

لطفا پرسونید به دست هر کسی
که بهش نیاز داره...



کتاب

پرسش و پاسخ

نویسندگان:

فرهاد مهدوی

محمد ایمانی

حسام الدین جلالی



سلام به همه دوستان خوبم.

(ویرایش ۱، خرداد ۱۴۰۲)

در این قسمت می‌تونید سوالات خودتون رو بپرسید. سعی می‌کنم خیلی زود بهشون جواب بدم.

راستی...

کتاب «سوالات متداول» رو خوندی؟

توصیه می‌کنم اول اونو بخون. شاید جواب سوالت اونجا باشه.

فرم ارسال پرسش ♥

۳۵۹ دیدگاه

به گفتگوی ما بپیوندید و دیدگاه خود را با ما در میان بگذارید.

یار مهدی



۴/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۴:۳۲

سلام خسته نباشید یک سوال داشتم اینکه اگر همون کاری که خودمون برای ارضا شدن انجام میدیم مثل ور رفتن با آلت آیا اگر همون کار توسط همسر انجام بشه باز هم عوارض داره؟ چون من یجا دیدم که نوشته بود این کار گناه محسوب نمیشه پس اگر گناه محسوب نمیشه یعنی عوارض نداره؟ چرا؟ اونم که مثل همین خودارضایی هست

بدن ما از کجا میفهمه که خودمون انجام دادیم یا کس دیگه ای

پاسخ

مهدوی



۵/۴۰۲/۱۴ در ۱۷:۰۳

سلام. سلامت باشید.

نه عوارض نداره.

بله درسته، گناه هم محسوب نمیشه.

فرقش اینه که اون در قالب ازدواج شرعی و قانونی و توسط یه نفر دیگه

که جنس مخالف هم هست، انجام میشه.

این همه فرق.

اصلا به خاطر همین تفاوت هاست که رابطه با همسر، منجر به آرامش

جسمی و روحی میشه اما شهوترانی، خودارضایی و زنا مثلا، حال جسم و

روح آدمو بدتر می کنه. درست مثل خوردن آب شور که دردی از آدم

تشنه، دوا نمی کنه.

موفق باشی 🌸

پاسخ

پشیمان



۴/۴۰۲/۱۴ در ۲۲:۱۴

سلام و خسته نباشید ببخشید من یه سوال دارم
۲ سالی میشد که خ.ا انجام میدادم و چندین ماهه آخروبه این صورت
خودارضایی میکردم که نمیداشتم مایه منی از بدنم خارج شه یعنی فشار
میوردم و نگه میداشتم آخرشم مقدار کمی خارج میشد و انگار بقیش بر
میگشت، الان ۵۵ روزه تو ترکم خداروشکر و دیگه نمیخواهم این کارو انجام
بدم ولی فکر میکنم این کاری که انجام میدادم به پروستات خیلی آسیب
میزنه، الان چه راهکاری جز ترک پیشنهاد میدید که تو همین نوجوانی انجام
بدم تا در بزرگسالی دچار بیماری های جنسی نشم؟ ورزش یا؟؟

پاسخ

مهدوی



۵/خرداد/۱۴۰۲ در ۰۳:۵۵

سلام. سلامت باشی.

اولا خدا رو شکر که ۵۵ روزه که پاکی. خیلی عالیه. بهت تبریک میگم.
دوما خودارضایی ضررهای زیادی داره، اما بعضی کارها هست که ضرر
اونو بیشتر می کنه.

مثل همین کاری که شما گفتی (یعنی جلوی انزال خودتو بگیری).
یا مثل ایستاده خودارضایی کردن (به جای خوابیده انجام دادن آن).
یا بعد از انزال و بیرون آمدن منی، دستشویی نرفتن یا دیر رفتن (باید
بعدش بلافاصله دستشویی بروید و ادرار کنید تا مجرای ادرار، تمیز شه).
یا حمام نرفتن بعد از انزال (باید بعد از انزال، حمام بروید و غسل
جنابت انجام بدید).

یا پشت سر هم خودارضایی کردن (بعضی ها بعد از لغزش و زمین
خوردن، دیگه به سیم آخر می زنند و چندین و چند مرتبه، پشت سر هم
خودارضایی می کنند که کار بسیار غلطیه).

یا توبه نکردن بعد از گناه.
یا به تاخیر انداختن توبه.

