

مخدرات عقلية !!) أضرار السوشال ميديا)

أنس شيخ اكريم

بنتحول لعمل في مجموعة اشياء بتخلي الانسان بيعلم الحق وما بيعمله ويعرف الاشياء اللي بتضره وما بتركها. هاي بنسميها الاشياء اللي بتجينا الغفلة الاشياء اللي يسموها المستغفلات او الاشياء اللي بتجيب الغفلة. اهمها وعلى رأسها في زي ما في اخر تقريبا عشرة خمسطعشر سنة. هو ايش - 00:00:00

مواقع التواصل الاجتماعي. طيب. مجرد اني انا بعرف المعلومات مش شطارة. زي اللي عارف انه مضر بس مش عم ياخذ قرار صح؟ مش عم ينطاع الصحة او عالاقل يهيى الصحة اللي حواليه انه حيبطل يدخن مش عم ياخذ - 00:00:28

الاسباب مش عم يكسر ميكة الدخان من قلبه ولا اشي بعدين يكسره من واقعه. مش عم بروح وما يخاف لومة اللائمين في انه ترك التدخين. صح؟ بدنا خطوات عملية ايش اكبر اشي بيمنع الخطوات العملية هاي دايمًا هو ما يوضع في الارادة من اكبر ما يضعف الارادة. موضوع اللي احنا بدنا نحكي فيه ان شاء الله. طيب - 00:00:48

النقطة الثانية هاي النقطة الاولى انه اذا بدك تترك السوشال ميديا او خفف منها فيعرف انك انت عم تستثمر بايش بارادتك يعني بتحويل النظر العملي. يعني بتحويل اللي بتصير تتعلمه من تنظير واقع. لانه انتم بتعرفوا - 00:01:07

مواقع او السوشال ميديا او هاي الاشياء هي من مخاطرها انها ايش بتسوي في الواقع بتزور وبتزوق الواقع وبتحط عليه ميك اب انتم بتعرفوها النكتة تبعت اللي واحد كان خاطب جديد وزوجته وخطيبته مكيجة. فنزلت مطر - 00:01:27

شو صار بعدين اكتشف انه حسن اللي جنبه اه رجع حسن طلع مش اه مش سعاد في الواقع السوشال ميديا بالزبط بيعمل ميك اب لحدا بس بيطلعوا ايش؟ ملك جمال - 00:01:49

واضح؟ طيب هاي النقطة الاولى النقطة الثانية ليش ايش اضرار السوشل ميديا؟ اضرار السوشال ميديا اعتيادي الاسهل اعتياد الاسهل وبالتالي اعتياد الاكسل الاسهل وبالتالي اعتياد ايش؟ الاكسل فالانسان كل ما بتدمن اكثر حسد مدة الادمان والجلوس

عالسوشل ميديا - 00:02:06

الارادة اذا راحت ما عاد الانسان صار كسول الانسان صار ايش معلوم؟ صار انسان كسول رب العزة لما خلقنا خلقنا لهدف عظيم. اللي هو انه نعبد الله نعبد الله ونتبع هدي النبي صلى الله عليه وسلم في كل الامور في الحياة في الحياة اليومية في تنظيم الوقت في اعطاء كل ذي حق حقه في - 00:02:34

النوم الاكل الشرب اللعب المرح المزح الجد. الى خلاف العلاقات الاجتماعية في العلاقات الاسرية السوشال ميديا والمشاهير. شو مشكلتهم وين ييجوا بالزبط؟ مين يقول ليهم ييجوا بالزبط كبدل كبدل عن هدي النبي صلى الله عليه وسلم في تفاصيل ودقائق

الحياة - 00:03:00

مش بديل. فبتصير انت ايش مالك؟ او انت ايش بصير مالك؟ بتصير انت عم تتبع حدا اجمل وتترك قدرة ايش مالها هذا من من مشاكل السوشل ميديا. خلينا ناخذ مثال سريع جدا - 00:03:28

مين عنده اجواء اصغر منه ان شاء الله بعد ان شاء الله تتزوجوا بتخلفوا عنكم لا تعرفوا انت مرات تيجي تعال ولا. طبعا انسوا ولا هاي لحالها يعني. طب تعال روح جيب لي مي - 00:03:47

خرجتوا شوي ولا لقيتوا ايش بسوين شو بتعمل بالعادة مشاهير السوشال ميديا شو بيعملوا بالعادة منوعين حسن اخلاقهم الى اخره. طب تخيلوا انتم ان الرسول صلى الله عليه وسلم في الواقع مش في الخيال. سيدنا انس بن مالك كان عمره سبع سنين -

