

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 آآ 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. ايوا. 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 انواع 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 وعيي بقول ايه ده! انا عمري ما بتفرج على ده. بس انا من كتر ما انا عايز حاجة تحسني نفس الشق - [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. بالزبط. 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 عايز يعمل صدمة عند المشاهد. ثاني حاجة آآ عكس حاجة اسمها او في الاحساس بمعنى الشخص اللي عنده حساسية بيكون استجابته لمصدر الحساسية مفرط قوي يعني جسمه مسلا بينفعل - [00:03:11](#) لما ياكل اكل معين. تمام لما حد بيتفرج على كثير بيربط ربط قوي جدا ما بين اي حاجة لها معنى جنسي ولو ضمني بالفونوجي على طول يعني البنت بالنسبة له بتبقى اداة مباشرة - [00:03:31](#)

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

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

فتور في طول الوقت ويكثر ويكثر الاشياء اللي بيشفوها ويشوف حاجات اكبر. وهو ما بيتفرجش عنده عالية اه بيتنشأ على اي حاجة. او كي. بالزبط. كمان. ثالث حاجة حاجة اسمها او اه دي احنا اتكلمنا 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 اه انا هشبه الموضوع بحاجة بسيطة جدا. مم. لو في ممر معين. مم. انا كل يوم باجي اروح فيه. مم. فمن كتر الرجل اللي رايحة وجاية حبيبي مستوي. اه - [00:04:50](#)

المر 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 وزيفة 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 على مم. فقد فقد قدرة التحكم في النفس خالص. تمام - [00:05:24](#)

رابع حاجة حاجة اسمها او القلق الاجتماعي الشخصي اللي بيتفرج على وبيعاني من من الاكتئاب والاحباط من كتر ما توصل اليه من انواع مرضية بيبتيدي يحس ان هو شخص غريب جدا بيبتيدي زي ما قلنا في المؤشرات اللي تبين للزوجة ان زوجها مدمن بيبتيدي 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 هيبقي الشكل وحش. لان من كتر جلد النفس ومن كتر - [00:05:59](#)

الاصوات السلبية اللي جواه تحول لفريسة للبورنوجر فيه. فده انعكس على بقية حياته انه يبقى عنده نوع من الانعزال. مم. لان ادمان سلوكي بيتهم ممسته في العزلة مم. فبالتالي هو يتعود على العزلة - [00:06:09](#)

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

هناك البونوجو فيه وان هو بيحيي له حالة فتوثوث ببقى 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 آآ 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 آآ واجب للزوج يؤدي ناحية الزوجة وهو امتاع الزوجة ايضا. فيبقى المفروض هنا هو ان هو يرتفع من 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. مم - [00:07:39](#)

اه نقطة ثانية تشوه في المعتقدات طبعا زي ما اتكلمنا علاقة البونوجفي 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. مم. الحل ان - 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 بنت زي دول بالزبط اللي هو بيتفرج عليهم في الافلام دية وان هي هتبقى مبسوفة جدا لو هو قرب منها او مسكها. ياه تستمتع 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 يا 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 وبيتضايق - 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. امال 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؟ 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 ف وقعت في ده. اه. فبقيت او عبد للبونوج فيه - 00:09:31

بس بخاف من فكرة الزنا. يعني فكرة ان انسان يكون عنده دين يجرب الاول مرة ادمان. لكن في الاول هذه السجاير السيجارة دايمًا 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 بيصلي يجرب دوا 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

لذلك 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 بنعهاش ما - 00:10:46

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

على فكرة لو حد شاف البرونوجرافيمن وهو عنده حاجة وعشرين سنة والجزء اللي في العقل اللي هو اسمه الجزء اللي مسئول عن او اللي خد القرارات نضج فهو 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 كانش عايز يقع - 00:11:38

بس وقع في المصيدة. بالزبط. يعني في ناس يا جماعة وقعت في الكلام ده وهي ما كانتش عايزة تقف. بالزبط. اه لو حد دخل وعرف ان حد من افراد اسرته بيعمل كده ما ينزربوش نزره 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 بالزبات. 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 آآ احنا اتكلمنا على الاعراض الاساسية. مم. تمام؟ الى جانب كده هو لازم يخش بنفسه ممكن يكتب على جوجل بورن اديكشن بورن اديكشن - [00:12:36](#)

