

بعد الصلاة علاج إدمان مواد الإباحية الفقرة الثالثة

فاضل سليمان

السلام عليكم ورحمة الله اهلا وسهلا بكم بعد ده الفاصل بعد الصلاة مع الاستاذ محمد حازم شريف الباحث الاكاديمي في مجال آآ ادمان المواد الاباحية لو تذكروا الاسبوع الماضي اتكلمنا في مسألة ادمان المواد الاباحية. اكتشفنا انها مسألة ادمان وليس عادة.

اكتشفنا ان الموضوع مش بعيد - 00:00:00

عن بيوتنا مش بعيد عن ولادنا وان المسألة تحتاج الى حكمة. آآ فهمنا العالم دوا بالکوالیس بتاعتته بيتم فيه ايه هو علم فاسد جدا ولكن احنا كنا بدأنا نتكلم في مسألة العلاج منه - 00:00:43

وقلنا ان اول خطوة العلاج هي الاعتراف بالادمان. المدمن يجب انه يعترف انه مدمن. الخطوة الثانية هي الخروج من العزلة. المدمن يجب يعترف لشخص حكيم انه مدمن لهذا الامر وبعدين بدأنا نتكلم في الخطوة الثالثة وهي تغيير طريقة التفكير - 00:01:00

انا عايز ارحب بضيفي النهاردة استاذ محمد حازم شريف وخلينا بسرعة نذكر في تغيير طريقة التفكير احنا اتكلمنا بسرعة عن نقطتين. ايه وايه وبعد كده نكمل اتكلمنا اول حاجة في طريق آآ طريق آآ التفكير انا اسف آآ آآ ان الانكسارات لازم تحصل؟ الانكسارات لازم هتحصل ولازم اشوفها بشكل ايجابي عشان اتعلم منها - 00:01:23

تمام؟ وطريقة معالجتي للانكسارة هي اساس ان انا هكمل في المشكلة بتاعتني ولا هبتدي اغير طريقة تفكيري واتجه للعلاج؟ تمام ما فيش حد بيجلد ذاته ويبالغ في لوم النفس في هذه المسألة محتاجة حكمة محتاجة تعلم الانكسارات والانكسارات واردة انها تحصل.

طيب ايه - 00:01:46

انا عايز اقول مثل بسيط جدا بس لي علاقة بحكاية آآ طريقة تفكير مختلفة في الانكسارات كان في بيقول ان كان في واحدة اشتغلت شركة جديدة وكانت مهتمية جدا ان هي تخلي صاحبها في العمل يعجبوا بها وفي شخصيتها. مم. فكان في موقف من المواقف كان في اييميل اتبعت لكل افراد الشركة - 00:02:06

كل الناس بتعمل معينة ملفات معينة. وبالخطأ عملت مم. محتوى او ملف شخصي بيتكلم على آآ او الحالة المادية بتاعتتها. ومكتوب فيه الديون اللي عندها ومشاكلها وكل حاجة. طبعا كانت مصيبة جدا - 00:02:27

ان هي بعد لما بعنت الايميل اكتشفت ده. قررت ان هي تعالج الموضوع بطريقة مختلفة شوية بطريقة آآ او ايجابية. فردت على الايميل اللي كل الناس وقالت على الاقل ما طلعش جواب حب - 00:02:47

خدت الموضوع بهزاوت. اه. ضحكت الناس خلت حاجة سلبية جدا كانت ممكن تخلي شخص يطلع يجري ويسيب الشركة وما يجيهاش ثاني. مم. لحاجة وطردت وحسنت علاقتها بالناس. هو ده حاجة ما يلقب او اعادة النظر الايجابية لموقف سلبي - 00:03:01

اه اللي هو بنسميه العزيمة وقويتها بالتعزيز الايجابي. فاذا عزمت فتوكل على الله. تمام. تمام طيب مظبوط. تمام. طيب آآ نكمل ايه فقط اللي احنا طريقة تغيير التفكير؟ بالضبط. في حاجة مهمة جدا الشخص لما يبتدئ يقول لنفسه - 00:03:20

انا هوقف ونقف فيه. مم. معظم الناس اه لما بتتخيل ان هي ممكن تقعد شهر شهرين ثلاثة من غير ما يتفرج على في العملية بالنسبة له بتكون مزعجة اووي. ومش - 00:03:42

لان اولا الادمان كان متدرج بمعنى ان هو ابتدى عمل بسيط جدا ومع الوقت ابتدى يتتطور لغاية ما وصل لمرحلته الحالية حتى ممكن الشخص بعد لما يوقف ادمان او بعد اسف لما يوقف استهلاك المواد الاباحية يقعد يقول لنفسه انا بقى لي تسعة سنين بتفرج على بون.

هو عشان الانسان - 00:03:52

ما بيفكرش في الموضوع بصورة كلية فمش بيدرك الامر. عايز استخدم نفس التكنيك لما احط ما اقولش انا هوقف شهر. مم. اقسم الشهر لاسبوع احط او خطوات صغيرة التكنيك ده بيعمله مين؟ لو حد مسلا بيلف التراك او حد رياضي الرياضيين بشكل عام مش بيقسموا مش بيفكرروا في الهدف بتاعهم ككل مش بيقول انا المفروض اجي ستة وعشرين - [00:04:12](#)

كيلو هو بيعمل اهداف صغيرة كحاجز عقلي عنده يقول انا دلوقتي هعدي الخمسمية دول خمسمية متر مع خمسمية مع خمسمية ببؤدوا في الآخر كاجماع شيء مجمع الى ستة وعشرين كيلو اللي هو عائز يجريها. اذا في تدرج في العلاج. اللي عائز تقوله مش تدرج في العلاج هو لازم يوقف. اوكي. بس لما ييجي - [00:04:35](#)

يكافى نفسه يعني يقول انا كوييس انا الحمد لله بقى لي كزا يوم ما شفتتش يقسمها ايام. ما يبقاش قاسي على نفسه. ما يقولش انا هقدر شهرین ما اشوفش هقدر اسبوع مشفش يعدي الاسبوع متحطش هدف كبير قوي حط اهداف مرحلية هقدر لمدة اسبوع وقبل اسبوع ما يخلص بيوم - [00:04:56](#)

بيقول لك ايه ما حصليش حاجة هيلاقى بعد فترة طويلة ده انا بقى لي شهرین ما شفتتش بون. اه. بس هو لو قال في الاول انا هقدر شهرین ما اشوفش فكرة ان الهدف بعيد المدى وفي وقت من اوقات - [00:05:16](#)

او الضغط النفسي بيقول لنفسه انا بقى لي ست ايام فاضل لي يوم بس اكمل يوم واحد. مم. فيبدي له بيدي له حافز ان هو يكمل - [00:05:30](#)

عشان هو حاطط مайл ستونز فدي مهمة جدا. تمام؟ يعني بحط اهداف صغيرة ولكنها متتالية. فبحط خطة ماشي؟ بالضبط. فيها اهداف مرحلية. بالضبط. ممتاز. فده شيء مهم جدا جدا. مم. المشكلة دي في العقل بقى ولا - [00:05:40](#)

اه لان في السلوك اعتقاد هي لها علاقة بالعقل لان يعني اعتقادي ان اه احنا بنتحفز جدا لما يكون في حاجة اسمها مم. يعني واحد بيقول لي مسلا انت لازم تسلم الكتاب ده بكرة - [00:05:58](#)

زيادة يعني ده انا شايف ان انا لو ما سلمتوش بكرة هيحصل لي كزا. ففكرة ان انا باقول لنفسي انا هقدر اسبوع من غير. يعني قريب مني شايفه فيحفزني اكتر. فيحفزني لكن مش ملموس. يعني واحد بيقول لي انا عايزك توصل لخط النهاية اللي هو كمان ثلاثة وعشرين كيلو فين ده؟ لكن حد بيقول لي بس كمل لغاية الآخر. وبعد ما - [00:06:12](#)

الخاطر ده يقول لي طب كمل الخط اللي بعديه. هو بيستدرجي وفي الآخر هكون قضية المسافة كلها. فدي دي اعتقاد حاجة مهمة جدا. كده احنا خلصنا تغيير طريقة التفكير. آآ في نقطتين اساسيين فاضلين. قلهم لي. اول حاجة - [00:06:32](#)

الادمان مش مشكلة اخلاقية. الادمان مرض في المخ. مم. الادمان تغيير في كيمياء المخ ببؤدي الى اعراض الادمان. مم. فالناس تحاول تشواف الشخص اللي عنده مشكلة بورن مش وحش. على فكرة الشخص ممكن يكون كوييس جدا. ايوة. ممكن يكون خلقه عنده مشكلة عايز يخلص منها. بالضبط. فانا فكرة ان انا يعني في واحد بيصلني - [00:06:48](#)

صلي وبيشرب سجاير بالضبط. ده بيصلني وعنده مشكلة. عنده مدمن لجاجة. بالضبط بالضبط. مش معنى كده ان هو بنبي ادم وحش. اه نقبل الناس ونحاول نساعدهم ان هم يخرجوا من مشاكلهم. مش ندمرهم - [00:07:08](#)

نفسيا هو راجل عنده مشكلة تحتاج الى مساعدة كبيرة. بالضبط. في شخصية مشهورة قوي اسمها نورا فولوكو. نورا فولوكو فولوكو. مم. نورا فولوكو هي بتاعة مؤسسة اسمها نيدة آآ اه - [00:07:20](#)

المؤسسة القومية لاستهلاك المواد المخدرة او لعلاج استهلاك المواد لعلاج اه اوكي المواد المخدرة. تمام. فنوفا فالكو لها انترفيوز كتير موجود على اليوتيوب لو حد حابب اه يخش ويسمع الانترفيوز بتاعتتها. فعجبني - [00:07:39](#)

