

هذا الذي أحزنك تخلص منه وكن سعيداً

المهندس /
موسى باناجه

ملاحظة

- هذه النسخة لمعاينة بعض من صفحات من الكتاب قبل أن تقرر شراء نسخة الكتاب الورقية أو الالكترونية.
 - الكتاب خاص بتطوير النفس، وتنمية القدرات.
 - عدد صفحات الكتاب ١٥٧ صفحة، مقاس A5
 - سعر النسخة الورقية ٢٥ ريال سعودي (٦,٧ دولار).
 - سعر النسخة الالكترونية ٨ ريال سعودي (٢,١ دولار).
 - الكتاب متاح حالياً لدى فروع مكتبات تكوين في جدة والرياض، وقريباً سيكون بإذن الله في المكتبات الكبرى.
 - يمكن الحصول على نسخة من الكتاب عبر **متجر تكوين الالكتروني** tkweenonline.com.sa على الرابط التالي:
 - هذا الذي أحزنك (تخلص منه وكن سعيداً) – متجر تكوين
(tkweenonline.com.sa)
 - أو عبر الواتس آب الخاص بمتجر تكوين الالكتروني:
- +966 54 9090 293
- خدمة التوصيل لباب البيت عبر **أرامكس**.

جميع الحقوق محفوظة © ٢٠٢١ لموسى باناجه

www.MoosaBanajah.com

جميع الحقوق محفوظة

تكوين
COMBINATION

شركة تكوين للطباعة والنشر والتوزيع

جدة - حي مشرفة شارع التضامن العربي

إيميل: info@tkweenonlin.com.sa

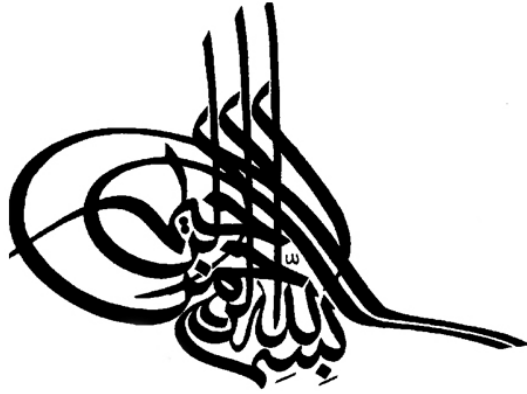
0 0 9 6 6 5 5 9 7 6 6 0 4 1

هذا الذي أحزنك! تخلص منه وكن سعيداً

المهندس/ موسى باتاجه

الطبعة الأولى

١٤٤٣ هـ - ٢٠٢١ م



(إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ)

الرعد ١١

ملاحظة

هذا الكتاب مصمّم بطريقة متسلسلة. فلا بد أن تقوم
بقراءة كامل الكتاب **بالترتيب** أولاً؛ لكي تفهم
الموضوع؛ قبل أن تُفهم غيرك.
وأرحب بأي نقد، أو تعليق، أو
أخطاء، بعد قراءة كامل
الكتاب، ليتم استدراكها في الطبعة القادمة بمشيئة الله.

المهندس/ موسى باناجه

مستشار إداري؛ محاضر ومدرّب

في الإدارة، والتنمية البشرية

www.MoosaBanajah.com

رسالتي لك

لا يمكن لأي شيء أن يعوق مسيرتك وتقدّمك نحو تحقيق أهدافك وأحلامك، أو أن يجعلك أسيراً لقيوده بشكل دائم! أنت فقط الوحيد القادر على إعاقة نفسك بشكل دائم؛ من خلال تشاؤمك، وأفكارك السلبية. قد تقول لي بأن المرض، أو الفقر، أو الحبس، أو الإعاقة، أو الظروف المحيطة؛ هي العائق الأكبر نحو تحقيق أحلامك، لكن في الحقيقة؛ أفكارك، وقناعاتك السلبية، وسيطرتها على عقلك؛ هي العائق الأكبر لك. فإذا تمكنت من تغيير أفكارك؛ ستتغير قناعاتك، وبالتالي ستتغير حياتك، ويتغيّر كل شيء حولك تدريجياً حسب حُسن ظنك بالله تعالى.



