

بعد الصلاة المواقع الاباحية الفقرة الثانية

فاضل سليمان

السلام عليكم ورحمة الله اهلا وسهلا بكم بعد الفاصل بعد الصلاة والاستاذ محمد حازم شريف. الباحث الاكاديمي في مجال آآ ادمان المواد الاباحية. وقبل الفاصل انا سألتك سؤال تأثير ادمان المواد الاباحية - 00:00:00

على شخصية الانسان. وعلى حياته العمل الحياة الاجتماعية يا ريت تكلمنا عنها بقى طيب انا هتكلم على النقاط الاساسية لان في نقط كثير جدا اه في حاجة بتحصل لمستهلك الافلام الاباحية بشكل خاص. اسمها العلمي دي او حالة فتور. بمعنى لما - 00:00:25 في المخ لما بيفرز كميات كثير من الدوبامين زي ما احنا اتكلمنا قبل كده. في في الخلايا العصبية حاجة اسمها مج الست بتتفاعل مع الدوبامين وبتترجمه او كي. دي عاملة زي الودن. مم. والدوبامين عامل زي الصوت. ماشي. ايه اللي بيحصل لما مسلا لو انا مسلا بسمع ايه اللي بيحصل لما الصوت - 00:00:47

اوي جنبي نفسها ممكن تتأثر سلبا. يعني ممكن حالة الودن نفسها تتأثر سلبا. بالظبط ممكن كفاعل وقائي احط ايدي على ودي على طول. ايوة. تمام؟ فاللي بيحصل الشخص لما بيوصل لمستويات من الافلام الاباحية مرضية جدا. انتاج الدوبامين بيزيد لدرجة ان هو بيبوز دي. بيبوز - 00:01:07

المجسات اللي بتجس الدوبامين. اللي بتترجم الدوبامين او احساس. او كي. فيحصل حالة فتور بمعنى ان الشخص بيفرز عنده كميات عالية من الدوبامين. لكن او المجسات اللي بتترجمها لاحساس قليلة في العدد. الاحساس بيبقى قليل - 00:01:29 مش قادر يحس بالمتعة اللي كان بيحسها قبل كده. مم. فبيعمل عملية او تصعيد. تصعيد. بالزبط. عايز اكثر عشان عايز يغير الفيلم. عايز يغير الممس عايز يغير الكلام ده كله عشان هو بدأ عنده فتور في المجسات بالدوبامين اللي بتشعره بالنشوة وتشعره - 00:01:45

بالسعادة فيبتدي يصعب فيحصل التصعيد نتيجة كده مش بالزبط ده قصدي التصعيد فلو هنتكلم عن ادمان المخدرات التصعيد بيكون بان انا بزود المخدرات بيزود الجرعة. في البونوجي فيه التصعيد بحاجة من اللاتين. مم. وقت اطول باقضي في الجلسة الواحدة. بعد ما كان بيقد عشر دقائق ساعات. او ساعة - 00:02:05

ساعة تبقى ساعتين ثلاثة يوصل لخمس ساعات وعشر ساعات قدام. ده نتيجة اللي هو الفتور اللي حاصل. بالزبط. يبقى دي حاجات بزود الوقت او بزود ايه؟ او ببتدي اتفرج على انواع في عقلي وانا في وعي بقول ايه ده؟ انا عمري ما بتفرج على ده بس انا من كتر ما انا عايز حاجة تحسني نفس الشك - 00:02:25

انا بقيت اتفرج على حياة مرضية جدا وده اللي بيسبب الخلاف النفسي او بيسبب ضعف السقة بالنفس ان الشخص حاسس ان هو بقى مختلف. اه. بقى غريب اهتمامات مرضية جدا. مم - 00:02:44

فدي اول حاجة بتسببها لما بيوصل لمرحلة على ممارسات غريبة. بالظبط. غريبة. مم. انا عايز اقول بس للمشاهدين حاجة الامر بيوصل الى درجة انه ممكن الناس دي مسلا اسف يعني بتقضي حاجتها على بعض - 00:02:54

من حاجات غريبة هو عايز يعمل صدمة عند المشاهد. فعلا. ثاني حاجة اه عكس حاجة اسمها او في الاحساس بمعنى الشخص اللي عنده حساسية بيكون استجابته لمصدر الحساسية مفرط اوي يعني جسمه مسلا بينفعل جدا - 00:03:11 لما ياكل اكل معين. تمام لما حد بيدفعه على كثير بيربط ربط قوي جدا ما بين اي حاجة لها معنى جنسي ولو ضمني بالفونوجي على طول لان البنث بالنسبة له بتبقى اداة مباشرة - 00:03:31

