

## فقه النفس • لتعارفوا • ألف باء الزواج فقه الجنس والحاجة والحب والخلافة والزواج

عبد الرحمن ذاكر الهاشمي  
طبيب. استشاري علم النفس التربوي. استشاري العلاج النفسي

المجلس الأول / بدايات موجزة وتنبيهات ومقدمات / حول المعلم والمتعلم أو الجمهور

### الرحلة تبدأ الآن

- ماذا أعني بهذه الكلمات؟
- ما الذي ينبني على هذه الكلمات من علم وعمل؟
- النفع يبدأ فور حضور النفس. ومن أي فعل أو كلمة. ومن أي نفس حاضرة.

### خطة المجالس

- بدايات موجزة وتنبيهات ومقدمات. المجلسان الأول والثاني.
- جهالات وخرافات ومغالطات حول النفس وحاجاتها والجنس والحب والآخر والخطبة والزواج.
- أصول موجزة ... واستثناءات.
- ما لا يسعني جهله من مجالس اقرأ / ونفس / لتعارفوا.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لفترة ما قبل الخطبة إلى الخطبة.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لفترة ما بين الخطبة وعقد القران أو عقد النكاح.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لفترة ما بين عقد القران والزفاف أو ليلة البناء = زواج مع وقف التنفيذ!
- ما لا يسعني جهله مما سبق لفترة ما أسميه رحلة الزفاف.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لليلة البناء.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لما يُعرف بشهر العسل = بين شهر العسل وشهر العمل.
- ما لا يسعني جهله مما سبق لفترة سنة أولى زواج.
- ما لا يسعني جهله مما سبق للوقاية من مشكلات حقيقية.
- ما لا يسعني جهله مما سبق للتعامل مع الطلاق.

### خطة المجلس الأول

- الحكم على الشيء فرع تصوّره.
- خلاصات مَحْكِيّة قبل التفصيل في ثلاثية المعلم والمجالس والمتعلم أو الجمهور.
- الحكم على المعلم فرع تصوّره. من أنا كزوج قبل أن أكون معلّمًا؟ وما الذي أحذركم مني ومن غيري؟
- الحكم على المتعلم أو الجمهور فرع تصوّره. اختلاف الجمهور ومحاذير ونصائح للاستفادة.
- الحكم على المجالس فرع تصوّرها. لماذا هذه المجالس؟ وما الذي يميّزها؟ وما خطّتها؟ (يتبع)
- وماذا عن مبادرة لتسكنوا إليها؟
- تكليف المجلس الأول.

## الحكم على الشيء فرع تصوّره

- ما علاقة هذه الجملة ببدء هذه المجالس أو غيرها؟
- ماذا لو وضعت بدل كلمة **الشيء** = الحياة / نفسي / الآخرون / المعلم / المجالس ... وغيرها.
- الحكم على **المعلم** فرع تصوّره وتصور مؤهلاته وما له وما عليه وما يقدمه وما يتميز به.
- الحكم على **المتعلم أو الجمهور** فرع تصوّره واختلافه وتنوّعه وحاجاته وعجلته.
- الحكم على **المجالس** فرع تصوّرها وتصور أهمّيتها وحاجتي لها وطبيعتها وطولها وما تقدّمه وما تتميز به.

## خُلاصات مَحْكِيّة قبل التفصيل في ثلاثية المعلم والمجالس والمتعلم أو الجمهور

- هناك خالق. وهناك مخلوق.
- بين خلق الله الخالق وخلق الإنسان المخلوق.
- خلق الله الخلق وأنزل للمخلوق وحيًا يهتدي به لحياة طيبة في الدنيا والآخرة.
- بين خلق الله الخالق وخلق الإنسان المخلوق = بين حق الوحي والهدى وبين باطل الفلسفة والهوى.
- حديثنا عن خلق الله وهدايه ووحيه = سباحة ضد التيار تجعل من اجتهادنا خيالية عند البعض ومثالية.
- الخلق ابتلاء. والدنيا ابتلاء. والأنفس ابتلاء. والزواج كذلك = يبتلي أحسن ما فيك وأسوأ ما فيك.
- الحياة اليومية وهذه المجالس = مسخّرات ونعم وفرص غنية للاستعداد لهذا الابتلاء من الآن.
- بين الابتلاء والحاجات النفسية والمُسخّرات والنعم = اختلاف النفوس في تصوراتها وتوقعاتها ومعقولاتها.
- النفوس مختلفة في حاجاتهم وضروراتهم وصبرهم وعجلتهم وعملهم.
- الصدق والصبر والرحمة = ضرورة.
- صورة الإعلان.