تمهيد

ليس هناك ليلٌ إلا وبعده نهار، وليس هناك ظلامٌ دامس إلا وبعده شمسٌ تشرق، فما بعد الحزن إلا السَّعادة، وما



بعد الفشل إلا النَّجاح،
وما بعد العاصفة إلا الهدوء،
وهذه سُنَّةُ الله في الخلق.
فإن استسلمت لواقعك

السَّلبي ونظرتك السَّلبية للأشياء؛ ستصبح أسيراً لنفسك طيلة حياتك بناءً على ما تعتقده في داخلك. أما إذا كنت تحلم لكي تُخلق عالياً في سماء النَّجاح كالصقور؛ فاستثمر في عقلك، وتابع أحلامك، واعمل جاهداً حتى تحققها، وواجه التَّحدِّيات بالتَّوكل على الله، ثم بالعزيمة والصبر. واعلم بأنَّ ماضيك قد ذهب وانتهى، ولكن المستقبل لازال مشرقاً أمامك، وأن حياتك وسعادتك وتحقيق أحلامك هي بيدك أنت وليست بيد غيرك، وأن الحياة تجارب

وتحدّيات، فعندما تفشل وتحاول النهوض ستصبح أكثر
قوة وخبرة، وعندما تتألم وتصبر ستصبح أكثر حكمة،
وعندما تبتسم ستصبح أكثر تفاؤلاً، فكن مبتسماً من الآن،
وأحسن الظن بالله تعالى دائماً في كل حال، وكل توقع،
وكل بلاء، وكل شر.



شكر وتقدير

أود أن أتقدم بالشكر الجزيل لجميع من شارك في مراجعة هذا الكتاب، وإبداء الرأي والملاحظات الفنية والشرعية حتى تم إخراج الكتاب بالشكل المطلوب؛ لمحاولة مخاطبة عقول معظم الناس بقدر المستطاع، لأنّ **العقول درجات في الفهم والحفظ والإدراك**. كما أنني شاكر ومقدّر لجميل زوجتي الحبيبة في صبرها أثناء تألّيفي لهذا الكتاب، والذي كان الغرض منه هو تقديم النصيحة لكل من أرادها من باب خبرتي وتحدياتي في الحياة؛ من أجل مساعدتهم في مواجهة تحديات العصر الحالي: **عصر العقول والذكاء الاصطناعي**.



وداعاً

قبل أن تقرأ هذا الكتاب لتعرف ما هذا الذي أحزنك،
وجعل حياتك مليئة بالقلق والاكتئاب، والحزن والهموم
والمشاكل، والأمراض النفسية، وكيف يمكنك أن تتغلب
عليها لتكون سعيداً في حياتك، وتُغيّر من واقعك الحالي،
وتحقق معظم أحلامك بغضّ النظر عن وضعك الحالي،
هويتك، عمرك، جنسيتك، وما حدث في ماضيك؛ قل

معي: **وداعاً**.



وداعاً للحزن والاكتئاب،
والحقد والغيرة والحسد،
وداعاً للهموم والأمراض
النفسية. وداعاً لمشاكل

العمل والمشاكل الاجتماعية.

لقد عرفت سبب مشكلتي وسأعيش سعيداً بإذن الله.

ماذا قالوا؟

فيما يلي نماذج قليلة من بعض رسائل الشكر التي استلمتها من خلال البريد الإلكتروني ورسائل الجوال كما هي، حسب اللهجة العامية، لبعض الأشخاص الذين تواصلوا معي وساعدتهم في التخلص من أعراض "هذا الذي أحزنك"؛ من خلال المراسلة، وذلك بعد تجارب استمرت أكثر من خمسة أعوام قبل تألّفي لهذا الكتاب:

شاب كان يعاني من اليأس:

تكفيني معرفة إنسان بشخصيتك وأسلوبك، رسائلك غيرت حياتي بالكامل.



فتاة كانت تعاني من الحزن والاكتئاب:



السلام عليكم، أشكرك كثيراً، ولا يوجد الآن لدي ما أقوله إلا الشكر. وفعلاً لمّا قرأت رسالتك شعرت بارتياح كبير، وثقة أكبر في نفسي. كلُّما أقرأ كلمة أو سطرًا

أشتاق لمعرفة المزيد مما سيكون في الكلمة التي بعدها، أو السطر التالي من غير شعور.

هذه أول مرة أشعر بارتياح بهذا الشكل عندما عرفت سبب مشكلتي، وثقتي بنفسي تزداد وتزداد.

شكراً كثيراً يا أستاذ موسى، والله يجزيك كل الخير، وفي أمان الله.

شاب كان يعاني من الإحباط في العمل:

مررت بتجارب كثيرة خلال سنوات العمل التي قضيتها



في الشركة، فلم أجد اليد
المساعدة أو المشجعة أو
الدّافعة لي إلى الأمام؛
بل كانت يداً قاسية تعرف

كيف تُحبط العزيمة، وترجعك إلى الخلف بقوة. فقلت في
نفسي لا بد أن أجاهد، وأعمل لعلي أحقق بعض ما أتمنى.
فابتكرت بعض الأشياء التي رجعت بفائدة كبيرة للعمل،
ولكن للأسف، لم يكن لها صدى صوت يُسمع، وإنما باتت
في طي النسيان. لم أذكر ما ذكرت لي سابقاً إلا أنني
أردت أن أقول إنني وجدت نفسي الآن بين يدي من
يرعاني باهتمام، وقلب يحتضنني بصدق؛ بالرغم من
أنني لم أقدم له شيئاً، شخص رائع يهتم بالجميع، ويوجههم

نحو العمل الأفضل. شخص يعلمني ويدفعني إلى الأمام،
وانتشلني بقوة بعد أن كدت أن أتطم.
رجل يسعدني أن أقف أمامه وأقول له بكل معاني الحُب
الصادق: (شكراً يا مهندس/ موسى).