جدا اه في ان هي بتقول مشكلة مجتمعنا ان هو بيصنف الناس تصنيف غير عادل. المدمن ده بنبي ادم وحش مم الشخص اللي بيصلني اللي بيؤمننا في الصلاة بدنيا كوييس فهو مش قادر يستوعب الشخص مش قادر يفهم ان الاديكتشن ده مرض عقلي - [00:07:57](#)

انا اسف مرض آآ دماغي ممكن الشخص يتعالج منه. وما لوش علاقة بان هو ما عندوش اخلاق او شخصية وحشة او بيحب يتعدى على الناس. بالعكس ده ممكن يكون شخص - [00:08:18](#)

كويس جداً بس وقع في أزمة وقع في مشكلة من وهو صغير فمحتاج ان احنا نتقبل الشخص ده ونحسسه الموضوع فيه عامل نفسي
كبير جداً لو انا حسيت الناس بتقول لي - 00:08:28

احنا عارفين ان انت كويس انا عارف ان انت انسان كويس وانا متقبلك وهحاول اساعدك وانا مؤمن ان انت هتختطى مشكلتك. تقدر
تخيل! يعني اسر ده على الشخص لكن لو شفنا الموضوع بجانب تاني اول ما اسمع امتعض اتضايق ايه ده انت عندك ثلاثة وعشرين
سنة ولسه بتتفرج على فوق لان مش الحقيقي حاجات عيال - 00:08:38

راجل متجوز بقى وتفوق من اللي انت فيه. مم. يعني لو حد لجأ لك تكسير اه التكسير العزيمة بتاعة الانسان وتدمير شخصيته ده ما
يساعدوش انت الافضل ان انت تخليه يؤمن بانه يقدر بازن الله انه يتتجاوز الامر ده. هم. طيب ايه النقطة الثانية - 00:08:57

اخر نقطة خالص آآ في حاجة اسمها بوزيتيف او تعزيز الثقة عن طريق الكلام الايجابي. تمام. تمام في حياتنا عموماً بيحصل كالاتي
في حدس معين بيحصل انا في معتقد عندي تجاه الحدس ده بمعنى حد قال لي تعال اتكلم قدام الناس ادي الحدس. انا ما عنديش
سقة - 00:09:17

نفسى ده المعتقد العاقبة عاقبة حسية ان انا هحس بتتوتر نباعة من المعتقد هي ما لهاش علاقة بالفعل ما لهاش علاقة بالحدس بمعنى
انا لو قلت لخمس اشخاص جنب بعض انتم هتطلعوا تعملوا واحد هيبقى مبسوط جداً. مم. واحد هيقول طب كويس عشان اقول
نمرة موبايلى في اخر الحلقة. مم. واحد هيقول ده انا كده هيبقى شكلى وحش جداً قدام الناس - 00:09:40

فاللي بيولد الاحساس مش الفعل هو معتقد تجاه الفعل. اوكي. تمام؟ دي اه موديل اسمه ايه بي سي دي اختصار ايه اختصار كلمة
اكتفيتنيج ايفنت او الفعل او الحدس. اه. المعتقد او العاقبة. اوكي - 00:10:00

آآ ديوبي هنتكلم عليهم بس اخلص التلات نقط الاولانيين. فايه اللي بيحصل؟ الشخص المدمن فيه الاكتيفيتين هو المؤسر. هم.
المعتقد انا ضعيف مش هقدر اتخلص من ده فده بيعزز مشكلة الادمان وبيخليه بشكل اختياري يقرب من - 00:10:20

الانترنت ويستخدم هو كان ممكن ياخذ خطوة ويطلع من البيت وينهي الموضوع. بيقى هو عنده عنده نوع من انواع انتقاد السلبي.
السلبي ان هو لن يستطيع التخلص منه خلاص. هو واقع فريسة ولن يتخلص منه. يعني مسلماً لو مسل زى ما حضرتك حد مسلا ركب
عجلة وهو صغير. مم. فاول تجربة له في ركوب العجل وقع بيسوق - 00:10:36

هيبقى عنده عقدة طول حياته هو عنده اقتناع ان هو لو ركب عجلة هيقع بس ده مش صح ده نتيجة معينة انت عشتها مع اعتقاده
ان دايماً هيقع المفروض حد يخش - 00:10:56

عززوا الناس كلها راكبة العجل من غير سندات وهرتقدريلا شد حيلك. بالضبط. ده شيء مهم جداً. احنا ليه اتكلمنا على التلات خطوات
دول ان احنا عايزين نغير لان من المعتقد بتيجي عاقبة حسية او عاقبة انا انا مؤمن او انا هحس بتتوتر عشان انا شايف ان هيبقى
شكلى وحش - 00:11:06

دي مش حقيقة ده وهم في حاجة اسمها كل ده في عقلك. مم. ده اللي انت عايشه الشخص اللي مدمن بوناردو فيه محتاج يعمل
 حاجتين. مم. لازم انا خلاص دلوقتي قلت ان انا هبتدى اعالج الموضوع لازم - 00:11:26
ما قولش كلام سبى لنفسي. هم. لازم اقول كلام ايجابي، لازم اصحى كل يوم وانا قدام المراية كده اللي هو لو حد بيtalk ازاى في
الافلام انا ممكن اعمل ده. حتى لو اتكلمنا - 00:11:40

ممك في الاول يكون مش مقتنع به، هو فيه ميت صوت جواه بيقولوا انت ممكن ما تعملى ده. بس بيتدى يحاول ان هو يعكس
الصوت ده. ولازم الشخص اللي يكون بيدي له - 00:11:50

دعم يكون مصدر من مصادر التعزيز الايجابي عن طريق الكلام. اوكي عشان كده لما قلت لحضرتك في الاول لازم يكون في شخص
تاني لان مش حيكتحفي فقط الشخص بنفسه هو محتاج تعزيز محتاج - 00:12:00
وكنت محتاج لما يحس بتكلم قدمي لما يحس بان هو هينتكرس يكلم شخص يطلب منه ان هو يلهيه او يتكلم في اي موضوع او
يفكره بالاسباب اللي كان عشانها عايز يسيب - 00:12:17

موجه فيه في الأساس احسن حاجة لو الشخص ده نايم الزوجة لو لو عندها حكمة في معالجة الامر. اعتقاد اه مش كده ؟ اعتقاد لأن الزوجة هي اقرب انسانة لزوجها. هم - [00:12:27](#)

حياتهم كلها مع بعض. هم. فلو هي شخصية على مستوى من التفهم والحب لزوجها ومؤمنة ان هو شخص كويس.انا عارفة يعني هي بتقول انا عارفة ان زوجي شخص كويس - [00:12:38](#)

وهي بتقول له في وشه انا عارفة ان ده مش انت. وان ده حاجة انا وانت هنتخلص منها مع بعض. مم. الكلام ده له اصل انا نفسي كويس جدا. الزوجة يا محمد هي اكبر صديقة - [00:12:48](#)

بالذبيط هي صديق يعني تلاقي ايه الرسول عليه الصلوة والسلام لما كان بيتأمل في الغار ثم جا له سيدنا جبريل في اول مرة رجع جري على مين من اصدق اصدقاؤه ابو بكر الصديق ؟ لأ - [00:12:58](#)

جري على السيدة خديجة وقال لها زملوني زملوني. بتدعشن. اعتقاد لو كان جري على سيدنا ابو بكر الصديق كان برضه هيقول له زملوني زملوني لكن يمكن ما كانش هيقولوا الكلمة اللي قالها للسيدة خديجة بعد كده - [00:13:15](#)

لاني خشيت على نفسي الرجل العربي يأبى ان يقول امام امر رجل اخر انا خفت. ما يقولهاش آآ هو قالها امام السيدة خديجة. قالها للسيدة دي هو كانه بيكلم نفسه. هو هي اصدقاء هي اقرب الناس اليه. فاعتقد لو الزوج - [00:13:29](#)

بتتمتع لو لو كحرف امتناع الامتناع ده مهم جدا. لو الزوجة بتتمتع بهذه الحكمة آآ اعتقاد هي الشخص المناسب لاختياره وان الانسان يقول له هذا السر عشان يساعدك على الخروج منه. ان ما كانش يمكن حد من الابوين او حد صديق مقابل - [00:13:48](#)

شخص حكيم حد في افضل حاجة طبعاً لو فيه مكتب لعلاج اه طبعاً لهذا الامر. طبعاً اكيد. وده اللي انا باطالبك قدام الناس انك تعمله لازم ان شاء الله. ان شاء الله بازن الله حاجة للكونسلينج او للعلاج بتاع الادمان بتاع المواد الاباحية. بازن الله. هم. اول تلات - [00:14:09](#)

خطوات اتكلمنا عليها وقلنا على اهمية البليف بعد كده لازم الشخص بقى بيتدى يقول لنفسه ان هو ينافق المعتقد ده لأ. ده وهم ده مش صح. ان انا اقول لنفسي - [00:14:29](#)

نداء لوجن وبعد كده اكسر سايز اكسر سايز بمعنى ان انا امرن نفسي على التعزيز الايجابي. مم. عشان اغير معتقد سلبي بايجابي. بس ده طبعاً على فكرة بيكون حاجة بتاخذ وقت. يعني ايه امرن نفسي على التعزيز الايجابي؟ بمعنى ان انا زي - [00:14:39](#)

ما ثقتي بنفسي ضعفها جاء بشكل تدريجي قوة ثقتي بنفسي هتتيجي بشكل تدريجي. ما فيش حد بيصحى يقول انا النهارة هسيب البرونجرافي. انا شخص كويس لأ. انا جدع. لأ. بالذبيط. فرقه مش بتتيجي كده هي جملة مع جملة مع - [00:14:55](#)

معقوله الجملة كلها تراكمات لاوعي في الآخر بتكون عند الشخص اعتقاد قوي ان هو قوي او ان هو قادر. فانا عشان كده بقول يا سلام لو زوجته تكون كل يوم بتبعن له مسج في الشغل بتقول له انا مؤمنة بك. انا متخييل لما حد بيفتح الموبايل ويلاقى كلمة زي دي من حد تاني بيحبه - [00:15:10](#)