لاستعادة او وقت ما هو كان بيتفرج على فيبيكون عنده بيكون مستساغ جدا من ابسط الحاجات. يعني ممكن مسلا يعني لو حد كان بيستخدم الفيسبوك عشان يشوف افلام. لو هو عنده انترنت فيلت في البيت وما ينفعش يخش على موقع. تمام. وعن طريق الفيسبوك بيستخدم ايه؟ يتفرج على الافلام دي. اه - [00:03:48](#)

ممكن فكرة ان هو قاعد على الفيسبوك تعمل له حالة تيجرنج او حالة استسارة. مم. كلمة فيسبوك ممكن تثير خلاص. بالزبط. انها عنده بقى عكس الفتور بقى عنده عالية بقى حساس اكر للامر دوت. قبل ما يتفرج وفتوري وهو بيتفرج. يعني العملية من الناحيتين بايظين. اه اه. وهو بيتفرج يحصل - [00:04:08](#)

فتور في طول الوقت ويكثر ويكثر الاشياء اللي بيشفها ويشوف حاجات اكبر. وهو ما بيتفرجش عنده عالية اه بيتنشأ على اي حاجة. او كي. بالزبط. كمان. ثالث حاجة اسمها او اه دي احنا اتكلنا عليها قبل كده. اللي هو ضعف السيركتس اللي موجودة في او العقل الجديد. ضعف الدوائر العصبية بقى - [00:04:28](#)

اللي موجودة في العقل العقلاني. بالزبط. ها آا انا هشبه الموضوع بحاجة بسيطة جدا. مم. لو فيه ممر معين. مم. انا كل يوم باجي اروح فيه. هم. فمن كتر الرجل اللي رايحة وجاية حبيبي مستوي. اه - [00:04:50](#)

الممر هيتهد او ينعم. بالزبط. الممر اللي ما فيش حد بيدوس فيه بيموت. مم. فالممرات او اللي ما بتستخدمش بتضعف. او كي خالص بيضعف لان انا وظيفة عقلي الحديث او العقلاني ما بستخدمهاش ده انا باستجيب لرغبتني في لحزتها. او كي. فانا باضعف عندي جدا - [00:05:04](#)

وده مش مش بيبان فقط في ده الشخص عموما بيحس ان هو ضعيف قوي ممكن صوت صوت زميل على التليفون يعمل له عملية ممكن يحسسه ان هو عايز مم. فقد فقد قدرة التحكم في النفس خالص. تمام - [00:05:24](#)

رابع حاجة حاجة اسمها او القلق الاجتماعي الشخص اللي بيتفرج على ويبعاني من من الاكتئاب والاحباط من كتر ما توصل اليه من انواع مرضية بيبتي يحس ان هو شخص غريب جدا بيبتي زي ما قلنا في المؤشرات اللي تبين للزوجة ان زوجها مدمن بيبتي يكون عنده توتر شديد في اي - [00:05:39](#)

موقف اجتماعي بيكون شخص متوتر جدا لو حد قال له تعال اتكلم قدام ناس. تعال نصورك على طول معتقد ان هيبقى الشكل وحش. لان من كتر جلد النفس ومن كتر - [00:05:59](#)

الاصوات السلبية اللي جواه تحول لفريسة للبورنوجرافي. فده انعكس على بقية حياته ان يبقى عنده نوع من الانعزال. مم. لان ادمان سلوكي بيتهم ماسته في العزلة مم. فبالتالي هو بينص عوض على العزلة - [00:06:09](#)

والاختلاط بالناس هو اللي صعب عليه. بالزبط. بالزبط آا في حاجة يعني هي هي علمية شوية انا مش هتكلم فيها قوي بس او سرعة سرعة القذف. مشاكل في الانتصاب عموما. مم. آا ممكن من كتر - [00:06:25](#)

هناك وان هو بيجي له حالة فتووث يبقى العملية الجنسية الطبيعية ممكن توصل لدرجة ان هي ما تعملش اسارة خالص. او كي. خالص. مم. بالنسبة له. فيحصل ضعف انتصاب نتيجة ان هو العملية - [00:06:47](#)