فتاة كانت تعاني من الاكتئاب وأمراض مستعصية:



كنت مثل أي بنت تحلم بالسَّعادة،
لكن بنات الدهر والمشاكل
التي تعترض أي إنسان لم
أستطع تحمّلها.

كرهت الدنيا، وأضعتُ كل
أحلامي بسبب خطيبي الذي تركني، وأثر هذا على
صحتي ونفسيّتي، وصرت مكتئبة ومريضة بداء الربو

منذ خمسة أعوام -عافى الله الجميع-، وصرت إنسانة عصبية، ومدمنة أدوية.

لكن منذ أن تعرفت عليك، وتراسلت معك، وشرحت لك مشكلتي ومرضي؛ تبدلت حياتي.

فبفضل الله ثم بفضلك وضعت قدمي على الطريق للتغيير، وشعرت بتحسن كبير، ونفست الانحناء والغبار والخضوع للمشاكل عن نفسي.

والآن أنا في بداية الطريق، ويوجد لدي في داخلي قوة ورغبة في التغيير.

أشكرك أخي موسى وأتمنى لك التوفيق.

فتاة كانت تعاني من الفقر (مترجم بالعربي):

لقد كانت الحياة بالنسبة لي مثل الغابة، الوحوش الكبيرة تأكل الطيور الصغيرة. نحن في روسيا هنا

ضعفاء، فقراء، لم يكن لدي أي هدف في الحياة قبل مراسلتك، لقد ساعدتني كثيراً رغم أنني لم أقدم شيئاً لك. لقد وضحت لي طريقي في الحياة، بعد أن أفتلت جميع الأبواب أمامي؛ ولم يكن لي إلا باب واحد لكي أعيش منه مثل كثير من البنات، وهو أن أقبل المتاجرة بجسدي لتلك الوحوش الضارية. وأنا أشكر الرب بأن عرّفني بك قبل فوات الأوان، واعتقدت بأنك ملك نزلت من السماء لتتقذني من تلك الوحوش وتأخذ بيدي، لأنني لا أعتقد بأنه في هذه الحياة يوجد أشخاص يقدمون العون والنصيحة بدون مقابل. لقد استفدت كثيراً من مراسلاتك ودروسك، وعرفت ما هي قيمتي الآن، وأصبحت مديرة مبيعات في إحدى المعارض في دبي، براتب ألف دولار في خلال عامين من التراسل معك، بعد أن كنت أعمل في بلدي براتب خمس دولارات، ولن أنسى جميلك مدى الحياة، فشكراً للرب كثيراً، ثم شكراً لك.

زوج كان يعاني من مشاكل عائلية:

أستاذي القدير؛ قرأت رسالتك، ولا أخفيك أنني قرأتها أكثر من مرة، وقد استمتعت كثيراً لأنها أيقظتني من الداخل، وجعلتني أعيد نظرتي لأبنائي وزوجتي، وقبل ذلك لنفسي. فقد فتحت أمامي آفاق رحبة للتفكير، وقبل ذلك لحسن الظن بالله. فأسأل الله أن يثقل موازينك بالحسنات، وأن يقر عينك بصلاح أبنائك.

امرأة كانت تعاني لإيجاد حل لمشكلتها النفسية:

إلى حضرة المستشار المهندس/ موسى، الله يوفقك و يجزيك الجنة، ويجعله بموازين حسناتك. أنا مو عارفه كيف أشكرك، وكيف أعبر عمّا بداخلي. من شهور و سنين، وأيام و أنا أكتب و أرسل رسائل إلى أخصائيين واستشاريين؛ ولكني لم أجد الرد من أحد سوى استشاري واحد، ورد عليّ بكلمتين فقط: (القرار قرارك)، وقد

يئست من هذه الكلمة ولم أجد رداً يثلج الصدر، وكنت
أنت أمني الوحيد بعد الله تعالى. وقلت سوف أكتب هذه
الرسالة ويا رب ألقى من يساعدي و يوجهني. سأجرب
هذه المرة بعد اليأس و المحاولات، والحمد لله وجدت
الرد اللذي يثلج الصدر. أرجوك لا تتركني، أنا بحاجة
شديدة لمن يوعيني و يرشدني.