او او هيطلع له كتيرة جدا لمؤسسات كتيرة جدا على المواقع بتاعتها آآ بيعمل حساب للياس والنو في اسئلة كتير وبيطلع له آآ نتيجة متوسطة اه انت نتيجة لكزا لكزا وكزا وكزا او مش اديته البونجو فيه. فدي مهمة ولازم 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 انقار حالة انكار عالية قوي 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 فاقردين 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 لنكن لنا من الخاسرين - [00:15:03](#)

يبقى مش تمسك انت عايز تتوب ما تمسك 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 ولازم ودانا فيه خطوة صعبة جدا تقول لحد ثاني 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 بعرف ان الشخص ده عنده مشكلة. مم. لكن هو بتتمسك؟ لأ - [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 المرحلة الطويلة بتاعة العلاج هيكتشف ان في اوقات كثيرة جدا حيبقى صعب عليه ان هو يتغلب على رغبته واستخدام البونوجرافي لوحده فلازم يبقى فيه سابورت. لازم حد بيساعده. لازم اول حاجة يعترف انه مدمن - [00:16:40](#)

يعمل التست 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 قد الشخص اللي انا بختاره عشان اقول له ممكن يبوز

الموضوع اكثر يكون يبوز الموضوع اكثر ممكن يكون آآ تقوم طالبة الطلاق تقوم 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 كان او ان انت تقول لحد ثاني يعني ده - [00:17:18](#)

ديسك انت بتحسبه. لازم تحسب الرزق. ما ينفعش اول ما انت ما ينفعش تجيب تقول انا هكلم ده لأ انت لازم تتأكد ان الشخص ده هيقبل وحيثفهم وحياساعدك 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 باستخدام 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 بيعس 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 الموجودة 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 بيقعوا في مشكلة البورنوج في بيكون عندهم مشكلة في حياتهم اساسا.

من جهة اخرى. لان انا مش حدور - [00:18:19](#)

مصدر يخضرني ويسعدني لو انا نفسيا مستقر لو آآ والدي ووالدي متماسكين لو انا نفسيا فيه توازن. مم. يعني ممكن خلافات في الاسرة تخلي الشاب عايز حاجة يلهي نفسه بها عايز حاجة ينفصل بها حاجة تشغله - [00:18:39](#)

فممكن يكون ده ممكن ده يبقى مخدرات. ممكن ده يبقى صحاب وحشين. ممكن ده يبقى بطريقة صحية بس برضو استخداما الزايد غلط زي القراية. في حاجة اسمها او الناس اللي هم مدمنين - [00:18:53](#)

في ناس بتحب كتب الفانتسي 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. هسألك سؤال مين اكثر - [00:19:03](#)

اه عرضة للوقوع في الادمان الاباحية. الولاد ولا البنات هم اللاتنين ممكن يقعوا بس اعتقد الراجل اكثر بكتير لان آآ الاحصائيات ايلة للرجال اكثر ولا النساء؟ الاحصائيات قايلة للرجال اكثر الرجال ستر. اكثر. 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](#)

بيكزبوا وان فعلا ما فيش بنت بتشتتهي الجنس بالمعدل مزبوط اه. احنا خرينا نستعرض بسرعة الخطوة التالية في آ موضوع العلاج.

قلنا الخطوة الاولى الاعتراف بالادمان. الخطوة الثانية الخروج من - [00:20:40](#)

العزلة واختيار شخص حكيم يستطيع مساعدتنا بعد كده ايه اه من الحاجات اللي بتخلي مشكلة الادمان تستمر هو طريقة التفكير فيها. اه الشخص اللي بيبكون مدمن بيبكون سلبي جدا في طريقة تفكيره - [00:21:00](#)

مم. او طريقة تفكيرك لازم تتغير آ من خلال نقط معينة ممكن نقولهم ونشرحهم في الحلقة الجاية ممكن اوروبا شوية. ما فيش حاجة. نقولهم وشرح خفيف كده مع كل واحدة وبعد كده ناخذ واحدة واحدة بقى ببتاع. ايه اول حاجة. اول حاجة او بلاش جلد النفس - [00:21:16](#)