## الحكم على المعلم فرع تصوّره

### • من أنا؟

- رسول ورسالة.
- "إن هذا العلم دين. فانظروا عمّن تأخذون دينكم" (محمد بن سيرين)
- الحديث هنا عني وعن غيري.

### • ممّن أفر وأنفر لو كنت مكانكم؟

- من لا ينطلق من الوحي الإلهي في شأن النفس والتربية. ولكن ماذا عن الحقائق العلمية التجريبية؟
- من لا ينطلق من ثبات مبدأ أو منهج علمي بقدر ما ينطلق من أهواء ومداهنات جمهور.
- من لا يعمل أو لا يجتهد للعمل بما يعلمه الآخرون. ولهذا تفصيل في كيف أعلم هذا وحدود الاستفادة.
- من يفتقر للتأصيل الشرعي والمهني المتخصص. وهذا من شأنه أن يضيق الأوقات ويشعر بالامتلاء الوهمي.
- من يسخر من الأبحاث والدراسات والعلوم الشرعية أو التجريبية.

## • ممّن أتوجّس وأحذر؟

- من ليس لديه تجربة أو خبرة. ولو كان من أهل التأصيل الشرعي والعلمي النظري.
- الخبرة قد تحصل بأمور عديدة. الزواج أو الأبوة والأمومة أو العمل في هذا الميدان.
- من لديه تأصيل شرعي قوي. ولكنه ضعيف في التأصيل المهني.
- من لديه تأصيل مهني وتجربة وخبرة. ولكنه ضعيف في التأصيل الشرعي.
- من لا أعلم عنه إلا حياته الإعلامية ومقاطعته الرقمية.
- من لا يقدّم حقائق علمية بقدر ما يقدّم كلاماً أدبياً مداعباً للعواطف والمشاعر.
- تنبيه = هؤلاء قد يتقنون الكلام الجاذب. ولكني أحتاج أن أتأكد مما أخذته عنهم.

## • لمن أستمع إذن؟

- كل ما عدا من سبق ذكرهم. مع اختلاف في أهمية ما سيلي.
- الاعتزاز بالوحي والانطلاق منه.
- أهل التأصيل الشرعي والمهني.
- أهل التجربة الحياتية.
- أهل المنهج العلمي الثابت.

## • من أنا كزوج؟

- من أنا كابن لزوجين من جنسيتين مختلفتين؟
- من أنا كزوج لزوجة من جنسية مختلفة؟
- لماذا رفضني أهل زوجتي ابتداءً؟ وكيف تعاملت مع هذا الرفض؟
- كيف كانت خطبتي ثم زفافي الذي كان مشتركاً مع عريس آخر وحضره أكثر من ألف شخص؟
- ما خلاصات ما خرجت به في تجربتي الشخصية من نصائح لحياة زوجية طيبة؟

## • من أنا كاستشاري أسري وتربوي قبل أن أكون طبيباً ثم معالجا نفسياً؟

- إغذار لنفسي وتحذير منها وممّن هم في مقامي.
- صراحة تظهر في صورة منقّرة.
- لا أداعب ضعفاً ولا أداهن باطلاً أو مُنكراً.
- رحمة باطنة ظاهرها شدة.
- رضا الناس ... غاية ... !!!
- الوجدان وبقية الموروث لا يعني.
- لا يُرهبني إرهاب المُخالفين ولا الموافقين.
- المزاح الثقيل على النفس.
- دهشة الخوارق. وسيلي ذكر هذا عند الحديث عن مُخادعات المتعلّم أو الجمهور.