الجنسية الطبيعية مش دي. بالزبط انا خلاص. ومسألة سرعة القذف لانه اه مم اه بسبب البورن اه بيصبح الهدف هو امتاع الذات. فيصبح الهدف هو القذف. عايز يخلص. انما العملية الجنسية الطبيعية - [00:07:00](#)

اللي ربنا امرنا بها هناك آا واجب للزوج يؤدي ناحية الزوجة وهو امتاع الزوجة ايضا. فيبقى المفروض هنا هو ان هو يرفع نفسه حتى امرنا ان انسان حتى لا ينزع حتى تأتي يعني تصل الزوجة الى شهوتها. فهنا هو بيتحول الانسان اللي بي شاهد البورن الى انسان - [00:07:17](#)

المرأة انها الة لامتاعه. اول ما يقدر ان هو يمتع نفسه بيعمل كده. انما الطبيعي في الثقافة الجنسية الطبيعية ان ما يكونش ده الحال ويكون نايم مسألة تشاركية اصلا. بالزبط. هم - [00:07:39](#)

اه نقطة تانية تشوه في المعتقدات طبعا زي ما اتكلنا علاقة البونوكفي بالتحرش الجنسي في الشارع علاقة واضحة انا كان اي حد

بيسألني ساعتها ابقى قاعد مع اصحابي نقعد نتكلم اقول انا مش فاهم - 00:07:53

مخرجين بيخرجوا افلام ويصرفوا عليها ملايين ويقعدوا يتكلموا على مشاكل التحرش الجنسي. طب فين الحل؟ انتم بتقعدوا تعملوا ان انتم مهتمين بمش عارفين الحل ما فيش حل. هم. الحل من - 00:08:03

نشوف المصدر ده بيшовه الناس ازاي ونوعيههم ونفهمهم ونبعده عنهم. بالزبط. يعني ده بيшовه المعتقدات الولد من دول عنده اعتقاد ان كل بنت ماشية في الشارع هي زي دول بالزبط اللي هو بيتفرج عليهم في الافلام دية. وان هي هتبقى مبسوفة جدا لو هو قرب منها او مسكها. يا هتستمتع جدا هو فاكركده. بالزبط. مم. وده السبب اللي بيخليه لما - 00:08:13

اعمل الفعل ده ما يحسش بالذنب ليه؟ لو انا اقتنعت ده بيديها خدمة هو فاكرك انه بيعملها خدمة. لا هو مش هو كمان مش مقتنع ان هي على مستوى الانسانية فانا هو شايف هي حيوان - 00:08:33

هي الة. مم. طبعا شيء واضح جدا ضعف العلاقة الروحانية او الصلة بربنا سبحانه وتعالى لان في بتدمر جدا فرصة اي شخص ان هو يعني يبقى عالم بامور دين وهو يقرب من ربنا لان دي حاجة ماشية في خط معاكس خالص الشخص بيكتتب ويبضايق - 00:08:43 وبيحس بخجل لدرجة ان هو ما بيحاولش يقبل على الافعال اللي فيها تدين حفز للقرآن احاديث فرج على برامج معينة يحس ان هو اضعف من ده بيحس انه متدينين دول ناس - 00:09:03

في عالم وفي عالم سفلي وحش اوي. اه. واوحش منهم بكتير. اومال تبرر بايه بقى انتشارها في وسط يعني في العالم الاسلامي وجودها بنسبة كبيرة حتى ممكن عند بعض الناس اللي بتمارس الممارسات الدينية من صلاة او غيره - 00:09:15 البرر ده بايه؟ اعتقد شيء منطقي ان البونوجرافي تنتشر في المجتمعات المتدينة اكثر. لسبب واحد. ايه؟ البونوجي بيتبص لها على انها احسن الوحشة بمعنى انا شخص بخاف من الزنا انا عمري ما حزني بخاف من ربنا سبحانه وتعالى. اه. بس ضعيف الارادة وضعيف المعرفة فوقعت في ده. اه. فبقيت او عبد فيه - 00:09:31

بس ابقى خايف من فكرة الزنا. يعني فكرة ان انسان يكون عنده دين يجرب الاول مرة ادمان لكن في الاول هذه السجاير السيجارة دايم اول سيجارة كانت السيجارة الاخيرة يقول لك دي هجرب بس مرة واحدة ومش هقرب منها ثاني وتبقى ادمان. اول كاس وهكزا - 00:09:54

اللي يخلي انسان آآ متدين الى حد ما مش متدين يعني مش انسان عنده آآ يعني آآ ايمانيات عالية ولكن انسان بيمارس دينه ببصلي يجرب دواء هو انه شايف ان ده هو - 00:10:13