لما خدم الرسول صلى الله عليه وسلم لعمر سبعتاشر سنة يعني كم سنة النبي صلى الله عليه وسلم عشر سنين فما امرني بامر

فتوانيت عنه او ضيعته. يعني انت اخطأت انه توضحاً اشبه من الخدمات - 00:04:26

في السماء ولا مرة ضيع طلبات الرسول صلى الله عليه وسلم قال سلامني وانا مرة لم فان نامني احد من اهل بيته من اهل بيت النبي صلى الله عليه وسلم شو كان يقول لهم؟ كان يقول لهم دعوه فلو قدر او لو قدر ان يكون - 00:04:47

مين بيتخيل انك تستطيع توصل لدرجة من التغافل انك لما تطلب خدمات لمن هو ادنى منك ايش ايش القوة الجبارة هاي في ضبط الانتقاد وضبط التسخط وضبط هذا في الواقع - 00:05:07

هذا عندك قدوة عملية. القدوات النظرية او القدوات السوشيال ميديا هي يعني ما اظن ابدا ابدا انهم يقتربوا من هدي النبي صلى الله عليه وسلم فيعني ينتبه لهذا. النقطة اللي بعديها - 00:05:28

من مفاصد السوشيال ميديا اللي هو ما يسمى التعلق بالمشاريع سواء كان صالحين او طالبين. شو يعني؟ معناها بصير انا مش في اكل وشرب اه بصير في عندي معاها عم تنزل لي من هادا اللي انا ايش مالي او هادي اللي انا - 00:05:46

مدمن عليه ومتعلق فيه سواء كان متدين او غير متدين سواء كان مغني ولا منشد لالعاب ولا راجل ولا رقاصة بغض النظر طبعا اكد ادمان على صالح اخف بكثير اذى من الادمان على حدا - 00:06:12

وفي كل خطأ او في كل سوء وفي كل شر. طبعا اه اظن اللي انتم متابعين الهوس اللي بصير اه مع الوقت بالمشاهير هوس شديد يظل يتدرج وكل ما بتابع اكثر كل ما بصير فيك ايش - 00:06:28

تصير مدمن اكثر كل ما تصير مدمن اكثر تتخذي الارادة كل ما بتتخدر ارادتك بيزيد كسلك كل ما بيزيد الكسل بتصير تضعف عن الحياة. ومن هون بنفوت للمفسد اللي بعديها - 00:06:48

الخطأ الخامس اللي هو التخدير عن الام الواقع التخدير عن الام واقعي. بدل ما اعيش الام انه انا مش عارف اتعامل مع ابوي او مشاكل امي وابوي او مشاكل في الدراسة او مشاكل في ضبط الوقت او مشكلتي فيني مش عم بصحى عصاة الفجر او مشكلتي في اني انا اه - 00:06:58

عشرين تنين وعشرين ثلاثة وعشرين سنة. وما لحدا ما عرفتش اكون ولا علاقة مستقيمة. ثابتة مع حد وانا مو شو بسوي؟ بروح عالسوشيال ميديا وبخدر حالي. فهي بتصير زي ابر ايش مالها - 00:07:22

طبعا تخدير للواقع. طبعا كل واحد فينا بيحتاج دايما تخدير ولا لأ؟ شوي. محتاجه ما محتاج بيدمن التخدير لانه بيدمن التخدير شو ماله يتحمل الواقع عشان هيك فهمنا العلاج النفسي للمكتئبين - 00:07:40

والقلقين ايشحر اشحر اشهر ممارسة لمرضى القلق والاكتئاب نفس الموضوع نعم سطو وهروب من الواقع. الواقع الواقع ربنا خلقه فيه ايش وايش الواقع فيه خير ان شاء الله حلو ومرض. فيه غدة وفيه قلب - 00:08:01

الانسان بيحب انه يشوف اشياء بس فيها ايه اشياء بس الالم والتعب بس وين الخطورة؟ النافورة يكون نفور غير صحي نفور وهروب من الالم الطبيعية تبع فالانسان يحاول قدر المستطاع انه ينتبه من هذا لانه مع الوقت بصير في عندك مبالغة شديدة في نفور من الالم ويساوي بتصير - 00:08:38