- جراحة النفس ... طبيب ولست كوافيرا. ثم ماذا؟
- أهلا بك على كوكب الأرض حيث سنن المخلوقية بعيدا عن كوكب زمردة.
- "الدين النصيحة" ... والنصيحة أمانة ... والأمانة ثقيلة.
- "وكنت أسأله عن الشر مخافة أن يدركني".
- فقه الواقع قد يضطر الناصح لما يراه البعض جريئا وشديدا أو حتى منقرا أو وقحا.
- مدينة الشهوات وهادم اللذات.
- الجديد والشدة والصدمات النفسية والمباشرة والعدسة المكبرة.
- الوجدان وبقية الموروث لا يعنيني. وكذلك مداعبة المشاعر أو مداهنة الأفكار.
- المخالفة ليست هوى. ولا ينبغي أن تكون كذلك.
- توهم الحياة الكمالية أو المثالية كما يسميها البعض. وبخاصة عند ذكر خبرات وقصص ونجاحات.
- صعوبة الطرح الذي قد يحبط الجمهور. وبخاصة عند الغفلة عن الاستدراكات والتخصيص.
- الأمثلة المطروحة بين الاستسلام والخيالية والسلبية والمثالية والواقعية.

### الحكم على المتعلم أو الجمهور فرع تصوّرها

#### لمن هذه المجالس؟

- لكل نفس في محيط الزواج.
- للآباء وللأمهات = ماذا نعرف؟ وماذا نعلم أبناءنا وبناتنا؟
- للشباب المقبلين على الزواج من الجنسين. وبخاصة أهل "لقد هربنا من أجل هذه اللحظة".
- للمتزوجين حديثا.
- لمن لديهم أسئلة مما سبق ذكره أو سيلي ذكره في المجلس الثاني أو يواجهون مشكلات زواجية.
- للمربين والمربيات والمتصدين في أمر التربية والتعليم.
- للمتصدين لشبهات الأسرة والأنثى والتربية والزواج وما يتعلق بها من شبهات.

#### ولكن الجمهور مختلف. ومن وراءه كذلك!

- لهذا كانت هذه المجالس ألف باء.
- اختلاف الجمهور أمر طبيعي ومتوقع.
- اختلاف الجمهور لا يمنع كون أصل النفس واحدة وكون ما تحتاجه عامة متشابه ومتقاطع.
- اختلاف الجمهور يجعل الأمر أصعب على المعلم. ولكننا نسدد ونقارب.
- اختلاف الجمهور يجعل من تنوع العرض أمانة من وجه ومهارة من وجه آخر.

#### وماذا عن أصحاب "لقد هربنا من أجل هذه اللحظة"؟

- أنتم تعقدون الأمر يا شباب. في هذا الكلام حظ من النظر.
- ها نحن هنا إذن. ثم ماذا؟
- العمل ضرورة. وإلا فالكلام حجة على النفس. التكليف سيبدأ اليوم (يتبع)

## صوارف ومعوّقات وموانع / ج ه ل / الجهل

- تقمّص الحالات دون تمييز.
- توهّم الأسباب من الآخرين كالوالدين وغيرهما.
- توهّم العلاجات الحاضرة أو اللحظية نتيجة هذه المجالس.
- المقارنات غير الحكيمة أو العاقلة.

## صوارف ومعوّقات وموانع / ج ه ل / كافات الهوى الخمسة = الكبر والكذب والكسل والكلف والكماليّة

- من هذا ليعلمني كيف أقوم بأمر بدهي فطري؟

- النفس في عالم اليوم تبحث عن دين سكر خفيف قليل التكليف. إلا من رجم ربك.
- النفس في عالم اليوم لا تبحث عن الحق بل تبحث عمّن يخبرها بأنها على حق. إلا من رجم ربك.
- مخادعات الإعراض والتغافل.
- مخادعات دهشة الخوارق.
- مخادعات شهوة الضحية والمظلومية.
- مخادعات السخرية والضحك.
- مخادعات طلب البديل عوضاً عن الاشتغال بالأصيل.
- مخادعات صعوبة الوحشة والسباحة ضد تيار القطيع.
- مخادعات انتظار حلول سحرية وإعادة تنصيب لنظام تشغيل النفس!
- حيلة حضور المجالس بلا علم نافع ولا عمل صالح = حيلة تصوير مُخادعة.
- حال النفس إذا علمت حقيقة خطر الدهون والسكر الصناعي وعدم الحركة والكسل.