سوما همین که زود متوجه شدی کار اشتباهی انجام می دادی، خیلی خوبه. لازم نیست برای جبران، اقدام خاصی انجام بدی. بهترین کار، همین ترک گناهه.
موفق باشی 🌸

پاسخ

فاطمه خادم حضرت فاطمه



۴/خرداد/۱۴۰۲ در ۰۰:۰۰

سلام و عرض ادب 🍷

بخشید یه سوال داشتم: اینکه اگه خ.ا به خارج شدن منی و اوج لذت جنسی ختم نشه،(و لذت کمی ببریم) باز هم همون حکم رو داره و گناهه؟
و لازمه برای انجام عبادات غسل کنیم؟

پاسخ

مهدوی



۴/خرداد/۱۴۰۲ در ۰۱:۰۷

سلام. گناهه، ولی غسل جنابت واجب نمیشه.
و یه نکته هم مدّ نظر داشته باشید:

یکی از حيله هاى شيطون براى پرت کردن آدما، نزدیک کردن اون ها به پرتگاهه.

پاسخ

صبا



۱/خرداد/۱۴۰۲ در ۲۳:۵۹

سلام. اگر دختر با فکر های شهوانی ارضا بشه و مایع لزج از بدنش خارج بشه خودارضایی محسوب میشه؟
بعد از خارج شدن این مایع نماز هایی که بخونه باطل هست؟

پاسخ

مهدوی



۲/خرداد/۱۴۰۲ در ۰۰:۱۳

سلام. بله خودارضایی هست.
و باید برای نماز، غسل جنابت کنه.
خدا خیلی مهربونه.
توبه کن و خودتو ببخش و تلاش کن دیگه گناه نکنی.
یا علی

پاسخ

0



۲/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۸:۰۰

تاثیری در بارداری هم داره؟

پاسخ

مهدوی



۳/خرداد/۱۴۰۲ در ۲۵:۱۶

خودارضایی باعث بارداری نمیشه.
و اگه منظورت اینه که آیا در آینده، بچه دار میشم یا نه؟
نگران نباش. به امید خدا، بله.
فقط تمرکز کن به ترک این عادت بد و همه چیزو بسپار به
خدایی که گفته: من توبه کنندگان رو دوست دارم (سوره بقره،
آیه ۲۲۲).
یا علی

پاسخ

999999



۱/خرداد/۱۴۰۲ در ۰۲:۱۵

سلام من بعد از ده روز دوباره خود ارضایی کردم و کمرمخالی شده یزره و چشم یزره گود می‌خوام بدونم مصرف چه چیزی باعث میشه در همین حین ترک سریع تر کمرم پر بشه و چشم گودیش بره میشه کمک کنید ممنون

پاسخ

مهدوی



۱/۱۴۰۲/۱۶:۵۸ در

سلام. سریع خودتو ببخش و از خدا معذرت خواهی کن. این میشه توبه که قدم اوله. بعد، عیب یابی کن. یعنی ببین چرا زمین خوردی و ایرادهای کارت چی بوده که باعث شده لغزش کنی. بعد، راه حل یابی کن. یعنی ببین چطور می‌تونی ایراداتت رو برطرف کنی. نکته مهم بعدی. به عوارض فکر نکن. این توجه زیاد به عوارض، خوب نیست. مهم اینه که عادت بدتو بذاری کنار. چون بعدش خود به خود عوارضت برطرف میشه. موفق باشی

پاسخ

ناشناس



۳۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۱:۳۸

سلام من دوهفته هست که پاکم چند روزه تصاویر وحشتناکی از خودزنی

میاد تو ذهنم مثلاً به خودکار تو چشمه یا دارم با چاقو گردنمو میبرم
اینا عادیه؟ به خاطر ترک خ.ا هست؟

پاسخ

مهدوی



۱۶:۳۵ در ۱۴۰۲/۳ خرداد

سلام. ان شاء الله بعد ترک گناه، برطرف میشه.
آب در طول روز بیشتر بخور (البته نه یک دفعه ای).
وضو گرفتن، قرآن خواندن، ذکر گفتن، صلوات فرستادن، تنفس عمیق در
طبیعت و ورزش به آرامش کمک می کنه.
موفق باشی 🌸

پاسخ

زاگرس



۱۹:۴۶ در ۱۴۰۲/۳ اردیبهشت

سلام خسته نباشید سوال بنده این هستش که آیا اصلاً این عمل خود
ارضایی رو واقعاً همیشه به طور کامل ترک کرد یا نه اگر هم بشه موقتی
میشه؟ آخره من خودم ۶ یا ۷ ساله درگیرم ولی هر کاری میکنم همیشه اصلاً
نا امید شدم و فکر میکنم که ترک نمیشه پس بهتره باهاش کنار بیام. دیگه
خسته شدم نمیدونم باید چیکار کنم واقعاً کم آوردم!!!