انسان خيالي الانسان حالا تصير انسان تعشق انك انك اه تفوز او تنجح او تنجح في الزواج او تنجح في التربية وتنجح بتنجح مع اهلك من دون بذل مجهود من دون صعوبات وهذا الحكي خيال - 00:09:08

هذا الحكي نفسه خايف بتزيد عنده نسبة ايش؟ الخيالية. فبصير لما ينزل عالواقع بتكسر القلب الميت نعوذ بالله من قلب الميت انه لا يدخل في الايمان دكاترة يعني خيلنا نحكي الولوج والدخول في في الكاميرا والتصوير واني اصور واتصور وانشر واصير مشهور -

هذا كلياته الانسان بده ينتبه جدا لذلك احنا عنا مشكلة اكتئاب تسمعوها باكتئاب ما بعد الولادة. في عنا اكتئاب اعراض الشهاب عم

بحكي عن جد مش مش أنا مش مستعد كان للشهرة. الشهرة ضريبتهأ ضخمة. صعبة ومؤلمة ومرة - 00:09:56

والانسان بيصير بيصير العجب اللي جواه والكبر اللي جواه لما يشوف انه عنده مليون ونص مليون تتين مليون يعني بحسب عدد مشتركين في قناته بصير يظن نفسه نجا او يظن نفسه ان هو الاحسن او يظن نفسه انه هو جمال الافضل - 00:10:24

ابدا الواقع مش بالفروة مش بالعدد المتابعين ابدا واقع مش بالعدد المتابعين ولا يوم القيامة انتم الملكين راح يسألوك كم فلورز عندك ما تقول في بي تي اس؟ اه بيسألوكم ايه - 00:10:43

ما في الاشياء صح؟ في سؤال عن ايش ربك يدينك النبي الذي ارسل فيكم صح؟ انتم بتفكروا ان الناس سهل عليها تجاوب؟ الناس اللي بتعرف المعلومة نظري بتقدر تجاوب امام الملائكة - 00:11:04

زي الدخان زي قبل شوي شفتوا المثال لما رفعنا دخان هو الانسان اللي عارف انه الدخان ضار عارف يتركه وكذلك المعتاد انه يخرق اوامر الله ويضيع وقته يخشى عليه انه ايش - 00:11:21

طيب من الاشياء ايضا اللي هو تشتيت النفس من المضار في السوشيال ميديا وتشتيت النفس. ايش يعني تشتيت النفس؟ يعني تصير الناس كل شوية بيطلع لها حدا تحبه. او تشوفه بالنسبة لها ناجح بناء على كل واحد وميولاته الاتفاقات مع هذا المشهور.

فبتبلس الناس - 00:11:37

ايش تسوي يطلع فلان بكافح الالحاد بصيروا كل الشباب بدهم يكافحوا الالحاد بطلع شب بده يحكي في النفس في الشريعة بصير كل نفس الشريعة مرحبا طبيب بصير نعمل زي طبعاً بحكي عن فضلا عن انه - 00:12:01

اللي مش مش قادر ينجح في الواقع. لما يشوف نجاحاته الوهمية تبع حدا طالع بحكي فيديو عن كيف تتخلص من وزنك الزائد بسبعطعشر فيديو وحدة نازلة تطبخ. يعني انا مش عارف اثنين مليون ثلاثة مليون عم بتطبخ ليش - 00:12:20

طب ما عمرك لما تطبخي انت بتغضي بصره عنها صح؟ صح؟ اعوذ بالله استغفر الله صح؟ والمطبخ مش النا وما استعملناش وانا مش جاني ومش انا ومش عارف ايش طيب ليش فايدة على صفحة طبيب - 00:12:42

واحدة منحت ميك اب شو شو الابداع في الموضوع وقت حكمي كمؤامرة بحكمي كم هو اختي بحكمي كم وكل واحد فينا اهله بحضنه ما يبقاش الفكرة شو اللي بصير؟ بصير انه البحث عن الحلول السهلة السريعة اللي تخدر واقعي. وبصير دايماً كل ما الاقي

الي حدا عم ينجح باشي بصير - 00:12:59

انا ايش بصير بدي اصير زيه. فطبعاً لا بسوي هاي ولا بسوي هاي ولا بسوي هاي نيجي هون لشغلة كتير من الشباب هون بقول انا ما بتأثر لما بتطلع. شو رأيكم بالله؟ في حدا ما بيتأثر؟ في حدا ما بتأثر - 00:13:19