احسن الوحشين او يعني هو مش بيقع في الزنا. فعنده حل وسيط يجربوا ولما يجربوا بيقع في الفخ والمصيدة. مم. ده يمكن بقى المرة الجاية لما نتكلم في الحلقة الجاية ان شاء الله هنتكلم عن مسألة الوقاية اللي هو ان ازاي الانسان يقي نفسه وما - 00:10:30 لزلك سبحانه الله! احنا مش ممنوع اننا نشرب خمر! ده احنا ممنوع نقرب اصلا من الخمر! ده احنا ما نقعدش على ترابيزة فيها خمر! ده احنا ما بنقدمهاش ما بنبعهاش ما بنمسكهاش - 00:10:46

ليه؟ عشان مجرد الاقتراب منها اذا الانسان جربها مرة قد انها ما تبقاش اخر مرة. مم بس كلام حضرتك مضبوط جدا في نقطة واحدة حضيفها بس آآ تسعين في المية من الاشخاص اللي بيدمنوا البونوجرافي بيكونوا تعرضوا لها في سن صغير جدا من تسع سنين لاتناشر وتلتاشر سنة. ياه! جدا! اه طبعا - 00:10:56

على فكرة لو حد شاف البونوجرافيمن وهو عنده حاجة وعشرين سنة والجزء اللي في العقل اللي هو اسمه الجزء اللي مسئول عن او اللي خد القرارات نضج فهو هو لما يتفرج على ده من الاول هيقول ايه ده! ده شيء مصطنع وخيري وهيدرك ذلك. هم. المشكلة ان الطفل لما بيقع في الموضوع وهو صغير ممكن يكون واحد بيخش على جون - 00:11:18

بيكتب اي كلمة بحس بشكل عادي جدا. مم. يطلع له لينك من لينكس لموقع اباحي يخش يتصدم في الاول من موقع لموقع لموقع. الموضوع يفضل متصاعد معه سنين. مم فانا عايز اقول الموضوع ممكن يبقى ادماني ومشكلة مش عشان الشخص تجرأ وجربه وهو قاصد. ده عشان هو وقع فيه وهو صغير ايوة. وهو ما كنش عايز يقع - 00:11:38

ايوة. بس وقع في المصيدة. بالزبط. يعني في ناس يا جماعة وقعت في الكلام ده وهي ما كانتش عايزة تقع. بالزبط. اه لو حد دخل وعرف ان حد من افراد اسرته بيعمل كده ما ينزروش نزرة وحشة - [00:11:58](#)

ده مسكين ده محتاج علاج محتاج مساعدة او كي اه اتكلمنا عليها او او فساد العلاقات او تدميرها سواء زواج او علاقات اسرية. برضو دي نقطة مهمة جدا ان الشخص ممكن - [00:12:08](#)

من يعاني خسارات مادية مادية. هو بيستخدم بالزات. يعني ممكن نقول ان دي من اهم التأثيرات السلبية اللي اه بتعملها على حياة الشخص. المستهلك جزاك الله خيرا كلام رائع جدا انا الحقيقة - [00:12:22](#)

يهمني ان المشاهد يعرف لو كان بيخش على المواقع دية هو مدمن ولا لا ازاى يقدر يعرف هو مدمن ولا لا؟ تنصح بايه انصح اه احنا اتكلمنا على الاعراض الاساسية. هم. تمام؟ الى جانب كده هو لازم يخش بنفسه ممكن يكتب على جوجل بورن اديكشن بورن ادكشن - [00:12:36](#)

او او هيطلع له كتيرة جدا لمؤسسات كتيرة جدا على المواقع بتاعتها آآ بيعمل حساب للياس والنو في اسئلة كتير. ويطلع له آآ نتيجة متوسطة اه انت نتيجة لكزا لكزا وكزا وكزا او مش اديت البونجو فيه. مم. فدي مهمة وللازم الشخص انا متخيل ان لو حد - [00:12:57](#)

حاسس ان البورناجي فيه مشكلة في حياته ولسه بيكتب على جوجل كده الاسم حقيقة مزعجة هو مش عايز يقتنع ان هو فعلا ممكن يبقى عنده ادمان. انا عارف ان هيبقى فيه انكار زات وفيه حالة - [00:13:25](#)