پاسخ

مهدوی



۳/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۶:۴۵

سلام. بله قطعاً میشه. اینکه بعضی موفق به ترک دائمی نمی شوند، دلایل مختلفی داره. مثلاً بعد از هربار لغزش و زمین خوردن، عیب یابی و راه حل یابی نمی کنند.

جدول ترک گناه رو پر نمی کنند. به آموخته ها و تجربیات خود، عمل نمی کنند. اطلاعات درست و کافی درباره ترک خودارضایی ندارند. فکر می کنند به یکباره و بدون زمین خوردن، میشه برای همیشه خودارضایی رو ترک کرد. توجه کن به کسانی که اعتیاد سنگین به مواد مخدر داشتند، ولی با تلاش و توکل به خدا، تونستند اون رو ترک کنند. موفق باشی 🌸

پاسخ

رضا



۲۸/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۰۰:۳۹

سلام من چندسالی که مشکل خودارضایی دارم میخوامستم بدونم تمرین

اهرم رنج ولذت و تمرین اعتماد به نفس خوب هست برای ترک این مشکل

پاسخ

مهدوی



۳۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۲:۰۹

سلام. متوجه منظورتون نشدم. یعنی مثلا چه کار کنی؟

پاسخ

رضا



۳۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۲۲:۰۱

سلام میگم من که تورو ندرتک هستم از کدوم از این تمرین ها استفاده کنم.

پاسخ

مهدوی



۳/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۶:۵۱

منظورت از «تمرین اهرم رنج و لذت و تمرین اعتماد به نفس»
چیه؟
این اصطلاحات رو کجا شنیدی؟

پاسخ

Amir



۲۳/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۲۱:۳۶

سلام استاد ، من الان ۷ ساله که درگیر این لعنتی شدم ، ۱۷ سالمه .اصلا حوصله هیچ کاری رو ندارم ، هر روز دارم این عادت مسخره رو تکرار میکنم . الان خیلی ضعف پیدا کردم چشمام سیاه و گود شده ، سریع عصبانی میشم ، شبا خوابم نمیره، همش دوست دارم پورن نگاه کنم .
استاد چطوری ترک کنم ؟؟
یه راه حل اصولی و کلی بده ، واقعا دیگه هیچ حسی به زندگی ندارم لطفا کمک کن

پاسخ

مهدوی



۲۳/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۲۲:۰۹

سلام. خیلی خوب به عوارض خودارضایی که خودت با تمام وجود درکش کردی، اشاره کردی.

واقعا همینه. خودارضایی پدر آدمو در میاره.

بهت توصیه می کنم این ویدیو رو ببینی:

<https://www.aparat.com/v/EImqV>

خیلی کمکت می کنه.

بعد یه سری توصیه های کلی هست که توی همین پرسش و پاسخ ها

گفتم. یه مرور بکن.

خدا دوستت داره.

تو می تونی.

مطمئن باش دیر نشده.

موفق باشی

پاسخ

دنیا



۲۳/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۸:۰۳

سلام؛ صحنه هایی از فیلما که دیدم میاد تو ذهنم

بعد از خ ا و فیلم، حالم ازشون به هم میخوره ولی چندساعت بعد دوباره

وسوسه میشم

ضمنا همچیو ج ن س ی می بینم؛ حتی تو خیابون

۱۹ساله.

