللي بنى عليها كثير من علماء السلوك طريقهم، والحلقة بتقف عند الرابعة تحديدًا: قلّة الخلطة

سترة «ممنوع الإزعاج» · رقم الـ ٨٠% راجع لدراسات صغيرة مبكرة لـ Tess Pape. تجربة عشوائية متعددة المراكز سنة ٢٠٢١ ما لقتش انخفاضًا معتدًا به في أخطاء الدواء، ودراسة ٢٠١٨ لقت إن السترة بتقلّل المقاطعات من غير ما تقلّل الأخطاء. الفكرة معقولة، والرقم مش محسوم

الجزء العملي كله تقريبًا من Indistractable · الشيخ ما سمّاش المصدر، لكن المصطلحات اللي استعملها بنصّها لـ Nir Eyal: internal triggers, hack back, للمحفزات الخارجية، وsurf the urge، وقاعدة العشر دقائق، وtime boxing

الشاشات وADHD · الارتباط بين وقت الشاشة وأعراض ADHD وبين فروق في نمو القشرة الجبهية مرصود في دراسات جماعية وتصويرية، لكن الباحثين أنفسهم يقولوا إن السببية غير مثبتة وإن الاتجاه العكسي وارد. «الشاشات بتدمّر الفصّ الجبهي وده سبب ADHD» أوسع من اللي في الأدبيات

أثر «سهلًا» · الشيخ نسبه لعمر، والزمخشري نسبه له في الكشف. لكن الزيلعي في تخريج أحاديث الكشف قال: «لم أجده إلا من قول ابن مسعود»، ولفظ ابن مسعود «إني لأمقت الرجل أراه فارغًا، ليس في شيء من عمل دنيا ولا آخرة»، وفي إسناده انقطاع. وعشان كده مش متحطّط في الاقتباسات

أثر الإمام أحمد · اللفظ المرويّ عن فتح بن نوح هو «أشتهي مكانًا لا يكون فيه أحد من الناس». الشيخ ساقه بمعنى «مكان لا يعرفني فيه أحد»، وهو معنى قريب لكنه مش لفظ الأثر

موجز.



النسخة الكاملة والتفاعلية — بالصوت والروابط

mujaz.co/faahem-taharrur-5-tashattut