- مخادعات الرجوع باللوم على الوالدين أو الشيوخ أو غيرهم.
- • آباؤنا وأمّهاتنا فيهم من الخير ما يفتقر إليه كثير من جيل اليوم.
- • كثير منهم لديهم من الإيثار والمسؤولية والمهارات ما يصعب على كثير من جيل اليوم.
- • كثير من هذا كان حصيلة عوامل كثيرة مجتمعة. ومن أهمها = الأسرة الممتدة والمجتمع الأبسط.
- • لا يمنع هذا من وجود أخطاء وثغرات تدفعنا في عالم معقد كعالم اليوم إلى مجالس كهذه.

- الأمر صعب. والتكاليف أصعب.
- هذا سيجعلني أترك كثيراً مما أدمنته أو تعلّقت به.
- إما أن أكون الزوج المثالي أو الزوجة المثالية وإما أن أترك الأمر تماماً ولا أتعب نفسي به.

## صوارف ومعوّقات وموانع / ج ه ل / لامات الغفلة الثلاثة = اللعب واللغو واللهو

- هذه الثلاثية تظهر داخل المجالس وخارجها. وهي تغذي كلا من الجهل والهوى.

## ما أرجوه من هذه المجالس للجمهور

- علم وعمل.
- فكرة وشعور وسلوك.
- إجابات لأسئلة في النفس حاضرة أو متوقّعة.
- إضاءات نحو أسئلة ربما غفلت النفس عنها ولا بدّ من إجابتها.
- أعمال وتطبيقات حياتية في طريق التزكية.

## آداب وأسلحة ومعينات / الصدق والصبر والرحمة / الصدق

- {اهدنا الصراط المستقيم (6) صراط الذين أنعمت عليهم غير المغضوب عليهم ولا الضالين (7)} {الفاتحة}.
- {ولا تلبسوا الحق بالباطل وتكتموا الحق وأنتم تعلمون (42) وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة واركعوا مع الراكعين (43) أنأمرون الناس بالبر وتنسون أنفسكم وأنتم تتلون الكتاب أفلا تعقلون (44)} {البقرة}.
- {إن الدين عند الله الإسلام وما اختلف الذين أوتوا الكتاب إلا من بعد ما جاءهم العلم بغيا بينهم ومن يكفر بآيات الله فإن الله سريع الحساب (19)} {آل عمران}.
- {قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنَسْكَي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (162) لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ (163)} {الأنعام}.
- {أَفَمَنْ أَسَّسَ بَنِيَانَهُ عَلَى تَقْوَىٰ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٍ خَيْرٌ أَمْ مَنْ أَسَّسَ بَنِيَانَهُ عَلَىٰ شَفَا جَرْفٍ هَارٍ فَانْهَارَ بِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ (109)} {التوبة}.
- {قُلْ اللَّهُ أَعْبَدُ مُخْلِصًا لَهُ دِينِي (14) فَاعْبُدُوا مَا شِئْتُمْ مِنْ دُونِهِ قُلْ إِنْ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ وَأَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَلَا ذَلِكَ هُوَ الْخَسِرَانِ الْمَبِينِ (15)} {الزمر}.

- "أنا أغنى الشركاء عن الشرك. من عمل عملاً أشرك فيه معي غيري تركته وشركه" (صحيح مسلم).
- "إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى" (متفق عليه).
- "كيف أنت يا عويمر إذا قيل لك يوم القيامة أعلمت أم جهلت؟ فإن قلت: علمت قيل لك فماذا عملت فيما علمت؟ وإن قلت: جهلت قيل لك: فما كان عذرک فيما جهلت؟ ألا تعلمت؟" (الألباني • ضعيف الجامع)
- "العلم علمان. علم في القلب. فذاك العلم النافع. وعلم على اللسان. فذاك حجة الله على ابن آدم" (رواه المنذري وحسنه. وضعفه آخرون).

- عن عطاء بن أبي رباح رحمه الله: كان فتى يختلف إلى أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها. فيسألها وتحدثه. فجاءها ذات يوم يسألها. فقالت: يا بني! هل عملت بعد بما سمعت مني؟ قال: لا والله يا أمه.
- فقالت: يا بني! فبم تستكثر من حجج الله علينا وعليك؟ (الخطيب البغدادي • اقتضاء العلم العمل).