ممنون میشم واسه اینا راهنمایی کنید

و اینکه میشه یهو واسه همیشه ترک کرد؟ وچطوری؟

پاسخ



سلام. خودارضایی دو تا علت داره: شهوترانی و هل دهنده ها. شهوترانی مثل تماشای فیلم مستهجن. هل دهنده مثل فیلم های مستهجنی که قبلا دیدیمشون ولی حذفشون نکردیم و الان داخل گویشیمون هست. یا مثل تصاویری که از فیلم های مستهجنی که قبلا دیدیم، توی ذهنمون وجود داره و هر از چند گاهی اصطلاحا میاد جلوی چشممون و باعث تحریکمون میشه. یا به قول شما باعث میشه مجددا وسوسه بشیم که بریم دوباره گناه کنیم. اما راه حل:

- ۱- دیگه فیلم مستهجن نبین.
- ۲- هر چی فیلم و تصویر مستهجن در دسترس هست (مثلا داخل گوشت هست) پاک کن.
- ۳- فیلتر شکن هات رو پاک کن. چون هُلت می دهند.
- ۴- از برنامه هایی مثل اینستاگرام استفاده نکن.
- ۵- از تنهایی دوری کن.
- ۶- وقتی فکرهای تحریک کننده به ذهنت میاد، ذکر بگو. مثل یا حسین، یا حضرت عباس، صلوات و غیره. اون فکر بد رو دنبال نکن.
- ۷- با چشمانت بیشتر عبادت کن. مثل قرآن خواندن از رو (هرچند سوره حمد مثلا)، نگاه به پدر و مادر، نگاه به طبیعت و غیره.
- ۸- آب بیشتر مصرف کن. البته منظورم این نیست که یهو مقدار زیادی آب بخوری. بلکه منظورم اینه که تعداد لیوان هایی که در طول روز می خوری، بیشترش کن.
- ۹- طولانی مدت از گوشی استفاده نکن.
- ۱۰- به یاد داشته باش که به مرور زمان ذهنت درست میشه. البته از خدا

هم بخواه که مغزتو از آلودگی هایی که درش به وجود آوردی، پاک کنه.
خدا هم قطعا این کارو برات انجا میده.

جواب سوال آخرت هم اینه: ممکنه بشه. اما معمولا در مسیر پاکی آدما
چندین مرتبه زمین می خورند.
حالا یا بعد از زمین خوردنشون، عیب یابی و راه حل یابی انجام می
دهند یا نمی دهند.
اگه انجام بدهند که کار درستی می کنند و این باعث میشه به پاکی
همیشگی بیشتر و بیشتر نزدیک بشوند.
اما اگه انجام ندهند، این زمین خوردن ها هیچ وقت تمومی نداره.
موفق باشی

پاسخ

دنیا



۲۳/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۲۱:۵۲

ممنون از راهنمایی تون
سرباز امام زمان عج باشید انشاءالله
التماس دعا دارم برای پاکی همیشگی ان شاءالله

پاسخ

ممنون



سلام خدا قوت خیلی خلاصه دو سوال میپرسم لطفا حتما پاسخ دهید
۱. آیا خودارضایی باعث کوچک شدن یا موندن آلت می شود؟ اگر جواب بله
است خب بعد از ترک دوباره درست میشه؟ من ۱۴ سالمه...

۲. آیا بعد از ترک، زودانزالی درست میشه؟

لطفا پاسخ سوالتان را کامل بدهید که شبهات رفع شه با تشکر

پاسخ

مهدوی



۲۳/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۶:۱۸

سلام عزیزم. سلامت باشی. چشم.
جواب سوال اول: خیر. ربطی نداره.
جواب سوال دوم: بله. معمولا به مرور زمان درست میشه.
فعلا تمرکزت رو بذار روی ترک عادت بدت.
به عوارض اصلا فکر نکن.
به مدتی که درگیرش بودی اصلا اصلا فکر نکن.
همه چیز درست میشه.
همه عوارضت برطرف میشه.
امیدوار باش.

پاسخ

حنانه



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۸:۳۸

سلام وقت بخیر

پسر من پنج ساله که گرفتار خ.ا شده. از همه چی فاصله گرفته. هیچ گونه دوست و رفیق ندارن. با خودم به خاطر یه سری دوستان که داشت من بهش اعتراض کردم قهره. نمی دونم چطور از این منجلاب نجاتش بدم کلا تو اتاق درش بسته زیر پتوست. چطور بهش بگم. با پیام ؟
با من حرف نمی زنم دانشگاه بود. ول کرد یه ترم بیشتر نمود. پدرش نزدیک به شصت است خودش مریض احواله نمی توانم چیزی بهش بگم