هو قريب منه. هيحس بيده؟ انا بيحبك. مستنياك. تعال نخرج مع بعض تعال. كذا. مش تطالبه بالطلاق. انا مش بقول ان هي مش مسئولية الشخص. بالذبيط. اللي يشعر في المتعة بالاحتياك والاختلاط بالآخرين. بالذبيط. مش في العزل فقط. بالذبيط. مم. لان زي ما

قلت لحضرتك برضو ان اي فعل ايجابي بيفرز الدوبامين. مم - [00:15:30](#)

فالشخص برضو لما يقول لنفسه انا محتاج دلوقتي نفق. اه. اوقف ونوقف لازم يدخل في حياته افعال كويسته بتشعره بالسعادة. احنا عايزين نفرز له بالذبيط. من حاجات تانية غير لازم بيتدى يشعر بمتعة في اشياء اخرى. بيتدى يعلي شهوات اخرى على حساب هزة الشهوة. بالذبيط - [00:15:50](#)

مم. عشان يفرز دوبامين. ومن اكتر الافعال اللي بتفرز دوبامين مش الدوبامين ده عشان لما اللي ما شفناش في الحلقة اللي فاتت ايه هو الدوبامين بقى بسرعة؟ اه سريعاً كده الدوبامين هو - [00:16:10](#)

المسئول عن الشعور الجيد اللي احنا بنحسه خلال اي فعل ايجابي. اي الواحد ما بيعمل اي شيء ممتع بيحصل افراز الدوبامين في

الجسم وده اللي بيخللي الانسان عايز يكرر هزا الفعل. بالزبط. فهو المسؤول عن الادمان. واحد مدمن قراية. ده معناه ان هو بيفرز

دوبامين - 00:16:20

عند القراءة. بالزبط. اي حاجة حتى لو حاجة غير واحد بيعجب يচلي. واحد بالك ازاي في دوبانين بيفرز عند الصلاة. واحد بيعجب يقرأ القرآن. يعني في دوبر مين بيفرزها عند قراءة القرآن. بالزبط - 00:16:40

واحد بيعجب يعمل حاجات غلط معنى كده ان فيه دوبامين عند كل سيجارة. دوبامين عند كل كاس. دوبامين عند كل شمة او مخدرات. دوبامين عند كل قل مشهد ابا حي بيترج عليه. يبقى انا اعلى الدوبامين في حاجات تانية على حساب الدوبامين اللي يفرز في الحاجات مزيوط. تلميذ كوييس انا. انا انا في - 00:16:50

الحالة دي عشان انا مبسوط وعشان انا بتكلم على حاجة انا مؤمن بها انا حاسس ان في دوبامين بيفرز يعني انا لو عندك دوبامين دلوقتي بيفرز عشان اجيها في حلقات كتير كده ما عنديش مشكلة بالعكس. طيب - 00:17:11

آآ الجزء الثاني بقى ان انا اكون بيئه خالية من اه يبقى البيئة المحيطة لابد من تغيرها. طبعا. طيب. البيئة المحيطة من بيئه مليئة بالبورن. مليئة بالاباحية الى بيئه خالية ومليئة بالمؤشرات اللي - 00:17:21

كون رغبة في استهلاك المواد الاباحية مش شرط يكون حياته فيها بال حاجات المتعلقة بها اللي بتجره ناحيتها. صاحب فاكر المسل عليه اللي كان شاف عمل تجربة ولقي ان الكلب لعنه بيسيل لما بيحظ له الاكل - 00:17:41

فابتدى يجيئ يضرب جرس ويجبب الاكل. يضرب جرس خمسة وعشرين مرة ويجبب الاكل. ففي اخر مرة ضرب الجرس وما جابش الاكل. الكلب لعابه سال لان حصل شيء مرتبط بالاكل بقى يحصل اللاثر من مجرد الشيء المرتبط ده. يبقى انت عايز اعمل بيئه محيطة خالية من البورن وخالية من الاشياء اللي كانت - 00:17:57

لها علاقة بالفورم مزيوط. مش كده برضو؟ مزيوط. مم. ازاي بقى؟ ازاي؟ اول حاجة انا عايز اشبه علاقة الشخص بالبرونج فيه كانه هيسيببني ادم. يعني انا دلوقتي بكتب او رسالة بقول انا عايزك بره حياتي. ليه؟ لان في حاجة آآ في كتاب اللي انا هتكلم عليه في الآخر. في حاجة اسمها - 00:18:17

اوكي. بمعنى الشخص لما بيكون آآ مستخدم في اوقات القلق بالنسبة له زي صاحبه اللي بيحسسه ان هو احسن بمعنى. انا دلوقتي قلقان. اه. انا ممكن اكلم واحد صاحبي اقول له تعال ننزل مع بعض. صاحبي او وجوده او نزولي معه - 00:18:39

مرتبط بان هو بيساعدني اتخلص من احساسى السلبي. تمام. بيسخدموا في حالة القلق. نتكلم على البورن او المواد الاباحية والعاده السرية. بالزبط. يعني عادة سرية. مم. فيبيكون نفسى عند الشخص ما بين استخدام البونوج في كأنه صديق. مم. فيبيقى صعب جدا على الشخص في الاول ان هو ببعد عن الموضوع لان حاسس انا بعد عن الشيء اللي كنت - 00:18:59

المرء على دين خليله فلينظر احدكم من يخالل. اللي بيخلال ده ممكن بقىبني ادم. ولعلك في علاج ادمان المخدرات الشخص اللي الواحد كان يتعاطى مخدرات معه. اول خطوة في الادمان قطع العلاقة بهذا الشخص تماما. بنادل الموبايل بتاع الولد - 00:19:25
من ما بيأخذش النمرة بتاعته ولا حتى يسأل عليه من التليفون ولا يسمع صوته. ولا يشوف صورته اطلاقا. هنا بقى من يخالل هيبيقى اي شيء ايضا له علاقة بالمواد الاباحية كانت يسيل لعابه ناحيتها. مزيوط. اوكيه. مزيوط. ايه كمان؟ تاني حاجة دي مهمة جدا جدا - 00:19:45

برامج الحماية برامج الحماية ايه من الفيروسات ولا الانترنت فيلتزم من المواقع الاباحية؟ المواقع الاباحية. يعني في برامج آآ بتتبع آآ بتحمي الانسان فيها برامج آآ يعني آآ مجانية ولا لا؟ اه. ومن انجح البرامج هي المجانية عندنا؟ من انجح البرامج اللي ديانات عايزه - 00:20:05

والله فايه يعني ما ما عملتها. طيب يعني ازا دلوقتي عندك برامج بحطها لنفسى مش بس عشان ولادي. يعني باحطها على كل اجهزة البيت واحطها لنفسى انا كمان عشان انا لو الشيطان لعب بي. لو ضعفت. الاقي حاجز. هلاقي حاجز. هلاقي حاجز. ليه؟ لان - 00:20:25

عايز اقول لك على حاجة في من البرامج دي حاجات دمها خفيف جدا بيعطها صاحب العمل اللي هو لو حد من الموزفين دخل كتب كلمة كده ولا كده من اللي هي بتجيبي الحاجات دي يقوم طالع له رسالة انا ما بدفعلكش مرتبك يا استاذ عشان خاطر - [00:20:42](#)
انا ما ريتكلش على كده ايه الكلام ده؟ لكن عموما ايه برامج زي ايه؟ فلاتر زي ايه؟ طيب انا هقول اسماء قول تمام في رعاية مجانية وعايز ايه دى مم. تمام. في في اه فلتر اسمه - [00:20:57](#)

ده بقى انت فيروس كمان. لأ ده مش لأن ده مخصص للبونج فيه. والله! اه اسمه. في الفلتر ده آآ ايه ورقم تسعه. بالزبط. انترنت فلتر اوكي. فممكنا حد يعمل سيرش عليه ممكن ينزله آآ مجانا من الويب سايت وادايا ممتازة جدا. نزلوه يا جماعة - [00:21:12](#)
اه. حلو قوي. فيه بقى نوع تاني من البرامج هو مش حاجة اسمها بمعنى انا دلوقتي عندي ابن صغير خايف عليه وعايز اعرف كل حاجة بيعملها عن طريق الانترنت. اه. بنزل برنامج هو اسمه تمام. ايه فكرة البرنامج - [00:21:32](#)

ان انا بعمل له على جهاز الشخص اللي انا عايز اراقبه وبيوصل لي ريبورتس تقارير اسبوعية الجهاز دخل على ايه؟ بكل صغيرة وكبيرة الشخص ده عملها. مم. وبيقسم يعني حتى في في مسلا يقول - [00:21:52](#)

آآ آآ ويعلم عليه بالاحمر. بحيس ان الشخص يجي له ريبوت يقدر مع ابني. مم. زوجة تقدر مع زوجها لو هم قالوا ان احنا هنخوض تجربة العلاج مع بعض وحطيت له برنامج ده فتقول له انا خدت بالي ان انت يوم كذا دخلت على الموقع ده. لو هو صادق في علاجه فطبعا بيعرف وتبقى دى - [00:22:07](#)

مرحلة العلاج. يعني وبعد الاعتراف بيبدأ الشخص اللي ينضف البيض. اه بينضف البيئة بتاعتته وبنقول له احنا حاطين لك البرامج دي. بالزبط. نخلي بالك من حاجة اه حتى دى دى وسيلة من - [00:22:27](#)