الحياة لا طعم لها بلا أمل

الدُّنْيَا حُلُوَّةٌ خَصْرَةٌ

هل تصدّق بأنّ الدُّنْيَا حلوةٌ وجميلةٌ مثل المرأة الجميلة! ولكن بسبب "هذا الذي أحنّك"؛ فإنك تراها قبيحةً مظلمةً.

قال رسول الله ﷺ: (إنّ الدُّنْيَا حُلُوَّةٌ خَصْرَةٌ، وإنّ الله مستخلفكم فيها، فينظر كيف تعملون، فاتّقوا الدُّنْيَا واتّقوا النّساء، فإنّ أوّل فتنةٍ في بني إسرائيل كانت في النّساء). رواه مسلم.



المقدمة

من خلال قراءتك وفهمك لمحتويات هذا الكتاب سوف ترى الحياة وتحدياتها من نظرة أخرى مختلفة تماماً عن نظرتك الحالية لها؛ بسبب البيئة المحيطة، أو الانغلاق الفكري لبعض الناس الذين من حولك والذين يحاربون كل تطور، أو كل علم جديد.

ستتعرف على "هذا الذي أحزنك"، والذي سبب لك ولغيرك المشاكل في حياتك، وأدى إلى الطلاق، وتشريد الأطفال، وقطع الأرحام، والأمراض النفسية، ونشر الحقد والجريمة بين فئات المجتمع في بلدان العالم، وإهلاك الرجال والشيوخ؛ ولم يُكتشف أي عقار طبي يستطيع محاصرته أو التغلب عليه سوى طريقة واحدة في تناولك ومتناول كل شخص؛ وهي أن تفهم نفسك من الداخل، وتعرف كيف يعمل عقلك لتقوم بمحاولة تكسير

القناعات والمعتقدات الخاطئة التي تبرمجت في عقلك
و تُغيّر من طريقة تفكيرك.

فأفكارك تُجسّد واقعك مع مرور الأيام من خلال الصورة
التي ترسمها في عقلك (صورة الذات).



أنت ترى العالم وتُشكل حياتك و مشاكلك
من خلال الصورة التي ترسمها في عقلك

للعقول المُتَفَتِّحَة

إن كل إنسان ينكر ما أثبتته العلم الحديث في مجال عقل الإنسان وقدراته وطاقاته وقوانينه وترابطه بالكون، أو ينكر العلوم الحديثة، ويدّعي أنها غزو فكري وشرك ودجل، فهو إنسان عالم بعلمه الذي في رأسه، وجاهل بالعلوم الحديثة؛ بسبب قناعات فكرية نشأ وتربى عليها جعلت عقله محدود الإدراك والفهم.

قال تعالى: **(ذَلِكَ مَبْلَغُهُمْ مِنَ الْعِلْمِ)** النجم ٣٠

لأن الله تعالى قد خلق العلوم كلها، وسخر للإنسان كل ما في السماوات والأرض من كواكب ونجوم وبحار ومعادن وبهائم وثمار وغيرها؛ ليتفكر ويتعلم ويعمر الأرض، كما قال تعالى:

(وَسَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ)

فاكتشف علماء الغرب الكثير من العلوم وربطوها
بدياناتهم، بينما بعض الناس أخذوها كما هي من الغرب،
ولم يفصلوها عن دياناتهم وشركهم، فقاموا بتحريم هذه
العلوم بحجة أنها تخالف العقيدة بسبب محدودية علمهم،
فلم يعرفوا أن يفرقوا بين العلم وبين الدين، وهذا هو عين
الجهل بالشيء: وهو تصور الشيء على خلاف حقيقته،
بينما **العلم بالشيء**: هو إدراك الشيء على حقيقته.
والإنسان دائماً عدو لما يجهله، والله تعالى يقول: **(قُلْ هَلْ**
يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ) الزمر ٩



(وَمَا يَعْزُبُهَا إِلَّا الْعَالَمُونَ) العنكبوت ٤٣

ما مضمون هذا الكتاب؟

سأتحدث معك في هذا الكتاب عن "هذا الذي أحزنك"،
وأعراض الإصابة به، ثم عن بعض آيات الله في خلق
الإنسان وفي عقله البشري؛ لتفهم كيف تكونت جميع
المشاكل التي أنت فيها بسبب الإصابة بهذا الشيء،
وستعرف أين يوجد؟ وفي أي بحر يختبئ؟ وما هي قوته؟
وكيف جعلك أسيراً لمشاكلك طيلة حياتك؟ وستتعلم كيف
يمكنك أن تتغلب عليه لتعيش سعيداً بإذن الله.