پاسخ

محمد ایمانی



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۵:۱۳

سلام و عرض ادب و احترام

مسئله پسر شما فقط خودارضایی نیست، خودارضایی یکیشه اختلاف سنی والدین و عدم درک متقابل، درکنار مسائل حل نشده احتمالی فردی مث اضطراب، بحران هویت و.... ضریب شکست پسر تو رو بالا برده، یکم کارتون سخت میشه، چون کسی که باید خودشو کنترل کنه، شما نیستید

🌸 متأسفانه پسر شما یکی از میلیون ها آدمی هستش که از طرف نظام تعلیم و تربیت (که از خانواده شروع و به دانشگاه و.... منتهی میشه) محبت کافی، درک کافی و تربیت درست جنسی، تایید و تشویق و

راهنمایی به موقع نداشته 😞

🍁🍁 در نبود عوامل بالا، شرایطی مٹ شرایط پسر شما طبیعیه همین که شما احساس نگرانی کردید، نشونه خوبیه، و قدم اول رو برداشتید، قدم بعدی آگاهی در کنار مراجعه به مشاور متعهد هستش.

🍁🍁🍁 برای مشاوره ابتدایی به ادمین ما در ایتا پیام بدید 📩
hasan110135@

یاعلی

پاسخ

ارش



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۶:۰۰

سلام وقت بخیر.

بعد پنج سال فهمیدم که برادرم گرفتار خود ارضایی است . با هیچ کس حرف نمی زند حتی با مادرم. منزوی نه درس و نه مشق.. چطور به او تذکر دهیم که در چه منجلابی دست و پا می زند . پدر می داند ولی خودش هم از شدت ناراحتی پکر است و روحیه اش برا کار اساسی ضعیف است. حدودا شصت ساله ست. برادرم با هیچکدام از اعضا خانواده صمیمی نیست بسیار کم حرف و کم خوراک کلا تو اتاق زیر پتو و بوی بسیار مشمیز کننده.

پاسخ

محمد ایمانی



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۵:۳۳

سلام و عرض ادب و احترام خدمت شما

🌸 برای کمک بهتر طبیعتا باید از شرایط برادر شما و خانواده محترمان بیشتر اطلاع داشته باشیم تا بتونم پاسخ مفیدتری ارائه بدم
اما اینجا چند نکته کلی رو ذکر میکنم:

🌸 باید مشخص بشه که ایشون اولاً چن سالشه، چه مدت منزوی هستش، علت اصلی انزوا چیه، و..... که پاسخ به همه اینا نیازمند مراجعه به یک مشاور متعهد هستش
ناراحت شدن شما و خانوادتون دردی رو دوا نمیکنه، مسئله اصلی داداشتتون، سبک زندگی غلطش هست که یکی از نمود هاش، خودارضایی و... هستش

🌸 تا مسائل ریشه ای تر حل نشن، مسائل روبنایی حل نمیشه، یک سری از عوامل دست به دست هم دادن تا برادر شما، یک عضو خانواده شما با مشکل مواجه بشه
متأسفانه خانواده های ما خودشون رو به خواب میزنن و یهو متوجه میشن بچشون گرفتار پورن و خ ا هستش، هدفم سرزنش نیست اما این ی واقعیت تلخه

🌸 کاری که شما میتونید انجام بدید، آگاهی پیدا کردن از طریق مشاوره و مطالعه و..... و البته اقدام برای افزایش صمیمیت و ترمیم رابطه با برادرتون هستش

🌿 برا مشاوره ابتدایی به ادمین ما در پیامرسان ایتا پیام بدید 🌿

hasan110135@

یاعلی

پاسخ

مهمه لطفا جواب بدید



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۶:۵۰

سلام ی سوال بسیار مهم دارم
بخشید من یک ساله که خود ارضایی میکردم الان سه چهار ماهه که تعداد
رو آوردم پایین مثلاً هفته ای دوبار الان سوالم اینه که میگن با خود ارضایی
کمر خالی میشه و یجورایی پوک میشه میخواستم بدونم که بعد از چند
مدت خود ارضایی نکردن کمر پر میشه و عین کمر ی آدم سالم میشه؟

لطفاً جواب بدید لطفا

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۹:۳۴

سلام. خودارضایی کاریه که باعث میشه غمگین و افسرده بشی.
احساس خوبی نسبت به خودت، دنیا و خدا نداشته باشی.
خودارضایی عادت های بد دیگه ای هم در آدم ایجاد می کنه. مثل عادت
به شهوت رانی، چشم چرانی، تماشای عکس و فیلم های مستهجن.
به همین دلیل ها، خودارضایی رو باید کلاً ترک کرد. نه اینکه کم کرد.
بلکه باید کلاً کنار گذاشت.