التربية مش مفروض ان يحصل انتهاك للخصوصية بتاعة الولد ويعرف بها دى بتبقى مشكلة كبيرة جدا متفقين معك احنا هنساعدك هزا الامر وحاطين برامج عشان خاطر فدي تخلி اصلا ان هو ما يخشش - [00:22:39](#)
على تنظيف البيئة بتاعتته. الانترنت. اوكي ايه كمان؟ بس هو انا عايز انوه على حاجة مش مجاني ماشي ماشي اوكي. ده اللي هو بيدي ريبورت اصلا ده ما بيمنعش الدخول. لكن كي ناين هو اهم حاجة بيمنع الدخول. اه. كوفيد بيدي ريبورت اه تقرير اسبوعي او زي ما انا - [00:22:55](#)

مطلوب منه يومي عن كل حاجة تم كل حرف اكتب على كيبورت تمام. طب ليه انا عايز اقول نقطة برضو كنا اتكلمنا عليها قبل كده الانترنت آآ بيسمى معنى ايه؟ مم. الانترنت بيتسم بصفة - [00:23:12](#)

ما كانتش موجودة في المجالات ولا شرایط الفيديو. تلات حاجات. حاجة اسمها سهولة الوصول. سهولة الوصول. اه. زمان لو واحد عايز مجلة كان بيتدى يقدر يكلم اصحابه كلهم. حد عنده - [00:23:27](#)

اللي عايز شريط فيديو حد عنده شريط فيديو. دلوقتي مسلا. لاب توب على الموبايل بالزبط كده بكل حاجة. مزبوط. بالزبط. فاكسيس عالية جدا. سهولة الوصول. سرية ما حدش بيعرف. ما حدش بيعرف. مزبوط. قلة التكلفة - [00:23:37](#)
اي حد ممكن يجي له مجانا. بالزبط. مم. فدي التلات عوامل اللي خلت الانترنت او المواقع الاباحية. بيزود جدا. اه. لأن يعني عايز اقول حضرتك ان ان نسبة الاصحائيات اللي حضرتك قلتها في الاول الكلام ده ما كانش موجود ايام المجالات والشرایط. كل ده له علاقة بالانترنت. هم. فان انا لازم - [00:23:56](#)

اخذ فعل معاكس اللي هو الانترنت فلتر سكين ناين اللي هو اللي بيفلتر الواقع وكوفنت ايز اللي هو اسمه ايه تمام فدي خطوة مهمة جدا لازم تتناخد ما ينفعش الشخص اللي بيحاول يعالج نفسه بيقى في بيئه على الانترنت عارف ان كلمة واحدة كتبها وده هترجعه لورا تاني. اوكيه. لازم بيقى فيه حاجز - [00:24:16](#)

نقطة مهمة بس دى صعبة شوية ودى بتبقى صعبة على النفس. واحد كده يجيب ورقة وقلم. مم. يقدر مع نفسه ويقول هكتب ليست بكل الحاجات اللي لها علاقة او بتعمل عملية اثاره او بتفكره باستخدام في بتاعتته او - [00:24:36](#)

المؤثرات تساعده على او بتخلية يروح ويدخل الاشياء اللي بتؤثر عليه. بالزبط. مم. يعني ممكن يكتبها خطورة الامر ده اللي لو كتبها

وقعت في ايد حد وهو لسه هو لسة في مرحلة || قبل - 00:24:56

للافصاح عن هذا الامر. او الافصاح او ان حد هو من لم يفصح له عن هزا الامر وشخص مش حكيم ويقع في ايده هزا الكلام. لزلك انا انا ارى ان هو لما يكتبها - 00:25:10

تمشي اللي بيخليني ادخل على مواد اباحية يقول لك ايه الحاجات اللي بتخليني منجذب الى النقط ايا كان. اي حاجة نقط اي حاجة ماشي؟ ويبتدي يكتب النقط دية بحيس يبقى عنده قايمة بالمؤثرات. طب وبعدين؟ دي ميزة يعني؟ آآ الميزة لان المؤثرات - 00:25:20

تختلف من حالة لحالة بمعنى ممكن واحد تكون تجربته مع ابتدت عن طريق الفيسبوك. بمعنى ان هو كان عنده اكونت على الفيسبوك. مم. فكان بيعمل سيرش على صفحات معاينة معينة على الفيسبوك. فجاء نتيجة من النتائج صفحة اباحية او فيها صور جنسية. تمام. دخل كات دي البداية. فمن طريق - 00:25:40

اه الصفحة شاف فيلم الفيلم قد اه يعني وصله الموضع وهكذا الشخص ده عنده ربط زي الرابط اللي اتكلمنا عليه في حالة تجربة ضبط الجرس مع الاكل. مم. باستخدام الفيسبوك. مم - 00:26:00

والنتيجة النهائية وهي الانتكاس. هنا هنقول له دي اكتفيت حسابك على الفيسبوك. خلاص. اه اعمله اه لغاية ما يحصل انت هتفتحه ان شاء الله بعد ست اشهر لما تخلص. اه عايزين بس يحصل فترة نقاهة كده. اوكي. فهل معنى - 00:26:15
معنى كده ان كل واحد مدمن حقيقي في الفيسبوك لأ دي حالات فردية. ايوة. كل واحد حسب ايه المؤثرات بتاعته. بالزيط بالزيط. في حد تاني ممكن ببساطة ميلادي يتفرج عليها - 00:26:29

ورا على طول. اه المفروض ما نجبيش اسماء قنوات بس احنا خلاص قلنا عنها فخلاص بقى. ها يعني ما شفناش بس يعني ايه قنوات فضائية بشعة بتجيبي اغاني في فيديو كليب حاجات يعني مثيرة جنسيا. الاشياء دي يا اخواننا انت عينيك دي بتبعص فيها في المصحف. ازاي تبعص على القرآن - 00:26:39

وتبعص على القنوات دي. خلي بالك لسانك بيقول ذكر الله رطب بذكر الله. ما ينفعش هو يقول الفاظ مش نضيفة. نفس الكلام عينيك ما ينفعش تدخل في جسمك. تدخل في - 00:26:59

عقلك المشاهد اللي زي دي بتطرد الخير وبتطرد الاشياء الكويسة جوة هنا. دي كمان. وبعد لما بيعمل دي بيكون فاهم بقى انا ايه الحاجات اللي ابعد عنها يعني مسلا في واحد زي ما قلت لحضرتك في ناس عندها ربط قوي جدا ما بين القلق. مم. او التوتر. طبعا. واحتياج في استخدام فيه. في المواقف دي لازم - 00:27:09

ياخذ اجراءات وقائية اول ما يحس ان هو متتوتر، لازم يخرج من البيت. هم. لازم يكلم حد. لازم يحاول يكسر حلقة الوصل ما بين رغبته في المخدر اللي هو مم. وما بين احساسه السلبي قلق ملل زهر - 00:27:29

آآ عصبية ايا كان. الرياضة افضل طريقة لعلاج التوتر. طبعاً فالابد الانسان يكون عنده ساعة من الرياضة كل يوم بتخلية يفرغ الشحنة دية. لازم. ولسه بقى هنتكلم بقى عن التربية الایمانية - 00:27:44

ان شاء الله عندهنا حلقات للتربية الایمانية من اللي هي من الحاجات برضو دي بتساعد قوي على على نزول التوتر والاكتئاب عند الناس. ماشي. فحضرتك لما اتكلمت على الرياضة لانها مصدر - 00:28:01

طبيعي لافراز الدوبامين. الدوبامين. مهم. فبتعمل عملية آآ يعني بتخليل الواحد في حالة كده كويسيّة حاسس ان هو منتعش. مم. وفي ناس لما بتكون مدمنة البونوجوفي بيحاول يعكس حلقة الوصل ان هو كل اما يحس ان هو متتوتر ينزل ويجرى او ينزل يروح الجيم او يلعب رياضة. مم اوكي. انا - 00:28:11

آآ عايز آآ اشكرك جداً خلينا نطلع فاصل ونرجع نكمel آآ طرق العلاج والوقاية من مسألة ادمان المواد الاباحية. نطلع فاصل طيب || اهلا وسهلا بكم خلينا لستة مستمرین مع اخونا الاستاذ محمد حازم شريف. المتخصص في مسألة مكافحة ادمان المواد الاباحية. وكنا بنتكلم في - 00:28:31

مسألة العلاج وكنا عايزين نعرف منه لو حد حصل له الرغبة في ان هو يدخل على المواد الاباحية يعمل ايه تمام مم مبدئيا كده في جفاف بيوصف بشكل سريع آطور الموضوع من ساعة ما الشخص بيقى في بيئه بعيدة عن مم وبعد - 00:29:21
بيحس الرغبة بعد كده بيتنكس. تمام. فالموضوع مقسم ازاي؟ معنا الجراف ده على الشاشة لو ممكن يطلعه لنا ونتكلم عليه. ده رسم بياني. ها ايه بقى؟ محور الاكس هو ايه؟ السين ايه والصاد ايه؟ يعني هو ده بتاع الحالة اللي هو الاول في حاجة اسمها مدى تطور حالة الایه؟ الدخول على موقع - 00:29:42

مم. في الاول هو فازون اسمها البون فيذون او المنطقة اللي هي ما فيهاش اي حاجة لها علاقة الاولانية بين النقطتين الاولانيين هو منطقة ما فييش فيها تعامل مع المواد الاباحية اطلاقا. وبعدين بعد كده بييجي السجن الثالث هو اي او منطقة الاثارة اللي هي مسلا حاجة من الاثنين يا اما زي ما اتكلمنا قبل كده ان الشخص - 00:30:02

شايف حاجة خارجية في اعلان في فيلم ايا كان. او فيديو كليب او قناة من القنوات بتاعة الفيديو كلبيز مسلا. تمام مسلا. او مؤثر داخلي اللي هو حالة التوتر - 00:30:22

او القلق او الضغط اللي بتخلله عايز مخدر. تمام. او التوتر داخلي خلية اوكي. وبعدين؟ هي النقطة دي اهم نقطة بتاخد فيها اكشن لان بعديها التلات نقط اللي بعديها اسمهم منطقة الانتكاس اللي هو ثلاثة واربعة وخمسة. اوكي. فانت لو هتاخد اكشن وعايز تعكس الموضوع. اول ما يبدأ عندك التوتر بيقى عندك نوع - 00:30:32