سأوضح لك الكثير من المفاهيم التي جهلها الكثير من الناس بسبب سيطرته على عقولهم، وستعرف كيف يمكنك أن تحصل على ما تريد في حياتك بإذن الله؟ وكيف يمكنك أن تجد حلاً لمعاناتك؟ وكيف تجعل أحلامك تتحقق؟ وكيف تُحسّن وتطوّر من شخصيتك لتغيّر من أفكارك فتغيّر حياتك، وترى جميع الأبواب التي أُقفلت في وجهك قد بدأت تنفتح أمامك شيئاً فشيئاً بعد أن كنت لا ترى إلا جدراناً.

يموت الإنسان تدريجياً حينما يفقد الأمل بالله.
فليكن أملك بالله كبير!



ويبقى الأمل بالله شمساً لا تغيب

ما حصيلة الخبرة في هذا الكتاب؟

إن هذا الكتاب يحتوي على معلومات نتيجة خبرة واستثمار ذاتي في العقل؛ من أجل مواجهة تحديات وصراعات مع الحياة تزيد عن خمس وعشرون سنة. إذ تبدأ رحلتي منذ عام ١٩٩١ م، وهو العام الذي توفي فيه والدي وذلك بعد أربعة أشهر من تاريخ التحاقني بالجامعة، لينسدل فجأة أمام بصري ستارٌ أسود بلغت سماكته سنة كاملة في حياة مليئة بالحزن والقلق في



داخل قلبي، لأبدأ بعد ذلك في صراع داخلي مع نفسي ومع "هذا الذي أحزنك"؛ كي أتخذ القرار النهائي

في مواجهة تحديات الحياة، وهو إما الاستسلام للتحديات وإقناع نفسي بأن الراحة والسعادة ستكون في الانتحار بالغرق في البحر؛ ما دمت قد فقدت أبي الذي كان يعيننا

ويعصرف علينا، أو أن هناك أمل في الحياة إن توكلت
على الله تعالى، وعملت بجد واجتهاد.



والحمد لله، كان القرار النهائي في نفسي بعد تفكير عميق
أمام شاطئ البحر **(أنا ناجح، وسأتوكل على الله تعالى)**
لأطوي صفحة الماضي قبل مغادرة شاطئ البحر، وأبدأ
من جديد في تأسيس نفسي وتطوير ذاتي وقدراتي؛
لمحاولة التخلص من قيوده التي أتعبتني في الحياة.

أين وجدته، وكيف تخلصت منه؟

لقد عرفت مكان "هذا الذي أحزنك" بعدما أخذت دورة تدريبية في الغوص الرياضي لدى منظمة بادي (PADI) عام ١٩٨٨م، وتعلمت مبادئ الغوص في أعماق مياه البحار المفتوحة، وشاهدت الأسماك الجميلة وأسماك القرش وجمال عمق البحر، ثم استمررت في أخذ الدورات التدريبية في الغوص حتى حصلت على شهادة مساعد مدرب غوص عام ١٩٩١م في نفس السنة



التي توقّي فيها والذي -رحمه الله-. اكتشفت بعد ذلك المكان الذي يعيش فيه هذا المخلوق العجيب الذي أطلقت عليه اسم: "هذا الذي

أحزنك"، وحاولت التخلص من قيوده تدريجياً حتى تغيرت حياتي وأفكاري بالكامل والحمدلله.

ومن العجيب أن هذا المخلوق يعيش في أعماق أحد البحار العجيبة؛ التي لم يعرفها ولم يغص فيها سوى عدد قليل جداً من الناس الذين عرفوا مكانه، وقرروا أن يتعلموا مبادئ الغوص ليغوصوا في هذا البحر العجيب ليكتشفوه ويتخلصوا منه بعدما طبقوا وصفة النَّجَاح لتحقيق الهدف، فتمكنوا منه، وتغيرت حياتهم، وأصبحوا ناجحين وسعداء في ظل تحديات الحياة.



احصل على نسختك للاطلاع على باقي الصفحات

اطلبه عبر المتجر الإلكتروني:

tkweenonline.com.sa

أو اطلبه عبر الواتس:

+966549090293

تكوين
COMBINATION

منصة ثقافية عالمية

هذا الذي أحزنك تخلص منه... المهندس موسى باناجه
يحتوي على معلومات نتيجة تجربة تزيد عن 25 سنة، واستطاع أن يقرأ
عنا أين يوجد قصصنا وحياتنا من قصصنا العبد
ثم قلنا: لا نعلم من أين لي بيت من قصصنا بعد أن تم استعادة التلميذ من الناس
عند معانهم العاص على طيننا العبد وقلنا هذا
... إنك وأهنت العنوت هذا كتابنا يستحق أن يقرأه هذا الذي أحزنك
... لك وأهنت العنوت في حياتك، وأدى إلى الطلاق والتفويض والطلاق
القسرية. يظهر العنوت والعزيمة بين فئات المجتمع في بلدان العالم
أسوأ لدى الحياة من نظيرة أخرى مختلفة تماما عن نظيرتها الحديثة لها؛ وسوق
الحقول الخصب: إن كانت نفوس من الخنافس من "هذا الذي أحزنك" وعرفت أحواله
وتأ في أحواله وفي أي حياض يخشى.