مستحيل حدا ما يتأثر حسب عقل الانسان وقوة علمه وارادته وقلبه وايمانه مهاراته في الحياة. يعني احنا اول ما طلعت الشعوذة البشرية اول ما طلعت تبعت اللي هو انت تخيل حالك قوي وقول انا قوي خمستاشر مرة الصبح وخمستاشر مرة بعد الغدا -

00:13:35

ما ركبت معنا ليش واحد لاعب لاعب بكون فوق اربع خمس سنين متقطع تقطيع جماعي. شو دخل دوي مش قوي بدك مثلاً اه بدك اه زوج كويس فبتجذبيه عن طريق انك تحطي براسك الصفات الايجابية اللي فيها - 00:13:57

طبعاً حدا واقعه سيء جدا جدا بيبكون اكبر زبون عند الناس. من هذا النوع. عشان هيك زمان الناس التافهة الله يبعد عنكم. هم مين؟ اصحاب النفوس الضعيفة واصحاب الايرادات الضعيفة جدا - 00:14:22

طيب النقطة التي تليها خطيرة جدا هي احتقار نعم الله سبحانه وتعالى عليك مقارنات مقارنات مقارنات طبعاً مقارنات بعدد المتابعين مقارنات بكم حدا بعت الطلاق وقارنت بكم حدا اعجب مقارنات حتى في - 00:14:37

انت بتسمع لحد بس لاقى تحت على الفيديو علينا اليوم الاثنين مليون او ثلاثة مليون اللي اللي نفسه عريضة بانه هو لا يعني ان يذكر عند الله ويعني انه يذكر عند مين؟ عند الناس. ايش بيصير عنده لما يشوف هذا الاشى؟ وهو بيحكي احسن كمان - 00:14:55

طيب احتقار نعم الله بتصير انتم بتعرفوا الناس اي لحظات ممتاز فتخيل انت شفت ساعة بس ساعة تخيل تقريبا كم لقطة حلوة

ممكن نشوف هلا انت ماشي عالشوط موضوع انه في اشياء مش ضروري تكون حلوة بقدر ما هي كلياتها تشتيت تشتيت تشتيت

تشتيت بس خيلنا نشتغل كم اكثر ممكن تشوف اخرج فات على فستان - [00:15:13](#)

طالعة راجعة نازل مخرج شهادة جنبه اه صاحبه جنبه سيارة جنبه لاعب جنبه الى اخره. كم كم ممكن بساعة وحدة انخر عن نفسي

لقطات خيلني اطلع على واقع شوفوا ايش ماله - [00:15:40](#)

ابيض واسود. ابيض واسود مع ان انت لو بتطلع وراء الكاميرا ايش يعني وراء الكاميرا من قبل اللقطة بعض اللقطة هتشوف حياة

عادية متوسطة ممكن تكون احسن ممكن يكون اسوأ ممكن تكون - [00:15:57](#)

بس بكل الاحوال انك انت تدمن انك تشوف هاي الاشياء بتصير تدمن احتكار نعم الله عليك فبتصير تشوف حالك شو مالك بتصير

تحس حالك محكوم والحرمان اساس الشعور بالتعاسة النفسية - [00:16:16](#)

طبعاً بالتدريج ببلش يرتفع عندك مستوى المظلومين. شو يعني المظلومين؟ انك انت ايش مالك؟ مظلوم زي ما بيحكي بدنا نقيم

نقول واكثر الناس بل اغلب الناس يظن ان ربه بخسه حقه - [00:16:36](#)

انه الله لازم يعطيه اكثر. بس الله ما اعطاك فهذا عشان ايش جاءت الوسيلة من الرسول صلى الله عليه وسلم انظر لمن هو امير في

امور الدنيا انظر لمن هو ادنى منه طبعاً مع السوشيال ميديا هذا ممكن؟ يعني صعب صعب يعني - [00:16:53](#)

هاي اللقطات من كل اشي ما بتلفت انتباهك اللقطات المؤلمة قدر ما بتلفت انتباهك اللقطات لايش الفرح والسعيدة لبعض الناس لا

في ناس الكئيبة والحزينة برضه بيصير ايش سوا؟ يهمل لقطات الحزن ليش - [00:17:16](#)

تذكرنا قصة انسان انا جوف الزمان انا سادس اللي هو انا بس انا ادور على ايه؟ على حدا اعيش لي ضوابط تبعيته. برضه في يعني