ده شيه سيء. ثاني حاجة. لا لا لأ. بص آ جلد الزات. جلد اسوأ شيه للانسان يجلد ذاته. يزود اوي في التأنيب لنفسه بالزبط. ده ده ده اسر سلبي مش ايجابي باي شكل من الاشكال. هنتكلم عليه بالتفصيل بعد كده. هو احنا خرينا نتكلم عليه بالتفصيل دلوقتي ده موضوع مهم. شوية وقت في الحلقة كمان واحدة - [00:21:37](#)

ما فيش مشكلة بتاعة بتبتي كالتالي. مم. دورة الادمان. اه. بيبتي بايه وبينتهي بايه. مم. بيبتي اولًا بمؤسر خارجي او داخلي خارجي يعني شاف حاجة جنسية مسلا شاف اعلان معين - [00:22:03](#)

استفزه وشاف مجلة معينة فيها صورة جنسية فخلته يفكر في او مؤسر داخلي قلق توتر آ يعني ممكن يكون ملل. اي احساس سلبي بيطلع عنده رغبة في استهلاك المخدر بتاعه اللي بيحسسه ان هو احسن. تمام. بعد لما بيبكون في ده او بيحصل له عملية - [00:22:17](#)

بيرغب في بيبتي يحس بتغييرات فسيولوجية زي نبضات القلب بتزيد بيشوف الحاجة بتعجبه الحاجة او المؤثر ممكن يكون داخلي ممكن يبقى او توتر. اه ممكن توتر داخلي. انا عايز اقول لحضرتك ان من اكثر اسباب او من اكثر المؤثرات المؤدية - [00:22:41](#)

يا الى استهلاك البونوج في مش حاجة جنسية بل هو. او التوتر. التوتر. لان ميزة ميزة الافلام الاباحية ان هي لما الشخص بيشوفها بينفصل تماما عن الواقع. مم. وعي الانسان بيبقى عامل زي - [00:23:01](#)

عامل زي القمع. القمع بيبتي واسع وبيضيق. لغاية ما يوصل عند نقطة مشاهدة بيبكون 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](#)

اساليب 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. كلي بقى تمام. آ فكرة بيبتي الفكرة تطلع في المكتب تقول طب ما اتفرج ثاني ما ما علش مرة وهتعدي ما فيش مشكلة. يحصل بيطلع بيبتي يحصل - [00:23:37](#)

افراز للدوبامين لان الدوبامين بيفرز في حاجتين في الفعل نفسه وتوقع الفعل بمعنى لو انا فكرت في الاكل واشتهيته عملية اشتهاا الاكل ان انا افكر في لوحدها عملية بتسعدني اساسا. مم. فبعد لما بيحصل دي الفكرة التانية بتيجي تقول مسلا يجي اخر بقى صوت عالي اخر صوت اخر نقطة ممكن يقف عندها طب يعني - [00:23:59](#)

يعني وقف خلي بالك انت ممكن يحصل لك كذا المرة اللي فاتت بيبتي يكسر الصوت ده الصوت يقول له حرام او هتتمسك او هتتفش او اي اي اخر صوت بيقول له بلاش بلاش تعمل كده. بس للاسف هو الصوت ده بيضعف كل اما بيحصل لها او تطور. اه -

[00:24:25](#)

كل ما الانسان بيمشي في الدورة بتاعة الادمان كل ما عمل الصوت ده يقل خالص. لان الموضوع عامل زي الزحليقة صعب ابقى واقف في نص الزحليقة. يعني لو انا وقفت نصها حكم لاني هي كلها بتنحدر - [00:24:45](#)

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 اوكيه 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 مواطن. 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 فباحب اوكتاف. اه ما بين او الامتاع وما بين مشاهدة. اوكي. تمام تمام - [00:26:05](#)
يعني يمكن من وسائل العلاج بقى ده على فكرة جت لي دلوقتي ان الانسان اللي بيتفرج على البورنوجرافيه وبعد كده يمارس العادة
السرية اللي بيعالجه يقول له ممكن ما تمارسش العادة السرية - [00:26:25](#)

اه طبعا وهتمارسها مش مع البرنوبل. مرتبطين دي عملية تهيئة اكرر وعملية آآ اللي بتقول عليه. 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 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 يقع 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 يعالج نفسه وقف شوية - [00:27:27](#)