المهندس
موسى باناجه

tkween
1643
الطبعة الأولى
2021م

aramex
delivery unlimited

tkweenbook1



البابُ الأوّل
هذا الذي أحزنك!

ماذا يمكنك أن تفعل عندما تتخلص منه؟

إن تمكنت فعلاً من التخلص من قيود "هذا الذي أحزنك"، بعد فهمك وتطبيقك لما في هذا الكتاب؛ فستتمكن بإذن الله من تحقيق معظم أحلامك، ومن فعل أشياء كنت تعتقد أنّها مستحيلة، وستتغير نظرتك للأشياء من حولك، وبالتالي ستتغير حياتك. ستذهب إلى العمل سعيداً، وستعرف أنه بإمكانك التخلص من الرهاب، أو الخوف، أو الاكتئاب، أو القلق، أو المشاكل النفسيّة، أو الفقر، أو المرض، أو من مشاكل العمل، والمشاكل الاجتماعيّة، وغيرها بكل سهولة ويسر إن سعيت للتخلص من قيوده.



ستتمكن كذلك من إطعام أسماك القرش، ومن الغوص
ليلاً إن أصبحت غواصاً، ولن تخاف من الصرصور
أو الثعبان أو القطة أو أي حيوان آخر.
ستتغير نظرتك للأشياء؛ وبالتالي ستتغير حياتك
بالكامل إن عزمت وتوكلت على الله.



الباب الثاني

أعراض هذا الذي أحزنك



مقدمة

إنّ "هذا الذي أحزنك" له عشرة أعراض رئيسية تجعل كل من هو مصاباً بأحدها: إمّا حزيناً، أو مهموماً، أو خائفاً، أو تعيساً في حياته، أو لديه مشاكل عائلية، أو نفسية، أو صحية، أو مهنية؛ بسبب البرمجة السّلبية التي برمّجها في عقله. وأعراضه هذه لم يسلم منها إلا القليل جداً من البشر، حتى بعض الناجحين، والفنانين والفنانات، ورجال وسيدات الأعمال، والمدراء، والأطباء، ورجال الدين، والمفكرين، والمشاهير؛ مصابون به بسبب البيئة المحيطة بهم.



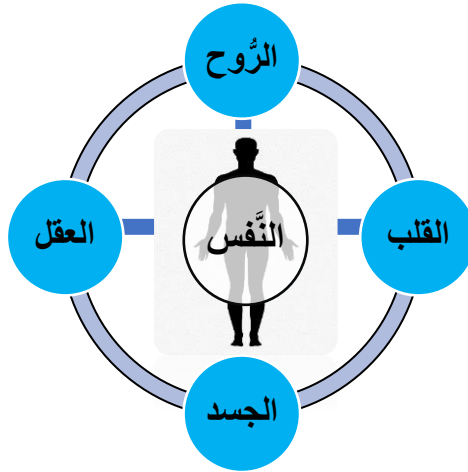


الباب الثالث

آيات الرَّحْمَن في خلق الإنسان

ما مكونات خلق الإنسان؟

إنّ الذي يبصر ويتأمل في خلق الإنسان، وفي قوله تعالى **(وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ)** الذاريات ٢١؛ يجده مكوناً من خمسة أشياء: (جسد، قلب، عقل، روح، نفس) تعمل جميعها عملاً فطرياً بشكل دوري ومستمر، وفي ترابط وتناسق تام منذ الولادة وحتى الممات، ثم بعد ذلك تتم عملية الانفصال ويذهب كلُّ منها لمصدره.



فالجسد: هو ذلك الكيان

الذي يحمل جميع أعضاء

الإنسان؛ من الرأس إلى القدم

بما فيها من محتويات.

أما **القلب:** فهو مخزن

العواطف والمشاعر،

والحُب والكراهة، والأفعال،

وهو الذي يشكل حياتنا ومشاعرنا ونفسياتنا تبعاً للقناعات

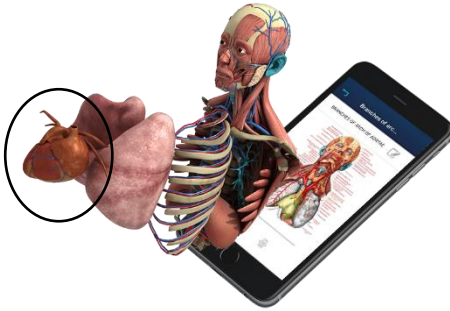
التي يقتنع بها العقل،

فكل شيء مُسجل فيه،

فهو المسؤول عن

تشغيل العالم الداخلي في

الإنسان، مثل البطارية المسؤولة عن تشغيل الأجهزة.