فاهمين؟ اسمعوا السوشيال ميديا مفتوحة لكل الزباين - [00:17:37](#)

الا هم انك انت تشتت قصاد عصيراتك وما تحول العين لايش؟ لعمل. ايش اللي انت عارفه نافع من زمان من سنة وتنتين وعشرة

بعرفها ولا واقع. لانه مخدر مخدر القلب. القلب ايش معنى مصروف - [00:17:54](#)

وان كان في علم عشان هيك في مصطلح قرآني احنا عنا العقل في القرآن هو يقتضي العلم لحاله النظري زي اليونانيين علم وعمل

في الاسلام العاقل لازم يجتمع علم وعمل اذا ما اجتمعوا - [00:18:10](#)

يبقى في علم من دون عمل بيبكون اقرب للمغضوب عليهم. اذا في عمل من دون علم بنكون اقرب لمين؟ لا الضامين. واحنا في كل

صلاة بنطلب من ربنا انه صراط الذين انعمت عليهم. اللي هم من؟ بيجمعوا بين العلم والعمل. فاذا بدك تصير اقرب من انك اللي تتعلمه

تعمله فبدك تقنن او تنهي - [00:18:27](#)

السوشيال ميديا طيب بدي اروح مع بعض عشان كم باقي معلومات طب كيف اتعامل مع السوشيال ميديا؟ طبعاً طبعاً شوفوا

الاضرار اغلبكم بتعرفوها وايش بتعملوا اغلبكم بتعرفوا والله غلط. والله والله اغلبكم بتعرفوا ايش لازم تعملوا. الاغلب بيعرفوا ايش

لازم يعملوا - [00:18:48](#)

طبعاً مين المستويات الحلول والمستويات بس انا قبلها بدي في شغلة عندي مهمة في التفصيل بعدين عشان انتم الحلول حلول يعني

متفاوتة بالناس عحساب اصلاً احتياجه لهاي الاجهزة لكن اه بسألكم سؤال المباح المباح في الاسلام مباح شرعاً. الاشي اللي حكمه

مباح زي حكم استعمال الموبايل. مباح ولا مش مباح؟ مباح - [00:19:06](#)

سؤال هو بصير معنى الحكم المباح في الاسلام انه بيصير كل حدا لكل حدا حلال حسب ايش؟ ايوه ممتاز اللي هو حسب الاستلام.

بمعنى انه اللي بيضيع وقته بالنسبة للاغلبية ويضيع - [00:19:31](#)

من بر الوالدين للريضة لايعطاء كردي خط حقه للصلاوات لدراسة في وقتها يصير على السوشيال ميديا فرق بصير استعمال

السوشيال ميديا في ذلك الوقت ايش؟ حرام كل عمرك بيصير ستين حرام - [00:19:51](#)

واذا كان بخليك اقل اقل مستوى فيكون ايش ماله واضح؟ فهذه النقطة الاولى يعني بمعنى ان الموبايل استعمال جائز حكم استمرار

الموبايل ايش؟ حرام يعني هذا مهم انك تفهم عشان تصير تتخلص من هاي معصية هاي معصية. يعني ستظل عليها الغلو والادمان

في هذا الاشي. عبارة عن تتخلص منها. وراح تساعدك كثير تتخلص - 00:20:11

من ايش من معاصي كثير ثانية وتخليك مركز اصلا في اهدافك في الحياة ومركز في اعطاء كل ذي حق حقه طيب اخر اشي يعني

في نصيحة معينة للكل بتنفع في انه كيف تضرب السوشيال ميديا - 00:20:43

في مجموعة نصائح النصيحة الاولى على الكل تسقط اللي هو الغاء كل التطبيقات باستثناء واتسابك اليوم تستعمله يومي وعندك

عليه شو؟ الغاء فيسبوك انستغرام تيك توك الغاؤه تماما من الجهاز - 00:21:04

هاي النصيحة اللي هو برأوا قبلها فعلا محتاجة اطفي اطفي انت لمدة ساعتين ثلاث اربعة خمسة ستة اقعد يوم يومين بالتدريج.