البته ممکنه در مسیر پاکی گهگاهی آدم لغزش بکنه و زمین بخوره اما این خیلی فرق داره با روش کم کردن خودارضایی. به این نکات توجه کن چون احساس کردم فکر می کنی کم کردن خودارضایی کافیه.

اما درباره عوارض خودارضایی.

به محض اینکه تصمیم می گیریم که دیگه شهوت رانی و خودارضایی نکنیم، بدن نشاط پیدا می کنه و حالش خوب میشه. و سپس شروع می کنه به ترمیم آسیب هایی که بهش وارد شده. مثلاً مغز خودشو ترمیم می کنه و همین طور سایر اعضای بدن.

معمولاً چهار ماه طول می کشه که اکثر عوارض خ.ا برطرف بشوند.

اما درباره پر شدن کمر، بعد یکی دو هفته کمر پر میشه.

مجدداً ازت خواهش می کنم وقت و انرژی خودت رو صرف شهوت رانی حرام نکنی. چون شهوت هیچوقت از حرام خواری سیر نمیشه. خلاصه عمرت تلف میشه.

دوستت دارم مهدوی

پاسخ

Goll



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۶:۲۰

سلام بعد چه مدت از ترک خ.ا میتونیم ازدواج کنیم؟

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۹:۲۱

سلام. بعد چهار ماه.
برای ازدواج، افسرده نبودن مهمه.
سلامت روح و روان مهمه.
باید حالت خوب باشه.
ارتباطت با خدا، درست باشه.
درباره ویژگی های همسر مناسب مطالعه کرده باشی (مثلا کتاب نیمه
دیگرم آقای عباسی ولدی خوبه).

پاسخ

خدا



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۴:۵۸

سلام
آیا بعد ترک ممکنه همچی درست بشه؟
و آیا عقیم نشدم؟
و وقتی خود خ.ا کنی شکل اسپرم عوض میشه

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۹:۰۱

سلام. بهت قول میدم بعد ترک همه عوارضت برطرف میشه.
عقیم نشدی.

ترک خودارضایی فقط یه چیزو نمی تونه درست کنه. اونم وقت و عمریه
که صرف کار بیهوده ای مثل گناه شده. در حالی که می تونست در راه
تفریح و عشق و حال حلال و رشد دادن خودت صرف بشه.
امیدوار باش عزیزم

پاسخ

خدا



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۰۱:۰۰

آقا یه دنیا تشکر نمی دونی چقدر منو امیدوار و خوشحال کردی

پاسخ



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۴:۳۱

سلام چرا گاهی اوقات احساس بیقراری میکنیم؟

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۸:۵۸

سلام. وقتی حال آدم خوب نیست، دلایل مختلفی داره. گاهی به تفریح نیاز داریم، بنابراین حالمون بد میشه. گاهی کاری انجام دادیم که مخالف خواست درونیمون هست. یعنی وقتی به قلبمون مراجعه می کنیم، می بینیم که دوست نداریم اون کار رو. پس اگه می خوام حالمون خوب بشه، باید تصمیم بگیریم که دیگه اون کار رو انجام ندیم. گاهی از عوارض ترک عادت بده و باید تحملش کنیم تا دوران ترک تموم بشه و عوارضش هم تموم بشه. توی کتاب مقاوم شو درباره عوارض ترک خودارضایی صحبت کردم. گاهی هم بی دلیل حالمون بده و این کاملاً طبیعیه. موفق باشی

پاسخ

عرفان



۵/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۲۰:۴۲

سلام یک لینک داخل کانال گذاشتین مربوط به درس مفاهیم قران من در اون دوره شرکت کردم از ادمین اون گروه چندتا سؤال پرسیدم احساس کردم ناراحت میشه فقط بخدا سؤال کردم از ادمین گروه مفاهیم قرآنی ترم یک. الان هرزنامه زده تا ۱۴۰۴ رپورت شدم واقعا نمیبخشمش اگه داخل اون گروه هستین بهش بگین حلالش نمیکنمچون داشتم مهارت جدیدی