الاكتئاب مم. تبدأ تاخد اكشن بسرعة. اه. فيه خمس خطوات اساسية بتاخد عشان اسمها لستة عايز الجراف ولا نرجع له تاني. اه خلية. خلية. طيب. ممكن ممكن نشيله دلوقتي ونرجع له تاني بعد. طيب ما فييش مشكلة. ما فيش. ايه بقى؟ ايه بقى الخطوات اللي بتاخد لما يكون عندي اه الحالة بتاعة - 00:30:52

التوتر بتزيد او الاكتئاب او كده. طيب آآ او لا اول خطوة اسمها اقف حالا اللي انا بعمله لازم اقف لو انا مشغل اللاب توب افضل الفيشه وسيبه لازم تقف حالا في نص الموضوع ما تسيبش الموضوع - 00:31:12

جت او اي نصيحة لازم تخرج من البيت. مم. سب المكان اللي انت فيه اللي انت فيه. البس هدوءك وانزل هو ممكن يبقى شيء غريب. هتنزل تتمشى لوحدك انزل اتمشى لوحدك. ما فييش مشكلة - 00:31:26

تمام؟ كولنداون يعني اهدا بمعنى لما حد بيحس بتغيرات فسيولوجية نتيجة الاثارة اللي هو حاسسها من في حاجات معينة بتحصل زي ضربات القلب بتزيد والنفس آآ بيقى سطحي شوية. طيب في حاجة واحدة بس ممكن الشخص يعكسها بمعنى ضربات القلب مش هيعرف يوقفها - 00:31:36

ايده. مم. بس في اه اه ممكن يعمله في التنفس. اه شهيق. ايه. جدا عشر سوانى عشر سوانى بعد كده بيحاول يفضي كل اه الرئتين من الهوا. بالضبط. وهناد نفس تاني عميق جدا - 00:31:56

نملاها على الآخر ويكتموا عشر سوانى او خمس سوانى وبعد كده يفضي تاني. اوكي. ليه؟ لأن لما انا باعكس عملية التنفس السريع بهدي نفسي فسيولوجيا. الاعراض اللي انا حسيت بها نتيجة ان انا فكرت في او الافلام الاباحية باعкусها - 00:32:16

لما باخذ نفس كويس. ايه البطات القلب وتتوسع اللي هي دائرة العين والكلام ده كله انا ما اقدر اتحكم في نني العين اه. تالت خطوة فسيولوجك له اه بشكل فسيولوجي عاطفي هنا بقى الخطوة اللي احنا اتكلمنا عليها قبل كده كل شخص يعني انت دلوقتي وقفت فصلت - 00:32:32

اللابتوب لبست هدوءك نزلت عملت بعد كده كلمت الشخص اللي انت قلت له سعادتك في الاول وقلت له انا دلوقتي حاسس بحالة ضعف عشان انا كنت هقع وحنتكس تاني. فيبتدئ الشخص ده ممكن يكونوا متفقين مع بعض على تكنيك معين بيعملوه او كلام مسلا. انت بتتكلمي على - 00:32:52

واحد بيتعالج احنا الجراف ده وانا فهمت منه في اول مرحلة اللي هي اللي هو واحد ما يقربش لسه من الحاجات دي. لأ انا مش قصدني انا قصدي ده جراف لما حد بيكون قاعد ما بيفكرش في - 00:33:12

ويجي له اه اوكي. يعني ده اللي هو واحد بدأ يعالج نفسه. فهو كان في مرحلة معينة هو ما عندوش تعامل مع البورن خالص وبعدين بدأ يحصل له الحالة اللي بتزود له الرغبة في او غيره في الحالة دي لازم يقطع علاقته بالفرن بسرعة يسيب اللابتوب بتاعه -

00:33:22

ينزل يتمشى اه وبعدين يكلم بقى يكلم حد اه ممكن فيه مسلا فيه اه معين فيه ناس بتتبعه مع بعض الشخص المدمن والشخص اللي هو بيكلمه بيكتب بيبقى عنده ورقة. تمام؟ كاتب فيها اكتر خمسين او تلاتين او اربعين سبب هو عشانهم عايز يبعد عن ادمان الافلام الاباحية -

00:33:42

ايا كان كل واحد له اولوياته في الحياة. اسباب تخليه يبعد عن المواد الاباحية. فمسلا يقول يجي يقرأ كده انا لازم ابعد عشان انا عايز اكون متزوج وسعيد في حياتي -

00:34:02

الزوجية مش عايز ده يأسر علي. عايز ابعد عشان اخطي بربنا سبحانه وتعالى واقدر ان انا اصلی بشكل منتزم، ها. تمام تمام. فعايز ابعد عشان كزا وكزا وكزا. فيحط -

00:34:12

اللي هي ممكن تخليه او هي الاسباب اللي لما يقرأها يشجعوا اكتر على انه يستمر في في علاجنا. بالزيط بالزيط. اللي حيحصل ان هو يقولها بصوت عالي يقرأها لنفسه يسمعها. بصوت عالي ليه؟ لأن الصوت العالي ده اكنه بيرجع تاني صوت الجزء العقلاني اللي هو لأن كل الكتابات او كل الجمل -

00:34:22

اللي هو كاتبها دي جمل منطقية. اللي كان عقله في الاول بينبه لها. بس هو كان بيبعده وكان اه بيعارض الصوت ده ومش بيسمعه. تمام؟ فريديشنج او او ان انا اه احاول اوصل لحد واكلمه دي خطوة مهمة جدا. عشان كده انا بقول ان الشخص اللي بيعلاني من مشكلة ادمان افلام اباحية لازم يكون في شخص تاني في حياته عارف المشكلة -

00:34:46

هو بيساعدده. اه هو بيساعدده فيها. اه لما كنت قلت لحضرتك قبل كده على مسألة التعزيز الايجابي او النفسي. مم. لازم في اللحظات دي الشخص يقول لنفسه بصوت عالي بعد لما قرأ الخمسين سبب انا اقدر اعمل كده -

00:35:06

لازم يحس ان هو ممكن. لازم يحس ان دي مش حاجة مستحيلة. مش انت عشان ادمنت هتقضي بقية حياتك كلها. مم. مدمن لأن ممكن تخلص وممكن تيجي يوم من الايام -

00:35:20

مسلا الناس تقتندي بك. لأن انا في وجهة نزري الشخصية المدمن اللي بيتحلص من ادمانه هو شخص اقوى من العمر المراة بالدمان. وهو ما شاء وطبعاً لأن هو يعني حارب قوة. مم. فيه ناس كتيرة جداً لو كانت وقعت فيها مكانه. مم. وكان عندها نفس البلاء ما كنتش استحملت. كان حضرتك كانت ماتت -

00:35:30

جرعة زايدة مسلا مخدرات او او او فالعكس ده فيه ناس مسلا بعد لما بتخلص ادمانها بعد ما بتخلص منه يألف كتب بقى زي مسلا ايما

00:35:50

مخدرات ورحلة الكفاح في العلاج وادمان وعلى فكرة ممكن ناس كتيرة جداً تخش على امازون امازون فيه كمية كتب بتحكي قصص ناس. كانوا مدمنين وسابوا الادمان ده وعملوا كتب خاصة بحياتهم وقصصهم بعد كده عشان يقولوا -

00:36:00

الناس ازاي تبعد عن ده؟ فاحنا مش متخيلين كمية المجهودات اللي موجودة في دول تانية ضد ده في كتب كتيرة جداً عن البونوجر فيه. اوكي ده واحد منهم كتاب تاني بيتكلم ازاي -

00:36:19

هو ده اسمه دافون ثابت ده اه من احدي الكتب اللي انا حاطه كده شوية ان انا جبتها في امازون اوكي تمام اه كتاب يعني انا شايف بجد هو ممتاز جداً بيتكلم على بداية الموضوع. بناع مين؟ بناع اسمهم ولاري مالز هم او بيعالجو -

00:36:32

يعني سكس. مم. فده كتاب كان بيتكلم على بداية الموضوع ازاي بيحصل ازاي تخلص منه. فيه كتيرة جداً جداً ممك واحد يعملها الصوت اليومي عشان تساعده ان هو يمنع آآ التفكير في الموضوع. النقطة اللي فاتت دي هي ان انا بدي نفس الرسائل ايجابية اني اقدر اعمل. اه. سوري يعني ايه رسائل ايجابية؟ يعني في غيري -

00:36:52

كان في المشكلة دي وخرج منها؟ اه طبعاً طبعاً. كويس جداً. طب ايه اللي يمنع ان انا اقدر اخرج منها؟ بالزيط. ما هو بني ادم ولا بني

ادم. عنده ايدين ورجلين وعنه مخ وعينين انا دايس الكلام. فادي نفس - 00:37:12

القوه الدافعه رسائل ايجابية ان انا اقدر اتخلص من المشكلة دي. مم. ايه تاني برضو من مسألة تغيير البيئة المحيط حيس الموضوع
تغيير البيئة المحيطة ايه اللي ممكن نعمله تاني عشان نغير - 00:37:22

في حاجة مهمة جداً آكنا اتكلمنا قبل كده على ان بتستخدم كادا للتعامل مع الموقف الصعب وطبعاً هي طريقة غير صحية لأن هي طريقة ضعيفة لأن انا مش بحب ان انا اعمل مجهد او ان انا اخد خطوة صعبة. فبلجأ للقليل اللي هو ممكن اخش على الانترنت وانفصل عن الواقع - 00:37:38

برضو من الحاجات الاساسية اللي الشخص لازم يعملاها عشان يتعود على معالجة او القلق بشكل صحيح ان هو يدور على طرق صحية ممكن يتعامل بها مع الموقف ازاي رياضة؟ انا بجد شايف ان من من اهم الخطوات اللي الشخص لازم ياخدها ان هو يلعب رياضة؟ ده الازم. بتفرق نفسياً كتير - 00:37:58