انا اسف مش انقاز حالة انكار عالية اوي ان لا انا ما عنديش مشكلة. الخطوة دي مهمة جدا لو انت فعلا حاسس ان فيه مسببة لك ازمة في حياتك وانت عايز تتخلص لازم - [00:13:36](#)

اول تعترف ان انت مدمن مواد اباحية او لا انت كده دخلتنا في العلاج بقى لو طالما دخلنا في العلاج خلينا نخش فيه ما ده انت انت جرجرتنا للعلاج - [00:13:46](#)

تمام. يعني سانية واحدة مسألة الاعتراف بان انا مدمن دي مهمة دي اهم خطوة. دي اهم خطوة. دي اول خطوة واهم خطوة. اه. ما ايه اللي بيبعد الشخص عن العلاج؟ ايه اللي بيخلي الزوج اللي زوجته بتقول له تعال - [00:13:56](#)

مع بعض نروح لدكتور يقول لها لاه ويبقى عنيف ويبقى دفاعي. هو مش عايز يعترف بالانكار. بالزبط هو مش عايز يقول ان عنده مشكلة. حاجة صعبة عن نفسه. ده مفهوم لان الفكرة لما - [00:14:14](#)

تحس الواحد ان هو عاجز او ان هو فيه حاجة بتسيطر عليه دي حاجة وحشة. احنا مش بنحب نحس ان احنا آآ فاقدين السيطرة. فان انا اعترف بده بياخد ان انا اكسر حواجز نفسية كتير جدا بس ده مهم جدا في الاول. لا بعد ازنك بقى معلىش - [00:14:24](#)

شرعا احنا بنستفيد ايه من قصة الخطيئة اللي وقع فيها سيدنا ادم والسيدة حواء عدة دروس من ضمنها ان ربنا خلي بالك هم لما لما غلطوا اتزنقوا. هم ما يعرفوش التوبة - [00:14:39](#)

تتلقى ادم من ربه كلمات فتاب عليه سيدنا ادم تلقى طريقة يتوب بها ايه هي بقى قال ربنا ظلمنا انفسنا اعترف بالخطأ الاول. وان لم تغفر لنا وترحمنا لنكون لنا من الخاسرين - [00:15:03](#)

يبقى مش تمسك انت عايز تتوب ما تمسكس سبحة بعداد وتقع تستغفر الله استغفر الله استغفر الله استغفر الله كده عشرين الف مرة. لا لا لا خالص. لابد تعترف بخطأك اولاً - [00:15:25](#)

هنا انت جاي كلام بقى خطير بتقوله لي ان اول خطوة في العلاج من الادمان هو الاعتراف بان انا مدمن عشان اقدر اتعالج بالزبط. مم بالزبط. طيب ايه كمان بعد كده ما انت دخلتنا بقى في العلاج بقى ما احنا مش هنسبك النهاردة طالما دخلتنا في العلاج ناخذ اول مرحلة كده في العلاج اول حاجة الاعتراف بالادمان - [00:15:35](#)

طب ايه كمان الاعتراف بالادمان وللازم ودانا فيه خطوة صعبة جدا تقول لحد تاني انت بتثق فيه على مشكلتك. اوف اعتقد دي هتبقى صعبة قوي على النفس. دي لازم. انا مدمن ممكن تساعدني! مش معقول طبعا يا خبر ابيض! ده استنى بقى - [00:15:54](#)

يعني ده الغرض منها ايه؟ انه يخرج من عزلة. بالزبط. لان طبيعة الفعل هو الفعل ده بيتغزى على انه فعل يعني بيقام في عزلة وسلوك. مم. يعني انا لما انا بشوف مدمن مخدرات فيه حاجة ملموسة عن طريقها يعرف ان الشخص ده عنده مشكلة. مم. لكن هو بتتمسك؟ لا - [00:16:11](#)

مم. فلو ما اعترفش انه ما قالش لحد ما حدش هيقدر يعرف. لو هو بيخبي كويس وما فيش حد بيشف او الاثار اللي بيعملها. فلازم الشخص يقول لحد ثاني. ليه - [00:16:30](#)

لان اه في مرحلة طويلة بتاعة العلاج هيكتشف ان في اوقات كثيرة جدا حيبقى صعب عليه ان هو يتغلب على رغبته واستخدام لوحده فلازم بيقى فيه لازم حد بيساعده. لازم اول حاجة يعترف انه مدمن - [00:16:40](#)