ترجمه یاد میگرفتم به ادمین گروه مفاهیم قرآنی ترم یک بگین من خیلی برای درس مفاهیم تلاش میکردم و دوست داشتم قرآن رو مفهوم اون رو یاد بگیرم الان نمیدونم چجوری از ریپورت دربیام خیلی به ایتا نیازمندم خدایی حرکتش ناجوانمردانه بود نمیدونم من فقط سؤال درسی پرسیدم ازش چون شما گذاشتین لینک گروه و من از طریق کانال شما وارد گروه شدم خواهشا بگین بدبختم کردین وحالات نمیکنم آخه تا دوسال ریپورت چخبره به کاری بکنید برم.....

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۳:۲۰

سلام. من منظور شما رو متوجه نشدم ولی به جناب آقای جلالی اطلاع دادم که بررسی کنند. ممنون

پاسخ

عرفان



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۳:۳۹

پیگیری هم نکنند مشکلی نیست بنده بخشیدم و دیگه شرکت نکردم کلاس رو زحمت نکشید ممنون شاید اون لحظه شخص دیگه ایی من را بلاک کرده البته شاید. تشکر

پاسخ

مهدوی



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۳:۴۲

خدا حفظت کنه.

پاسخ

عرفان



۲۱/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۱۳:۵۳

همه ما برای انسانیت و بخشش هم آفریده شدیم نباید همیشه به فکر انتقام و کینه و نبخشیدن باشیم ممنون از زحمات شما خواهش میکنم

حسام الدین جلالی



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۰۰:۱۳

سلام دوست عزیز

نمیدونم کی باعث شده اکانتت مسدود بشه ولی این رو میدونم یکی از ترندهای شیطان اینه اول ما رو از جمع خوبان جدا میکنه بعد هر بلایی

دلش خواست سر ما میاره.
با یک گوشی و شماره جدید امتحان کن شاید بتونی وارد بشی.
موفق باشی عزیزم

پاسخ

عرفان



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۰۰:۴۳

سلام بله درسته خیلی ممنون تشکر

پاسخ

علی جهانگیری



۱۲/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۰:۴۶

آقای مهدوی بعضی ها میگن که خودارضایی گناه
پس چرا خدا اون رو داخل گزینه های خروج منی گذاشته؟
یکی احتلام یکی خودارضایی
شاید فرد داخل سن بلوغ از ۱۲ سالگی تا ۱۵ سالگی برایش احتلام صورت
نمیگیره و برای بلوغ دست به خودارضایی میزنه و معتاد میشه
الان اون فرد باید چکار کنه؟

پاسخ

حسام الدین جلالی



۲۲/اردیبهشت/۱۴۰۲ در ۰۴:۰۰

سلام دوست عزیز
بله خودارضایی گناه کبیره است.
خداوند برای خروج منی دو راه قرار داده یکی احتلام و دیگری از طریق
همسر
بقیه راه ها حرام می باشند
درباره بلوغ هم عرض کنم که هر کدام از نشانه های بلوغ زودتر اتفاق
بیفتد شخص بالغ می شود.
نکته دیگر اینکه ما حق نداریم برای رسیدن به بلوغ، خودارضایی کنیم.
پسرها از سه طریق به بلوغ می رسند که هر کدام زودتر اتفاق بیفتد
شخص به بلوغ می رسد.

پاسخ

علی



۱۰/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۷:۱۵

سلام . من با دیدن پاهای خانوم ها یا جوراب تحریک میشم و خیلی خیلی
این مسئله باعث میشه تحریک بشم . و خ . ا کنم . راه درمانی میشناسید
برای این مسئله؟

پاسخ

مهدوی



۱۱/فروردین/۱۴۰۲ در ۹:۴۷

سلام. در قسمت رادیوی سایت، یه دوره داریم برای کنترل نگاه. خیلی دوره خوبیه. حتما اونو گوش کنید.