بدنا نجتمع محلي. الهم عندي اني لما كنت زهقان او ملان - 00:21:22

لما يكون في ملل عندي ايش اعمل ما تفتح. ما تهرب من الملل لهاي المخدرات اللحظية وعود حالك بسلامة شديدة انك انت تقطع
بعدين اذا نجحت شهر ساعتين. الشهر اللي بعده ثلاث ساعات. الشهر اللي بعده اربع ساعات ونلاقي تفسير حياتك اقرب للسواد. طب

ما بزبط مرة وحدة - 00:21:46

النفوس المهم انك انت خلص اليوم اللي حكيانه سوى مثال الدخان. نفس الدخان قلت لكم محاضرتي هي بالزبط زيي اللي هي كيف

تعليمات وزارة الصحة صيانة البشر اعطيتكم الروشة هلا ضل ايش - 00:22:12

ضمن العمل وكل عشان اختم بهاي النصيحة كل ما بتأخر العمل عن العلم كل ما بضعف جدا اثر الكلام كل ما بتكون اسرع بس بحكمة

طبعاً كل ما بتكون اسرع كل ما بكون العلم عم يشبك مع العين - 00:22:36

نسأل الله سبحانه وتعالى انه اه يعني يجنبكم شرور اه هذه الاجهزة وشرور انفسنا جميعا اه نختم طبعاً شكر اه اهل الجنة الله

يجزيهم الخير ويبارك فيهم على جهودهم وكل من نظم ورتب وكل من يعلمه الناس ولا يعلمه الناس من اللي فضلوا - 00:22:58

الله يعطيك العافية انا يعني في اشياء فعلاً مهمة عندي سؤال وهاظا الموضوع دايم انا يعني احنا بنعرف انه هو هرمون السعادة.

فانت تطلب من الناس ان هم يتركوا السوشيال ميديا - 00:23:18

طبيب اعطيني بديل هاي رقم واحد رقم اثنين لو احنا تركنا السوشيال ميديا اللي هي مهمة جدا في الحياة الان. وخاصة اه التلفون

دائماً معنا. اه لمين نترك الساحة السؤال يعني اذا انا تركت السوشل ميديا بدي ارد عليك انا بكرة وما ما بدي افتح سوشيال ميديا.

طب مين بده ينزل للناس اشيء مفيدة؟ اذا انا كنت طبعاً بنزل للناس اشيء - 00:23:39

فهذا طبيب اولاً آآ يعني في طريقة تفكير جدا مهمة واطن انه هي متقينا من هاي المشاكل في الآخر اللي هو عدم التطرف في فهم اي

شيء فش فيها كل اشي ولا اشي. لآ. اه عشان هيك انا لاحظت انا كنت جدا دقيق. وولا مرة حكيت اترك كتاب كامل. انا لاحظت شو

كنت ما حكينا - 00:24:03

انتباه صححة اعطى وقت محدد اذا انت بتسوي محتوى في كل القنوات يعني مش رح اكون متراكم ومجبرين لكن موجود بس

يعني انا بنزل انا في ناس مسئولين عن الاكوتات كلياتها انا ما بقعد - 00:24:32

بالزيادة على نزام الاسد. في نقطة في طبعاً بنزل. ما في مشكلة. زائد هو مشترك بالكلية. اذا في اشي مفيد اشي مفيد واحد انا انا

فين ثلاث قنوات على حسب ايش هي احتياجاتي اكثر من هيك النفس لا تحتل بل بالعكس يصير الموضوع تشتيته على فائدة حتى

لو كان كل - 00:24:54

تعرفوا الرقم اللي في التليفونات الرقم؟ قديش بتحمل؟ في له سعة لما تكون انت تخيل انت في اليوم فتت على عشر فيديوهات

مفيدة وفيها تقريبا ميتين تطبيق. في نفس المشاريع بتعرف تسوي يوميا ميدان تطبيق جديد عحياتنا - 00:25:15

انا اسمي مرض التشدد وهو افة الزمان هذا اللي احنا فيه. وآفة اللي هو الفين وثلاثة من التسعينات لحقوا وهم التمرينات اقل شوي

بس انا بعرف الحج والحجبة صاروا زينا بس يعني المهم انه انه هاي افة شديدة جدا بتزيد التشدد - 00:25:34

تمام؟ فاستعماله بالحق حتى استعمال الاشياء بالحق ربنا نهانا حتى عن الاسراف في الصلاة الصلاة حديث عائشة لما جاء جاء الى

الرسول صلى الله عليه وسلم وعنده وحده فقال فقال فلانة تذكر من كثرة الصلاة او صيامها الرسول صلى الله عليه وسلم انا -

ما شاء الله حدا بيعمل اعمال الخير وتطورك عليكم من الاعمال عليكم من اعمال الله يعطيك العافية - 00:26:08