يعمل التيسر بتاع الادمان عرف انه مدمن يعترف قدام نفسه ان هو مدمن يخرج من العزلة بانه يختار شخص هنا بقى فيه مشكلة جامدة جدا هو اختيار الشخص يا ريسكي قوي ده فيه مخاطرة خطيرة ان قاد الشخص اللي انا بختاره عشان اقول له ممكن بيبوز الموضوع اكرر. يكون بيبوز الموضوع اكرر. ممكن يكون آآ تقوم طالبة الطلاق. تقوم يعني يعني الموضوع مشكلة - [00:16:57](#)
فلايد الانسان يختار الشخص كويس انسان عنده حكمة فعلا. انت تنصح بايه؟ طب هو عموما فيه مقولة بخصوص النقطة دي فيه بتقول اذا او ان انت تقول لحد ثاني ده يعني ده - [00:17:18](#)

انت بتحسبه. لازم تحسب الريسك. ما ينفعش اول ما ترفع انت ما ينفعش تجيب تقول انا هكلم ده لآ انت لازم تتأكد ان الشخص ده هيقبل وحيثهم وحياسدك في حاجة ممكن اقولها تخلي وجهة النظر تختلف شوية. مم. كلنا مدمنين - [00:17:32](#)
كلنا مدمنين. هم. كلنا في حياتنا عندنا نوع من الادمان. هو الادمان بيستخدم في ايه؟ انا بستخدم الادمان عشان انفصل عن الواقع في المواقف صعب علي تحملها. مم. في نوع من الادمان في امريكا اسمه او العلاج بالشراء. مم. ان الشخص لما بيحس ان هو متضايق. مم. مدمن الشرا - [00:17:49](#)

بيعالج الاحساس ده بان هو عايز نشوة الشرا عشان يحس باحساس مؤقت كويس. ايوة. ما دي شهوة من الشهوات اللي موجودة شهوة التملك. بالزبط الانسان نزل يشتري فانا عايز اقول للناس - [00:18:09](#)
كلنا عندنا نوع من الادمان. الشخص ده وقع في وعادة ممكن يكون لعدم تحقق شهوة اخرى. فبيعوضها بشهوة. بالزبط ما هو طبيعي الشخص حتى في مقولة مشهورة جدا معظم الاشخاص اللي بيوقعوا في مشكلة البونوج في بيكون عندهم مشكلة في حياتهم اساسا. لان انا مش هدور - [00:18:19](#)

مصدر يخضرني ويسعدني لو انا نفسيا مستقرة لو آآ والدي ووالدتي متماسكين لو انا نفسيا في توازن. مم. يعني ممكن خلافات في الاسرة تخلي الشاب عايز حاجة ينهي نفسه بها. عايز حاجة ينفصل بها حاجة تشغله - [00:18:39](#)
فممكن يكون ده ممكن ده بيبقى مخدرات. ممكن ده بيبقى صحاب وحشين. ممكن ده بيبقى بطريقة صحية بس برضو استخداما الزايد غلط زي القراية. في حاجة اسمها او الناس اللي هم مدمنين - [00:18:53](#)

في ناس بتحب الكتب الفانتيسي عشان بتفصلها عن الواقع. كتب الخيال. عشان واقع اليم. فهو عايز فانت سي. اه. زي الافلام اللي بتلعب على وتر المشاعر زي افلام تانية خيالية كتير. اه. فده بالنسبة للبنات دي خيال مختلف عن الواقع انا عايز اعيش فيه عشان انفصل. اسألك سؤال مين اكرر - [00:19:03](#)

اه عرضة للوقوع في الادمان الاباحية. الولاد ولا البنات هم اللاتنين ممكن يقعوا بس اعتقد الراجل اكرر بكتير لان آآ الاحصائيات ايلة للرجال اكرر ولا النساء؟ الاحصائيات قايلة للرجال اكرر الرجال ستر اكرر انا عايز اقول لك ان - [00:19:23](#)

اه الدكتور عمرو شريف وسبحان الله انا امارح اكتشفت بس انه قريب محمد حازم شريف يعني ابن عم الوالد او حاجة اه له كتاب عن المخ اسمه المخ ذكر ام انثى - [00:19:42](#)

آآ بيتكلم فيه عن الاكتشافات بقى العلمية وما وصلت اليه احدهم الاباحاس. ولقوا انه اه مخ الذكر يفكر في الشهوة الجنسية من ثلاث الى خمس مرات يوميا مخ الانثى يفكر في الشهوة الجنسية من ثلاث الى خمس مرات - [00:19:57](#)

شهريا وممكن اكثر شوية على حسب اختلاف الثقافة. لكن لا يصل ابدًا الى معدل الله. ولا حتى الى نصف بسأل حضرتك سؤال. مم.