كانت بتعمل تعزيز وبتدي ثقة بالنفس وبيحس ان هو انجز حاجة في حياته وبيفرغ شحنة جواه بالظبط زي يعني خاصة لو حاجة مسلا فيها حديد زي الجيم يعني برضو اعتقد - 00:38:18

من الحاجات انا اعرف ناس كانت بتقع في الموضوع دوه جابت ريد ميل في البيت وبقت تمشي في البيت على الجهاز بنطاع فدي حاجة مهمة جداً لان في حاجة في - 00:38:28

مصطلح اسمه او تحمل بيقول ان الشخص المدمن بيكون عنده قدرة ضعيفة على تحمل احنا عايشين للأسف في بيئه فيها بقت اكتير بكثير من زمان. مم. عشان كده قابلية الناس للادمان بقت اعلى بكثير من زمان من كتر ضغوط الحياة. ضغوط الحياة خلت الناس تدمن. بالضبط. خلت الناس تلجاً - 00:38:38

الي افعال في استخدامها تطور الادمان. فتطور لقوه بتسيطر على حياتها. مش بس كده. وكتير ما انت بتشووفها قدامك متاحة وسهله. انت عارف ان نسبة المدخنين في امريكا نزلت بشكل خطير جداً. ليه؟ ايه السبب - 00:38:58

ان من نوع اي فيلم امريكي يطلع فيه واحد بيدخن ولو فيلم طبعاً فيه طبعاً لو فيه سيجارة طلعت في الفيلم الفيلم بيقى ريتدار فوق التمنتasher سنة خلاص ده احنا في الحالة دي الفيلم ده يتحط عليه ضرايب اكتير فانت بتشجع المخرجين والمنتجين بيعدوا عن السجاير خالص من الافلام. نتيجة انها بقت مش متشفافة - 00:39:15

قادم الناس بالنسبة للزات جداً. ايوة ما فيش يعني احنا احنا في افلامنا اعتقاد العملية دي طبعاً فده كل مسلسل اكتشن بيطلع يعني جزء من ما بشربش سجاير فيهم في الحقيقة ممكن يكون بيشرب سجاير في الفيلم ديت. عشان يدي موضوع يعني. للأسف الشديد. فنانين بتو عثرة اخرى زي الفنانين - 00:39:37

يهود مش منفصلين عن العالم بتاعهم عن امتهن عن همومهم عن مشاكلهم فيخدمو العالم ده ويخدمو الامة بتاعتهم. للأسف الشديد معظم فنانينا الا من رحم ربى منفصل عننا لهم حفلاتهم لهم حياتهم لهم آآ خروجاتهم لهم اسلوب حياتهم. اللي منفصل عننا. لذلك احنا - 00:39:57

عايزين نواجه ده بفنانين مسلمين فنانين اسلاميين فنانين اه اه متدينين فنانين عايشين هموم امتهن ويساعدوا في حل المشاكل مش في زيادة المشاكل من اجل خلي بالك من حاجة المسألة مسألة المشاهد اللاثارية - 00:40:23

المثيرة اللي بتطلع في الافلام. يقول لك اصل الحبكة الدرامية محتاجها. لا لا. ولا حبكة درامية ولا بنطاع. ده فلوس يا فندم. الفيلم اللي فيه المشاهد دية وفيه المسلسلة الفلانية وطالعة وهيتعمل معها حاجات معينة - 00:40:43

في اول يوم بيكسب ملايين الشباك بيبيع تذاكر فالموضوع موضوع فلوس وفساد مالي اصلاً موجود في المجتمع ده فدي اكتير نقطه الناس تفهمها انت بيتبذلوك وبيضحكوا عليك عشان ياخدوا فلوسك. انا عايز اقول لحضرتك حاجة هو هل الزنب انا بسأل نفسي ساعات؟ طيب في حاجة اسمها عرض وطلب - 00:40:58

طب ما الناس دي بتنتاج واحنا بندعم ان هم يكملاها باش احنا بنجيب لهم اوضاعهم. فاحنا متقبلين ده. ولما ده بيسبب جانبية في

مجتمعنا بنقول ده ما ينفعش. طب انا مش فاهم احنا قابلين احنا عندنا سيزوفينيا. ده عادي موجود في اعلامنا وفي السينما وما تباقاش محبكها قوي وعادي وعيدي واخر - [00:41:18](#)

وبعمل ولما مجتمعنا يبقى مشوه زي ما هو مشوه دلوقتي لأد ه غلط وده عيب ولازم نشوف حل. واحد صاحبي اسمه المخرج العزيز محمد دياب. شاب جميل جدا عمل فيلم اسمه ستة سبعة تمانية. الفيلم ده عن التحرش الجنسي - [00:41:38](#)

اتفرجت عليه انا ومراتي وابني وبنتي. ما فيش مشهد واحد فيه اي اسفاف. اطلاقا عن التحرش الجنسي عشان لو حد بقى بيقول ان احنا بنحتاج المشاهد دي عشان الحكة الدرامية فباتالي لو حد منهم كان عمل الفيلم ده كان بقى معجنة وبقى عك - [00:41:53](#)

والله اقام اقام عليهم الحجة ان انتمش محتاجين المشاهد دي عشان توصلوا الرسالة. وانا كنت في منازرة في ساقية الصاوي انا والاخ الدكتور حسام ابو البخاري قصاد آآ الدكتور مدحت العدل وهو مخرج مشهور آآ وكاتب ازن وكده - [00:42:10](#)

وايضا لينين الرمللي. استاذة لينين الرمللي. فانا اتفق معهم على حاجة. والاستاذ مدحت العدل وافقني عليها قلت له فيلم ستة سبعة تمانية على فكرة فيه حاجات مخالفة للشريعة. ما فيه ستات مش محجبات. الله! وستات لابسين بنطلونات ضيقه ومتش عارف ايه.

لية الناس - [00:42:30](#)

عجبهم وموافقي عليهم. لانهم ما صدموهمش ما وراهمش اي حاجة اكتر من اللي بي Shawoofوها في الشارع في مش محجبات في الشارع فلما جبتهم لي على الشاشة انا ما استغريتني. وما حستش ان في حاجة غلط. منها غلط. لكن اللي بنقوله اللي في الشارع وريهونني على الشاشة - [00:42:47](#)

اللي مش في الشارع ما تحطهوليش على الشاشة يعني الشارع ما فيش فيه رقص شرقي. ما تحطيش رقص شارع على الشاشة. الشارع ما فيش فيه قبلات. ما تحطيش قبلات على الشاشة. الشارع ما فيش فيه ناس بتمارس الجنس مع بعضه. ما تحطهاليش في الشاشة. طب والله - [00:43:07](#)

القصة دي بتاعة واحد اكتشف ان مراته بتخونه. ماشي. قل لي كده. هاته لي قاعد بيعيط وبيحكى الحكاية دي لواحد صاحبه. لكن ما تجيبيهولييش بيخش عليهم في اوضة النوم. هو ده بنقوله - [00:43:19](#)

ما تصدمش المشاهد بهذه الطريقة. دكتور مدحت العدل قال لي انا متفق معك وموافق ودي كانت مساحة اتفاق جميلة جدا ورائعة جدا. ممتاز وده فعلا طيب تاني عندنا في تغيير الخمس خطوات آآ حاجة هي دي ممكن تبقى وقائية اكتر ما منها علاج - [00:43:29](#)

او ان حد يعلم نفسه لان سوء هوليود او صناعة الافلام الاباحية او اي حاجة بتعتمد على الخيال عشان تجزب المشاهد. آآ في آآ مقوله اسمها يوكانوت ان انمي ما تقدرش تحارب عدو لازم تفهم عدوك عدوك - [00:43:49](#)

فافهم الناس دي بتوصل لنا ايه انا لما عملت بحث على وعلى انا قبليها انا في افلام كتيرة جدا بحبها وفي مسلسلات كتيرة جدا بحبها. نعم نزرتني اختلفت تماما لان انا قلت لك في هوليود ويتحط - [00:44:09](#)

مش بتكلم على الاغلبية العظمى من بعد ما عرفت اهدافهم. في في في انا شايف في جانب محترم اللي هو الزاتية طبعا. في في حاجات مؤثرة جدا بس معظم الافلام الثانية افلام تجارية بحتة. لو انت عارف انا اصلا عاشر وانا بقى صانع انا دلوقتي بنعمل الفيلم الثالث بتاعنا اسمه اسلام انويمين - [00:44:23](#)

اسلام في المرأة فيلم في سلسلة افلام الضباب ينقشع. نعم. في اسم برضو عايز اقوله للناس ممكن تخشن عن حياة فيلم معمول عن حياته اسمه نقطتين تعريف يعني يعني التلات ادوار الاساسية اللي كان بيلعبها في حياته. طيب - [00:44:44](#)

نطلع فاصل دلوقتي بالنسبة تغيير البيئة المحيطة فاضل حاجة تانية ممكن حد يعملها او في بعض النقط الاضافية ممكن حد برضو يتلزم فيها تفرق معاه شوية في ناس بتتجه ان هي بتكتب مذكرات خاصة بيها. مم. ده بيساعد شوية في حالة تفسير عاطفي - [00:45:09](#)

هو كل ما يحس ان هو متضايق يكتب ويعني يدون مشاعره دي وبيلجا لها بعد كده. آآ هو بس مشكلة الموضوع ان ممكن يكون آآ

يعني آآ ممك حـد تـاني يـخـش عـلـى الـحـاجـات دـي او يـشـوف تـبـقـى حـاجـة مـحـرـجـة جـداـ. ما هـو لـو حـد عـرـف فـي المـذـكـرات بـتـاعـتـه ان هـو بـيـدـخـل عـلـى مـوـاـقـع فـورـن هـتـبـقـى مـحـرـجـة لـهـ. اـهـ بـالـزـيـطـ. فيـعـنـي لـو حـدـ هـيلـتـزم او - 00:45:42