والعقل: هو سيّد الإنسان، وهو محل الفكر والقناعة والتكليف، ولذلك كرّمه الله أحسن تكريم، وأمرنا بالمحافظة عليه، فكرّمه حين جعله أساس التّكليف عند الإنسان، وكرّمه حين وجّههُ إلى النظر والتدبر في نفس الإنسان والكون، وكرّمه حينما حرّم عليه كل مسكر ومفتر يؤثر فيه، فهو الكنز العظيم الذي يمثل القيمة الحقيقية للإنسان، والقيمة التّسويقية في حياته العملية والتعليمية والاجتماعية.

والرُّوح: هي التي تسكن بداخل هذا الجسد وتعطيه الخاصية الحياتية؛ وهي موجودة في كل جزء من أجزائه. وقد حار العلماء والفلاسفة في تفسيرها فلم يجدوا لها لوناً ولا رائحة ولا شكلاً، ووقفوا عاجزين تماماً عن إدراكها، فهي من أمر الرّبِّ، كما قال الله تعالى: **(وَيَسْئَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ ۗ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي)**

فالرُّوح لا تموت لأنها نفخة من روح الله، وتخرج إلى
بارئها عند الوفاة.

وإذا دخلت الرُّوح الجسد أصبح يسمى النَّفْس.

فَنَفْسُ الْإِنْسَانِ أو "**ذات الإنسان**" هي المخلوق المُركَّب
من هذه الأشياء كلها، والتي تُمَثِّل شخصية الإنسان بما
فيها من (أساليب التفكير، واتخاذ القرار، والتّصرف،
والمشاعر، والميول، والغرائز، والدوافع، والحُب،
والكره...إلخ).

أما إذا فارقت الرُّوح الجسد فنقول حينها؛ خرجت نفسه
فمات الجسد، أي مات الإنسان. وإذا عَرَف الإنسان قيمة
عقله وكيف يعمل، وحافظ على نظافة وسلامة قلبه من
أعراض "**هذا الذي أحزنك**"; فإنه سيرى من تحديات
الحياة أبواباً تُفَتِّح له بعدما كانت مغلقة.

احصل على نسختك للاطلاع على باقي الصفحات

The image features a dark silhouette of a person in a crouching, distressed pose, with their head buried in their hands. The background is a bright blue sky with a lightning bolt striking down. The overall mood is one of despair or deep thought.

الباب الرابع
الفكرة و تأثيرها على الإنسان

كيف يمكن أن تؤثر الفكرة على حياة الإنسان؟

لقد أثبت العلم الحديث بأن معظم الأشياء التي تحدث لك في هذا العالم مصدرها -بعد قدر الله وقضائه- هي أفكارك التي في عقلك، وهذا ما أكدّه الله في قوله تعالى:

(مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ) النساء ٧٩

حيث تمكّن العلماء من قياس موجات جميع الأفكار، ووجدوا بأن **الفكرة** وزنها على **وزن الذرّة**، وهي تؤدّي إلى عمل في عقل الإنسان (برمجة عقلية)؛ تؤدّي إلى حدوث المشاعر والأحاسيس في القلب (العقل الباطن)؛ والمرتبطة بالكون، فتنجسد أو تتحقّق الفكرة.

فكل فكرة إيجابية (هي ذرّة خير)؛ تؤدّي إلى عمل برمجة إيجابية في العقل، فتري نتائج إيجابية (تري خيراً). وكل فكرة سلبية (هي ذرّة شر)؛ تؤدّي إلى عمل برمجة سلبية في العقل، فتري نتائج سلبية (تري شراً).

احصل على نسختك للاطلاع على باقي الصفحات

اطلبه عبر المتجر الإلكتروني:

tkweenonline.com.sa

أو اطلبه عبر الواتس:

+966549090293

تكوين
COMBINATION

منصة ثقافية عالمية

هذا الذي أحزبك تخلص منه وكن سعيداً

موسى باناجه

tkweenbook1

aramex
delivery unlimited

كيف تتجسّد أو تتحقّق الفكرة؟

لقد أثبت العلم الحديث بأنّ العقل لا يستطيع أن يفرّق بين هويّة الفكرة؛ سواء كانت الفكرة من الحقيقة أو من الخيال، فبعد قياس الموجات العقلية التي تصدر عند تخيل شيء يقوم به الإنسان؛ وجدوا أنها هي نفس الموجات العقلية عندما يقوم الإنسان بنفس الشيء فعلاً، فاخترعوا الروبوت، وأجهزة الحاسب الآلي التي تعمل من خلال العقل والتّخيل بدون أن تلمس شيئاً، والتي ستكون أجهزة الجيل الجديد في هذا العصر (عصر العقول والذكاء الاصطناعي).