مش ده دليل على ان البنات اللي بنشوفهم في الافلام - [00:20:21](#)

يكذبوا وان فعلا ما فيش بنت بتشتهي الجنس بالمعدل مزبوط اه. احنا خيلنا نستعرض بسرعة الخطوة التالية في موضوع العلاج. قلنا

الخطوة الاولى الاعتراف بالادمان. الخطوة الثانية الخروج من العزلة واختيار شخص حكيم يستطيع مساعدتنا - [00:20:40](#)

بعد كده ايه اه من الحاجات اللي بتخلي مشكلة الادمان تستمر هو طريقة التفكير فيها. اه الشخص اللي بيكون مدمن بيكون سلبي

جدا في طريقة تفكيره مم. او طريقة تفكيرك لازم تتغير - [00:21:05](#)

اه من خلال نقط معينة ممكن نقولهم ونشرحهم في الحلقة الجاية ممكن اوروبا نقولهم وشرح خفيف كده مع كل واحدة وبعد كده

ناخد واحدة واحدة بقى بيتاع ايه اول حاجة اول حاجة او بلاش جلد النفس - [00:21:21](#)

ده شيء سيء. ثاني حاجة. لا لا لأ. بص آآ جلد الزات. يبقى اسوأ شيء الانسان يجلد ذاته. يزود اوي في التأنيب لنفسه بالزبط. ده ده اسر

سلبي مش ايجابي باي شكل من الاشكال. هنتكلم عليه بالتفصيل بعد كده. آآ هو احنا خيلنا نتكلم عليه بالتفصيل دلوقتي ده موضوع

مهم. شوية وقت في الحلقة كمان واحدة - [00:21:37](#)

ما فيش مشكلة بتاعة بتبتدي كالتالي. مم. دورة الادمان. اه. بيتدي بايه وبيتتهي بايه. مم. بيتدي اولًا بمؤسر خارجي او داخلي.

خارجي يعني شايف حاجة جنسية مسلا شايف اعلان معين - [00:22:03](#)

استفزه وشاف مجلة معينة فيها صورة جنسية فخلته يفكر في او مؤسس داخلي قلق توتر آآ يعني ممكن يكون ملل. اي احساس

سلبي بيطلع عنده رغبة في استهلاك المخدر بتاعه اللي بيحسسه ان هو احسن. تمام. بعد لما بيكون في ده او بيحصل له عملية -

[00:22:17](#)

بيرغب في بيتندي يحس بتغييرات فسيولوجية زي نبضات القلب بتزيد بيشفو الحاجة بتعجبه الحاجة او المؤثر ممكن يكون داخلي

ممكن يبقى اوتر. اه ممكن توتر داخلي. انا عايز اقول لحضرتك ان من اكثر اسباب او من اكثر المؤثرات المؤدية - [00:22:41](#)

الى استهلاك البونوج فيه مش حاجة جنسية بل هو التوتر. التوتر. لان ميزة العصبي انا واحدة ميزة الافلام الاباحية ان هي لما

الشخص بيشفوها بينفصل تماما عن الواقع. مم. وعي الانسان بيبقى عامل زي - [00:23:01](#)

عامل زي القمع. القمع بيتندي واسع وبيضيق. لغاية ما يوصل عند نقطة مشاهدة البونوجوفي بيكون تركيز الشخص فقط على منفصل

تماما عن اي حاجة تانية. مم. بالمنطق لما احنا بنكون متضايقين عايزين نخلص من الاحساس ده فالشخص اللي مبيكونش متعود

على اسلوب صحي يتعامل بيه مع القلق بيستخدم - [00:23:17](#)

الغير صحية زي ان هو يتفرج على المفروض يكون عند الانسان اسلوب اخر به مع الضغط العصبي والقلق والتوتر اللي عند الانسان.