- فاعمل ولو بال عشر كالزكاة • تخرج بنور العلم من ظلمات
- فعالم بعلمه لم يعمل • معذب من قبل عبّاد الوثن
- وكل من بغير علم يعمل • أعماله مردودة لا تقبل
- (ابن رسلان الرملي المتوفى 844 هـ • منظومة صفوة الزبد في الفقه الشافعي).

- إخلاص النية أولا = لماذا أنا هنا؟ وعمّ أبحث؟
- نفسي نفسي.

- اختبار النفس عند الحديث عن أي أمر أولا بأول.
- الصدق وإلا فالكذب والمُخادَعات.
- علم + عمل. وإلا ... ما الجديد؟

### آداب وأسلحة ومعينات / الصدق والصبر والرحمة / الصبر

- {فوجدا عبدا من عبادنا آتيناه رحمة من عندنا وعلمناه من لدنا علما (65) قال له موسى هل أتبعك على أن تُعَلِّمَني مما عُلِّمْتَ رُشدا (66) قال إنك لن تستطيع معي صبرا (67) وكيف تصبر على ما لم تحط به خُبرا (68) قال ستجدني إن شاء الله صابرا ولا أعصي لك أمرا (69)} {الكهف}.
- {مثل الذين حُمِّلُوا التوراة ثم لم يحملوها كمثل الحمار يحمل أسفارا بئس مثل القوم الذين كَذَّبُوا بآيات الله والله لا يهدي القوم الظالمين (5)} {الجمعة}.

- "من خرج في طلب العلم فهو في سبيل الله حتى يرجع" (الألباني • صحيح الترغيب).
- "لا تزول قدما عبد حتى يسأل عن أربع. عن عمره فيما أفناه. وعن علمه ما فعل فيه. وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفق. وعن جسمه فيم أبلاه" (الألباني • صحيح الجامع).
- "أتيت ليلة أسري بي على قوم تُقرضُ شفاههم بمقاريض من نار. فقلت: من هؤلاء يا جبريل؟ قال: خطباء أمتك الذين يقولون ما لا يفعلون ويقرؤون كتاب الله ولا يعملون به" (الألباني • صحيح الترغيب).

- عن عطاء بن أبي رباح، رحمه الله، قال: إن الرجل ليحدثني بالحديث فأنصت له كأن لم أسمع قط. وقد سمعته قبل أن يولد. (ابن عساكر • تاريخ مدينة دمشق).
- عن معاذ بن سعيد، قال: كنا عند عطاء بن أبي رباح، فتحدث رجل بحديث فاعترض له آخر في حديثه. فقال عطاء: سبحان الله! ما هذه الأخلاق؟ ما هذه الأحلام؟ إني لأسمع الحديث من الرجل وأنا أعلم منه، فأريهم من نفسي أني لا أحسن منه شيئا. (الخطيب البغدادي • الجامع لأخلاق الراوي وآداب السامع).

- "لا يُسْتَطَاعُ الْعِلْمُ بِرَاحَةِ الْجِسْمِ" (صحيح مسلم عن يحيى بن كثير).

- اصبر على مَرِّ الجفا من معلِّم • فإن رسوب العلم في نَفَرَاتِهِ
- ومن لم يَذُقْ مَرَّ التعلُّم ساعة • تجرَّعَ مَرَّ الجهل طولَ حَيَاتِهِ
- ومن فاتته التعليم وقتَ شبابه • فكَبُرَ عليه أربَعًا لوفاتِهِ
- وذاتُ الفتى، والله، بالعلم والتقى • إذا لم يكونا لا اعتبار لذاتِهِ
- (يُنسَبُ إلى الشافعي).

- "بقيت سنين أشتهي الهريسة ولا أقدر على شرائها؛ لأن وقت بيعها وقت سماع الدرس" (ابن الجوزي نقلا عن فقيه • صيد الخاطر).

- "وأما سعادة العلم فلا يورثك إياها إلا بذل الوسع، وصدق الطلب، وصحة النية" (ابن القيم • مفتاح دار السعادة).