احصل على نسختك للاطلاع على باقي الصفحات

اطلبه عبر المتجر الإلكتروني:

tkweenonline.com.sa

أو اطلبه عبر الواتس:

+966549090293

تكوين
COMBINATION

منصة ثقافية عالمية

هذا الذي أحزنك كتاب علمي الخصب خروي من واقع تجربة التعديت في الحياة
يحتوي على معلومات نتيجة تجربة تويته عن 25 سنة، واستغلطت لاني في العلق
من ان يوجد حقيقت ورسالت مع كلمات الحياة
ثم تالفة ما ذكر من واد في رسالت عن الصفة، حيث ان كل سعادة تتكون من الناس
حيث يمكنهم التمسك على مشيت الحياة وتكونت
الآنك وجدت التعديت هذا كتاب يستحق ان يقرأه هذا الذي أحزنك
ب كل وطور المشكل في حياتك، وفي ان الصلح في العود في العلق
الطسية، بشر العن والعودة بين ذات العلق في هذا العلق
سوف تدرك الحياة من نظرة اخرى مختلفة تماماً عن نظرتك الحالية كما وسوف
تخلق أحدهم، ان تمكنت فهو من العلق من "هذا الذي أحزنك" وسوف تحزنه
وما هي فوته؟ وفي العلق يخلص.

المهندس/ موسى باناجه

tkweenonline.com.sa

9 778638 355666 1

تكوين

الطبعة الأولى: 2025، 1443 هـ

aramex
delivery unlimited

tkweenbook1

المهندس/ موسى باناجه

مستشار إداري، محاضر ومدرّب
في الإدارة والتنمية البشرية

www.MoosaBanajah.com



ولد في مدينة جدّة عام ١٩٧٣م، وتخرج من كُليّة الهندسة، قسم (الهندسة الصناعيّة) بجامعة الملك عبد العزيز بجدّة، عام ١٩٩٧م. عمل فور تخرجه كمندوب توزيع واشتراكات في توزيع الصحف والمجلات براتب زهيد، ثم بدأ يستثمر في عقله ويرسم طريق مساره الوظيفي، ويسعى ليحقق كل منصب تم التخطيط له. يمتلك عدة خبرات في الإدارة والتدريب، وتطوير الذات والموارد البشرية، وتقنية المعلومات والتصميم، والتطوير الإداري والتسويق.

قدّم العديد من الدورات التدريبية والمحاضرات التحفيزية. وساعد الكثير في تحقيق أهدافهم والتغلب على مشاكلهم، وكانت أول ثمرة من ثمرات خبراته؛ تأليفه لكتاب (الفيروس الذي أحزنك) عام ٢٠٠٩م، وطباعته على نفقته الخاصّة، بعد أن تم مساعدة الكثير في معرفة كيف يمكنهم التغلب على مشاكل الحياة وتحدياتها؛ مستفيداً من التّحديات القاسية التي مرت به. ثمّ تم إعادة تنقيح الكتاب واختصاره عام ٢٠٢١م، تحت مسمى (هذا الذي أحزنك).

واجه الكثير من التحديات، وأعداء النجاح خلال مسيرته المهنية، ولكن بالتّوكل على الله ثم التفاؤل والصبر كان ينتصر عليهم. استثمر جميع أوقات فراغه في بناء عقله وتطوير قدراته. شعاره الدائم: (إذا أردت أن تحلق مثل الصّقور؛ فلا تنصت لكلام الدّجاج)



MoosaBanajah

MoosaBanajah@gmail.com

هذا الذي أحزنك؛ كتاب علمي، اجتماعي، تربوي؛ من واقع خبرة وتحديات في الحياة؛ يحتوي على معلومات نتيجة خبرة تزيد عن 25 سنة، واستثمار ذاتي في العقل؛ من أجل مواجهة تحديات وصراعات مع تقلبات الحياة .
تم تأليفه؛ لكل من أراد أن يبحث عن السعادة؛ بعد أن تم مساعدة الكثير من الناس في معرفة كيف يمكنهم التغلب على مشاكل الحياة وتقلباتها .
من خلال قراءتك وفهمك لمحتويات هذا الكتاب؛ ستتعرف على "هذا الذي أحزنك"؛ والذي سبب لك ولغيرك المشاكل في حياتك، وأدى إلى الطلاق، وتشريد الأطفال، والمشاكل النفسية، ونشر الحزن والجريمة بين فئات المجتمع في بلدان العالم .
سوف ترى الحياة من نظرة أخرى؛ مختلفة تماما عن نظرتك الحالية لها؛ وسوف تحقق أحلامك ؛ إن تمكنت فعلا من التخلص من "هذا الذي أحزنك"، وعرفت أعراضه وما هي قوته؟ وفي أي البحار يختبئ .