بالزبط. او كي. طب مم. كملي بقى تمام. آآ فكرة الفكرة تطلع في مكتب تقول طب ما اتفرج ثاني ما ما علش مرة وهتعدى ما فيش

مشكلة. يحصل الدوبامين بيطلع بيتندي يحصل - [00:23:37](#)

افراز لان الدوبامين بيفرز في حاجتين في الفعل نفسه وتوقع الفعل بمعنى لو انا فكرت في الاكل واشتهيته عملية اشتهاا الاكل افراز

من دوبامين. اه. ان انا افكر في لوحدها - [00:23:59](#)

عملية بتسعدني اساسا. مم. فبعد لما بيحصل دي الفكرة التانية بتيجي تقول مسلا يجي اخر بقى صوت عاقل اخر صوت اخر نقطة

ممكن يقف عندها طب يعني وقف خلي بالك انت ممكن يحصل لك كذا المرة اللي فاتت بيتندي يكسر الصوت ده الصوت يقول له حرام

او هتتمسك او هتتقفش - [00:24:15](#)

او اي اي اخر صوت بيقول له بلاش. بلاش تعمل كده. بس للأسف هو الصوت ده بيضعف كل اما بيحصل لها او تطور. اه كل ما الانسان

بيمشي في الدورة بتاعة الادمان كل ما عمل الصوت ده يقل خالص. لان الموضوع عامل زي الزوحليقة صعب ابقي واقف في نص

الزوحليقة يعني لو انا وقفت في نصها هكمل لان هي كلها بتنحدر - [00:24:35](#)

لكن لو انا واقف فوق ومشيت ولفيت فمش هقع. مم. تمام؟ اخر حاجة خالص الوقوع في المشكلة استخدام وممكن ماستربيشن هو

العادة السرية. بالزبط. اوكي. يعني واحد يستخدم ويتفرج على مواد اباحية. ثم يمارس العادة السرية. اه - [00:24:55](#)

اه بخصوص النقطة دي ممكن اقول حاجة سريعة كده سبب من اسباب ادمان حاجة اسمها هقول الاسم بتاعك هشرحها معناها ايه؟ في تجربة شهيرة جدا عملها اسمه ايفون تافلوف. مم. ايفون تافلوف كان عنده كلبين. الكلب بطبيعته بيسيء لعبه لما يلاقي اكل قدامه. تمام؟ تمام. طيب. قال انا عايز اربط - [00:25:14](#)

عند الكلب ما بين مؤثر خارجي حيادي ما لوش معنى وادي له معنى فيشير للاكل. فعمل ايه ؟ كان كل شوية يضرب الجرس يجيب الاكل. مم. يضرب الجرس بعد كده يجيب الاكل عمل الموضوع ده - [00:25:37](#)

عشرين او خمسة وعشرين موظف. مم. جاف في الستة وعشرين ضرب الجرس وما جابش الاكل فالكلب سال لعبه. سال لعبه على الجرس. لان حصل له او حصل له ارتباط ذهني ارتباط في ذهنه بين الجرس وبين الاكل. بالزبط - [00:25:49](#)

تمام. فاصبح بقى ايه ده علاقته بالبورن بقى ؟ ان انا لما بيكون العادة السرية لها علاقة بمشاهدة البونونج في انا كده باعزز ادماني التجربة اللي انا يعني بخوضها فباحبه اكثر. اه ما بين او الامتاع وما بين مشاهدة البونونج. اوكي تمام تمام - [00:26:05](#)

يعني يمكن من وسائل العلاج بقى ده على فكرة جت لي دلوقتي ان الانسان اللي بيتفرج على البونونجرافيه وبعد كده يمارس العادة السرية اللي بيعالجه يقول له ممكن ما تمارسش العادة السرية - [00:26:25](#)

اه طبعا وهتمارسها مش مع البرنوجر. مرتبطين دي عملية تهيئة اكثر وعملية آآ اللي بتقول عليها. مم. بالزبط. طيب اخر حاجة خالص بعد لما الشخص بيقع في المشكلة الندم بقى هي دي النقطة بعد لما الشخص يخلص ويرجع لوعيه اول حاجة ايه اللي انت عملته ده -

[00:26:38](#)

مش انت قلت ان ان انت مش هتعمل كده تاني ان دي اخر مرة ويبتدي الاصوات السلبية بقى جيش بيهجم عليه. مم. احنا ليه بنتكلم على ان انت ما تجلدش نفسك. مم - [00:26:58](#)

التعامل مع الانتكاسات مع اهم نقطة في العلاج. ان الشخص لما يقف يبص على المحاولة اللي فشلت دي كطريقة يتعلم منها مش حاجة يستخدمها عشان يجلد نفسه زيادة او يعزب نفسه نفسيا زيادة - [00:27:08](#)

لا لا لا ده كلام جامد جدا انت بتتكلم على الانتكاسة يعني واحد بدأ بيعالج نفسه وقف شوية - [00:27:27](#)