• ومن يصطبرُ للعلم يظفرُ بنيله • ومن يخطب الحسنة يصبر على البذل  
ومن لم يذل النفس في طلب العلا • يسيرا يعيش عمرا طويلا أخا ذل  
(ابن هشام الأنصاري النحوي. المتوفى 761 هـ).

• سهري لتنقيح العلوم ألد لي • من وصل غانية وطيب عناق  
وتمايلي طربا لحل عويصة • في الدرس أبلغ من مُدامة ساق  
وصرير أقلامي على أوراقها • أشهى من الدوكاء للعشاق  
وألد من نقر الفتاة لدقها • نقري لألقي الرمل عن أوراق  
يا من يحاول بالأمني رتبتي • كم بين مستفيل وآخر راقي!  
أبيت سهران الدجي وتببته • نوما وتبغي بعد ذاك لحاقي؟!  
(الشهاب الألوسي المتوفى 1270 هـ • غرائب الاغتراب ونزهة الألباب في الذهاب والإقامة والإياب).

- ثلاثية س ف ر = الإمساك والتوقف والصبر.
- الإمساك عن أعمال مُعتادة.
- الإمساك عن الكلام = الإنصات والصمت عن فضول الكلام وعدم السؤال حتى يحين الوقت.
- الصمت عن الاختلافات مع البيئة المحيطة.
- الصمت عن التعامل وعجلة النصيحة للآخرين من والدين أو غيرهما.
- التوقف في كثير مما سيقال. وهذا يتقاطع مع الصدق.
- الصبر على المعلم والمتعلمين المختلفين.
- الصبر على الجديد المطروح الذي قد يكون صادما. وعدم تعجل الإجابات والحلول والردود.
- الصبر على التدوين.
- الصبر على المتابعة والمدارسة.
- الحرية مؤلمة.

### آداب وأسلحة ومعينات / الصدق والصبر والرحمة / الرحمة

• {لا يكلف الله نفسا إلا وسعها لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا ربنا ولا تحمل علينا إصرا كما حملته على الذين من قبلنا ربنا ولا تحملنا ما لا طاقة لنا به واعف عنا واغفر لنا وارحمنا أنت مولانا فانصرنا على القوم الكافرين (286)} {البقرة}.

• "اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت. خلقتني وأنا عبدك. وأنا على عهدك ووعدك ما استطعت. أعوذ بك من شر ما صنعت. أبوء لك بنعمتك عليّ. وأبوء لك بذنبي. فاغفر لي. فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت" (صحيح البخاري).

- التسليم بالمخلوقية.
- رحمة النفس في عدم تحميلها ما لا تحمل = رفق الإيغال "فأوغلوا فيه برفق".
- رحمة النفس في عدم جلد الذات وحقرها.
- رحمة الآخرين وعدم تحميلهم أكثر مما يطيقون = الوالدين والزوج أو الزوجة والأبناء وغيرهم.



ماذا عن المشتغلين بمجالس أخرى؟ كيف يتابعون؟ وماذا يفعلون؟

- فقه الأولويات.
- الأوقات. والتخطيط الذكي. والتفرغ والجدية. والصدق.
- التسجيلات متوفرة إن شاء الله.

الحكم على المجالس فرع تصوّرها (يتبع في المجلس الثاني)

وماذا عن مبادرة لتسكنوا إليها؟

- الاسم الجديد = زوّجوهم = أنكحوا الأيامى.
- فريق الإناث ... وفريق الذكور الذي ينتظر.
- لا عجلة.

تكليف المجلس الأول

- الإمساك والتوقف والصبر.
- التفكّر في جواب سؤال = لماذا أنا هنا؟
- تسجيل التصورات المرجوّ التبصر فيها والتحقق منها ثم تزكيتها وتهذيبها.
- •• حول الزواج.
- •• حول نفسي كزوج أو كزوجة = ماذا لديّ؟ ماذا أحتاج؟ ما أحسن ما لديّ؟ ما أسوأ ما لديّ؟
- •• حول الآخر كزوج أو كزوجة = ماذا أحتاجه منه أو منها؟ ماذا أريد منه أو منها؟ ما لا أرجوه ولا أرضاه.