حتـةـ التـدوـين اوـ الـكتـابـةـ المـذـكـراتـ فـلـازـمـ يـكـونـ حـرـيـصـ جـداـ. يـكـونـ حـرـيـصـ. بـيـعـمـلـ مـمـكـنـ وـعـلـيـهـ باـسـوـورـدـ ماـ حـدـشـ يـقـدـرـ يـخـشـ عـلـيـهـ اوـ حـاجـةـ زـيـ كـدـهـ. اوـ يـمـكـنـ بـيـكـتـبـهاـ وـيـقـطـعـهـاـ مـمـكـنـ يـكـتـبـهاـ وـمـمـكـنـ يـعـمـلـ باـسـوـورـدـ عـلـىـ الفـايـلـ يـبـقـىـ هوـ الـليـ عـارـفـهـاـ بـسـ بـحـيـسـ انـ تـبـقـىـ الـاسـتـخـدـامـ الشـخـصـيـ. تـامـ. غـيـرـ المـذـكـراتـ فـيـ حـاجـةـ تـانـيـةـ مـمـكـنـ يـسـتـخـدـمـهـاـ فـيـ منـتـديـاتـ عـلـىـ الـانـتـرـنـتـ - 00:46:02

مـخـصـصـةـ لـعـلاـجـ آـآـ بـتـدـيـ عـاـمـلـ كـوـيـسـ انـ هـوـ بـيـخـشـ وـبـيـشـوـفـ قـصـصـ النـاسـ التـانـيـةـ كـلـ وـاـحـدـ بـيـكـتـبـ قـصـتـهـ طـيـبـ اـنـ اـنـ عـالـجـتـ نـفـسـيـ الـأـخـرـيـنـ لـاـنـ اـنـ اـنـ مـحـتـاجـ مـحـتـاجـ اـنـ اـنـ اـشـوـفـ النـاسـ التـانـيـةـ عـمـلـتـ اـيـهـ اوـ الـمـنـتـدـيـاتـ عـلـىـ اـدـمـنـتـ - 00:46:23
الـمـسـأـلـةـ دـيـ قـبـلـ كـدـهـ. وـهـقـولـ اـهـ اـحـدـ الـمـنـتـدـيـاتـ الـمـشـهـورـةـ فـيـ الـاـخـرـ. اـهـ هـقـولـ الـاـسـمـ الـوـيـبـ سـاـيـتـ. طـيـبـ. ماـشـيـ. خـلـيـنـاـ بـرـضـوـ اـسـأـلـكـ عـلـىـ مـدـىـ اـهـمـيـةـ الـاـلتـزـامـ الـحـمـرـاـ الـلـيـ مـحـطـوـطـةـ تـامـ فـيـ مـقـوـلـةـ مـشـهـورـةـ قـوـيـ لـاـحـدـ الـاـشـخـاـصـ يـعـنـيـ اـتـعـالـجـوـاـ مـنـ اـدـمـانـ بـيـقـولـ عـشـانـ تـقـدـرـ اـنـ اـنـ تـبـعـدـ عـنـهـ وـتـعـالـجـهـ - 00:46:43

لـازـمـ تـبـقـىـ عـاـيـزـ الـمـوـضـوعـ مـيـةـ فـيـ الـمـيـةـ مـشـ تـسـعـةـ وـتـسـعـيـنـ فـيـ الـمـيـةـ. مـمـ. طـبـ جـمـلـةـ بـدـيـهـيـةـ شـوـيـةـ طـبـ ماـ اـنـ اـكـيدـ عـاـيـزـ الـمـوـضـوعـ مـيـةـ فـيـ الـمـيـةـ لـأـ. سـاعـاتـ الـواـحـدـ بـيـكـونـ عـاـيـزـ فـعـلـاـ يـسـيـبـ - 00:47:05

تـسـعـةـ وـتـسـعـيـنـ بـسـ لـسـهـ فـيـ حـتـةـ فـيـهـ لـاـعـيـزـ اـشـوـفـهـ لـاـبـقـيـ فـاضـيـ مـشـ جـدـ قـوـيـ. يـعـنـيـ عـزـيمـتـهـ نـاقـصـةـ شـوـيـةـ حـاجـةـ. مـمـ. فـلـازـمـ الـشـخـصـ لـأـ ماـ تـسـمـحـشـ لـاـيـ حـاجـةـ تـخـلـيـكـ عـاـيـزـ الـمـوـضـوعـ تـسـعـةـ وـتـسـعـيـنـ لـازـمـ تـبـقـىـ عـاـيـزـهـ مـيـةـ فـيـ الـمـيـةـ لـازـمـ كـلـ مـاـ تـحـنـ لـهـ كـلـ مـاـ تـبـقـىـ عـاـيـزـ تـطـلـعـ الـوـرـقـ وـتـقـولـ لـهـ لـأـ مـاـ يـنـفـعـشـ كـفـاـيـةـ لـاـنـ اـنـ - 00:47:15

كـزاـ وـكـزاـ وـكـزاـ الـلـيـ تـخـلـيـكـ تـبـعـدـ عـنـكـ. بـالـزـيـطـ. لـاـنـ لـوـ اـنـاـ كـاتـبـ خـمـسـيـنـ سـبـبـ وـاـنـاـ فـيـ وـقـتـ مـشـ قـادـرـ اـفـتـكـرـ الـخـمـسـيـنـ سـبـبـ وـقـاءـدـ اـهـ اـحـنـ وـحـاسـسـ فـاـنـاـ لـوـ جـبـتـ الـوـرـقـةـ دـيـ وـقـرـيـتـ الـاـسـبـابـ دـهـ هـيـخـتـلـفـ مـعـيـ. لـازـمـ الـشـخـصـ يـكـونـ جـادـ جـداـ. الـمـوـضـوعـ دـهـ مـاـ يـنـفـعـشـ فـيـهـ تـهـاـونـ. مـاـ يـنـفـعـشـ فـيـهـ اـنـ اـنـ يـعـنـيـ - 00:47:35

عـاـيـزـ اـنـ اـنـ اـتـخـلـصـ مـنـ مشـكـلـةـ بـسـ مـشـ جـدـ مـشـ بـعـمـلـ مـشـ بـسـتـخـدـمـ الـوـسـائـلـ الـلـيـ اـحـنـ اـتـكـلـمـنـاـ عـلـيـهـاـ. اـنـ دـلـوقـتـيـ مـسـلـاـ حـاسـسـ اـنـ فـيـ حـاسـسـ اـنـ فـيـ قـلـقـ وـانتـ فـيـ الـبـيـتـ. اـسـتـصـبـ - 00:47:55

حتـةـ النـزـولـ لـوـحدـكـ مـاـ يـنـفـعـشـ. هـمـ. فـيـ الـلـيـ زـيـ دـيـ يـعـنـيـ فـيـ مـقـوـلـةـ بـتـقـولـ اـهـ مـمـ اوـ الـاـوـقـاتـ الـعـصـيـبـةـ بـتـبـقـىـ مـحـتـاجـ مـقـاـيـسـ مـتـطـرـفةـ جـداـ. لـازـمـ الـشـخـصـ يـكـونـ مـلـتـزمـ مـيـةـ فـيـ الـمـيـةـ. طـبـ اـجـرـاءـاتـ قـوـيـةـ. بـالـزـيـطـ - 00:48:05

فـيـ حـزـمـ مـاـ يـنـفـعـشـ مـعـ نـفـسـكـ فـيـ هـزـاـ الـاـمـرـ. جـداـ جـداـ. مـمـ. طـبـ اـزـايـ المـدـمـنـ يـكـونـ عـنـدـ الدـافـعـ الدـاخـلـيـ الـلـيـ يـخـلـيـهـ مـسـتـمـرـ فـيـ عـلاـجـ نفسـهـ فـيـ نـاسـ كـتـيرـ لـمـاـ بـتـنـتـكـسـ بـيـكـونـ مشـكـلـتـهاـ اـنـ هـوـ بـيـقـعـدـ اـوـ شـهـرـيـنـ تـلـلـاتـ اـرـبـعـةـ آـآـ عـارـفـ اـنـ لـازـمـ بـيـعـدـ عنـ - 00:48:23

ماـ بـيـفـكـرـشـ فـيـهـاـ. بـعـدـيـنـ لـمـاـ يـقـضـيـ فـتـرـةـ طـوـيـلـةـ بـعـدـ عنـهـ بـيـتـدـيـ يـنـزـلـ دـفـاعـاتـهـ. مـمـ. دـيـ مشـكـلـةـ اـنـ هـوـ يـنـزـلـ فـيـ مـقـوـلـةـ شـهـيـرـةـ اـنـ بـسـتـشـهـدـ بـحـاجـاتـ كـتـيرـ فـيـ اـسـمـهـاـ لـيـهـ ؟ـ اـهـ. الـلـيـ بـيـضـمـنـ مـرـةـ بـيـقـىـ هـوـ مـدـمـنـ عـلـىـ طـوـلـ. اـهـ الشـخـصـ الـلـيـ اـدـمـنـ قـبـلـ كـدـهـ قـاـبـلـيـتـهـ لـوـلـقـوـعـ فـيـ الـاـدـمـانـ هـتـفـضـلـ طـوـلـ حـيـاتـهـ. مـمـ. هـيـ بـتـقـلـ مـعـ الـوـقـتـ. اـيـوـةـ - 00:48:46

بـتـقـلـ مـعـ الـوـقـتـ بـسـ مـاـ يـنـفـعـشـ يـوـصـلـ فـيـ نـقـطـةـ يـحـسـ اـنـ هـوـ تـخـلـصـ مـنـ مشـكـلـةـ لـازـمـ تـبـقـىـ حـزـرـ عـلـىـ طـوـلـ. حـزـرـ جـداـ مـاـ تـحاـولـشـ مـاـ بـيـقاـشـ عـنـدـكـ ايـ نـقـطـةـ اـولـ مـاـ تـضـعـفـ اـنـ عـلـىـ طـوـلـ تـعـالـجـ الـفـلـوـسـ - 00:49:10

فـاماـ يـنـزـغـنـكـ مـنـ الشـيـطـانـ نـزـغـ فـاـسـتـعـدـ بـالـلـهـ. عـلـىـ طـوـلـ يـتـحـولـ اـلـىـ وـسـوـسـةـ وـالـوـسـوـسـةـ تـتـحـولـ اـلـىـ عـلـمـ بـعـدـ كـدـهـ. الـمـوـضـوعـ دـهـ شـبـيـهـ شـوـيـةـ لـوـ حـدـ مـسـلـاـ بـيـلـعـبـ فـيـ مـصـارـعـةـ فـهـوـ آـآـ الـخـصـمـ بـتـاعـهـ اـدـيـ لـهـ ضـرـبـةـ وـقـعـ فـاـتـغـرـبـ بـالـاـنـتـصـارـ الـمـؤـقـتـ - 00:49:20

فلـلـنـاسـ وـقـعـدـ يـحـيـيـهـمـ فـخـصـمـوـاـ قـامـ وـضـرـبـهـ. مـاـ يـنـفـعـشـ تـحـتـفـلـ بـدـرـيـ نـافـسـ الـلـيـ بـدـاـيـتـهـ قـبـلـيـ. اـهـ. خـلـيـ بالـكـ اـنـ مـمـكـنـ اـنـتـصـارـكـ دـهـ هـوـ الـلـيـ يـجـيـبـكـ وـرـاـ. اوـ اـعـتـقادـكـ اـنـ خـلـصـتـ مـنـ مشـكـلـةـ هـوـ دـهـ الـلـيـ يـرـجـعـكـ تـانـيـ. مـمـ. فـلـازـمـ عـلـىـ طـوـلـ - 00:49:40
عـنـدـ الـاـنـتـرـنـتـ فـلـتـرـ مـاـ تـتـشـلـشـ. حـتـىـ لـوـ اـنـتـ مـاـ بـقـتـشـ تـفـكـرـ فـيـ خـلـيـهـاـ. الـفـلـتـرـ بـتـاعـ الـاـنـتـرـنـتـ حـتـىـ لـوـ بـطـلـتـ. بـالـزـيـطـ. الـوـرـقـةـ الـلـيـ فـيـهـاـ

الشخصية اللي انت عايز ما تدفعهاش خليها قدامك. مم. ممكن تستخدم على مسلا اللابتوب بتعاك او اي جهاز انت بتسخدمه تكون
مسلا فيها كلمة - 00:49:56

زي آآ الحاجات اللي بتفكر الانسان بربنا. اي اي حاجة تفكرك فلازم على طول تبقى في حالة تفتكر فيها ان انت تبعد عن بقى تقول لنا
على الواقع اللي انت بتتصفح الناس انها تدخل الموضوع دوة وتساعد نفسها لو هي - 00:50:16
تمام هم في تلات مواقع اساسية انا عايز اتكلم عليهم. تلات مواقع. اول موقع اسمه فيد ذرايت هولف. مم. دوت او ريف
الذئب الصحيح دوت اورج اه حكاية ليه الويب سايت اسمه كده سريعا هو صاحب على الشاشة على فكرة ارجو الناس
تخليه شوية - 00:50:36

الناس تدونه. مم. آآ صاحب الموقع بيقول ان كل انسان جواز بين واحد حلو وواحد وحش. مم. اللي انت بتغزيه هو اللي انت بتكبره.
اوكي فغزي الزئب الكويس عشان تبقىبني ادم كويس. الامام الشافعي قال ونفسك ان لم تشغله بالحق شغلها. شغلتك بالباطل.
الكوباياة - 00:50:58

هدية يا اما فيها عصير يا اما فيها مية يا اما فاضية. انت اللي بتملأه هو اللي بتحطه. مزبوط. طب وايه كمان؟ مزبوط. فيه موقع تاني
اسمه آآ لأن يعني بيأزي يعني اه الازي اللي بيسبيه - 00:51:18

بورن هارمز دوت كوم. اه الموضع ده وزيفته ان هو اه بيسمح لكل الناس اللي يستخدمه ان هم ينزلوا اه ابحاث بيلاش بدون اي
تكلفة عن مواضيع كثيرة لها علاقة بالبرونوجرافي زي قصب البرونوجرافي على عنف المرأة زي ايه؟ آآ النزعة الادمانية اللي فيه فانا
في حاجات كثيرة عدد الابحاس اللي انت قاريها - 00:51:38

لغایة دلوقتي عدد الابحاس والكتب؟ يعني ممكن تقريبا مية وخمسين او او في حدود المية وخمسين بحس ماشاء الله. طيب ايه
الشيء الثالث؟ آآ امم ده بقى من احسن المواقع اللي انا شفتها اسمه مم الموضع ده - 00:51:58

يعني ما هو في عقلك عن البورد. اه. هم. الموضع ده مش بيتكلم على حاجة غير التغيرات الدماغية اللي بيسبيها. هو ده من اوائل اللي
اعترفت بالبونوج في ازن اديكشن. اه. ده من اوائل الناس اللي اعترفت ان هو ادمان مش عادة فقط. بالضبط. مم. عن طريق الويب
سايت ده في اسلسلة فيديوهات موجودة على - 00:52:18

الموجودة على الموضع. اسمها آآ ست آآ فيديوهات منفصلة. بتتكلم وبتشرح بالتفصيل ازاي؟ زي ما احنا اتكلمنا وطبعا فيه تفاصيل
اكثر بكثير اللي انا قلتها. اشكرك جدا. جزاكم الله خير. عايز حاجة تقولها اخيرة؟ اه انا عايز يعني اقول للناس حاجة شخصية لي
يعني على الفيسبوك لو حد حابب بعد كده - 00:52:38

لو انت عندك بيج بالعكس ده الناس اللي هتبقي عايزه انها تتكلم معك. في آآ انا عملتها وهخصصها لنشر كل ما لها علاقة اسمها ايه
بقى؟ آآ فيسبوك دوت كوم سلاش ذابون فانتسي. ذابورن فانتسي. تمام. ما فيش ولا اي حاجة. يعني اما انا اخش على الفيسبوك
- 00:52:58

هتطلع لي ولا دبليو دبليو دبليو دوت فيسبوك دوت كوم سلاش ذا بورن فانتاسي. ممكن كمان طب حطينا على الشاشة. ممكن كده
وممكن كده. انا عايز اشكرك جدا استاز حازم. عندك حاجة اخيرة قبل ما تقدر تقولها قبل ما ننفل؟ مم. اه في في انا عايز برضو اقول
- 00:53:18

الشخصي ليه لو حد عايز يحطه على الشاشة برضه ايه هو الايميل الشخصي لي يا محمد دوت حازم دوت شريف. محمد بيكتب زي
محمد ولا محمد ايه ام يو اتش ايه. دبل ام. دبل ام. ايه دي الله اكبر انت كده بمحمد مزبوط بالضبط. انا بحبك جدا. اجابها صح.
حازم. دوت شريف. دوت - 00:53:38

شريف اس اتش ايه او بتاعتي محمد حازم على طول محمد حازم موجود على الشاشة انا عايز اشكرك جدا جزاكم الله خيرا. استاز
محمد آآ اعزائي المشاهدين انا الحمد لله ما بخشش على - 00:53:58

ولادي لسه صغيرين ما بيخشوش على البورد. طب اعمل ايه عشان اقي نفسي بسرعة؟ شف انا انا تلميذه دلوقتي. الفلاتر موجودة

على اجهزة البيت كلها الكي ناين القراءة عن حقيقة هذه الصناعة والفساد اللي موجود فيها عشان افهم واعي نفسي واعي الشباب
عن عن خطورة - 00:54:20

بل وقزارة هذا هذه البيئة آآ وسائل العلاج ببناعة الضغط العصبي والتوتر لازم تكون وسائل صحية عندنا منهم ممارسة الرياضة رياضة يومية اه اشياء زي كده. التربية الایمانية احنا ان شاء الله يكون عندنا سلسلة حلقات - 00:54:40

كثير عن التربية الایمانية لأن ربنا سبحانه وتعالى ادانا عقل ادانا قلب وادانا جسد وادانا روح. كل حاجة من دول اداتها لنا يا اما ضعيفة يا اما فاضية وادانا ادوات نقويها او - 00:54:58

نملاها القلب من ضمن الحاجات دي. انت كده رحت جبت موبايل اتكلمت به لغاية ما البطارية ماتت. بتكلم شركة الموبايل تتخانق معهم. المهم مدیننك تشارجر. هم مدیننك شاحن اشحن موبايلي كل يوم ساعة وانت تمشي مزيوط. نفس الكلام ربنا ادى لك القلب ده واداك معه شاحن. الشاحن ده هو القرآن الكريم. بس ما نقرأهوش بالطريقة اللي احنا نقرأ بها. في طريقة - 00:55:12

اخرى نقرأ بها هو ده اللي نتعامله مع بعض في التربية الایمانية. فان شاء الله دي حاجة. الحاجة الثالثة او الحاجة الاخيرة هي اتعلم ازاي اربى اولادى. التهاردة في ناس في مصر - 00:55:33

وانا لي علاقة بهم الحمد لله اسمهم بوزيتيف بارنتينج او حد دخل على الفيسبوك وكتب بوزيتيف بارنتينج آآ هيطلع له على طول ناس بتدي دورات ازاي تفهم عقلية الطفل. وتنمية ودي حاجات على اسس علمية امريكية قوية - 00:55:43

وربنا يوفقكم ويحميكم ويحفزكم ونشوفكم ان شاء الله الاسبوع الجاي بعد الصلاة - 00:56:03