پاسخ



۹/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۲:۴۰

سلام وقتتون بخیر
من وقتی خ ا میکنم که از دست دیگران حرصی بشم و به جرعت می تونم
بگم ۹۶ درصد این کار به خاطر همین موضوعه
و کسی که منی حرصی میکنه خواهرمه و ما هم خونه ایم و هیچ جوهره نمی
تونم ازش جدا شم حتی اتاقمون هم یکیه چی کار کنم

پاسخ

حسام الدین جلالی



۱۰/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۵:۱۶

سلام

برای دریافت راهکار نیاز به بررسی و اطلاعات بیشتری می باشد
از ادمین های کانال وقت مشاوره بگیرید
با تشکر

پاسخ



۱۵:۲۲ در ۱۴۰۲/فروردین/۱۰

چجوری؟

پاسخ

محمد ایمانی



۱۱:۰۴ در ۱۴۰۲/فروردین/۱۱

سلام و عرض ادب و احترام خدمت شما
با آقا حسام موافقم، برا ارائه راهکار باید بیشتر اطلاعات از شما در
دسترس باشه، و شما برای مواجهه بهتر با مسئله تون، باید به خادم ما
در ایتا با آیدی @hasan110135
مراجعه کنید، اما، ذکر چند نکته خالی از لطف نیست:

🌹 فقط شما نیستید، تعداد زیادی از افراد برای فرار از تنش های روزانه
به مخدر پناه میبرن، حالا این «مخدر» گاهی پورن و خ ا هستش، گاهی

مواد مخدر، گاهی پرخوری و.....

🌹 شما باید به این مسئله به عنوان یک موهبت نگاه کنید، کنار اومدن شما با خواهرتون فقط و فقط شما رو بزرگ میکنه، و این بزرگ شدن دردناکه، اینو از تو کتاب نخوندم، خودمم تجربش کردم و میدونم سخته

🌹 ما اگه میخواییم درآینده با همسر و فرزندانمون ی رابطه مانا و سالم ایجاد کنیم، باید شاه کلید روابط، یعنی ایثار رو در رابطه با پدر و مادر و سایر اعضای خانوادمون یاد بگیریم

و.....

نکات دیگه ای هم بود، منتها برا جلوگیری از طولانی شدن متن، از ذکرش خودداری کردم، امیدوارم براتون مفید بوده باشه 🌸🙏

یاعلی

پاسخ

گمنام



۸/فروردین/۱۴۰۲ در ۲۲:۳۷

سلام ببخشید انیمه های عاشقانه هم ایراد دارن؟ که فقط یکم صحنه های عاشقانه دارن؟

پاسخ

مهدوی



۹/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۰:۲۳

سلام. ملاک کلی اش اینه: هر چیزی که باعث میشه تحریک بشی و به گناه بیفتی، «هل دهنده» تو محسوب میشه و باید ازش دوری کنی.

پاسخ

گمنام



۲۰/اسفند/۱۴۰۱ در ۲۲:۲۸

سلام دیدن فیلم های بدون سانسور ایرادی داره؟
البته منظورم فیلم های مستهجن نیستن
همون فیلم های عادی که داخل اینترنت سایت های نماشا و آپارات و فیلمو قرار میدن

پاسخ

مهدوی



۸/فروردین/۱۴۰۲ در ۱۲:۵۴

سلام. بله ایراد داره. چون باعث تحریک شما میشه.

پاسخ

لیال



۱۷/اسفند/۱۴۰۱ در ۱۸:۲۳

سلام ایا خوندن رمان صحنه دار حرام است
ایا وقتی این رمانو بخونم تحریک میشم ولی خودارضایی نمیکنم حرامه یانه

پاسخ

مهدوی



۲۰/اسفند/۱۴۰۱ در ۱۷:۰۷

سلام. بله حرامه. ضمن اینکه کار عاقلانه ای هم نیست. چون باعث
میشه تحریک بشی و کم کم شهوتت گل کنه و دیوونه بشی و بری
خودارضایی کنی (خدایی نکرده).
قاعده کلی اش اینه: تحریک شدن فقط از طریق همسر جایزه.
امیدوارم به زودی شرایط ازدواج حلال برای همه جوون ها فراهم بشه.
یاعلی

پاسخ

F



۱۵/اسفند/۱۴۰۱ در ۱۳:۵۱

سلام. کانال تون بسیااااار عالییه 😊🌹 خداقوت
میتونم از مطالب کانال تون استفاده کنم؟؟

پاسخ

مهدوی



۱۵/اسفند/۱۴۰۱ در ۱۹:۲۳

سلام. بله حتما.

پاسخ

پیمان



۲۶/دی/۱۴۰۱ در ۰۹:۵۴

سلام ببخشید یکی از چشم یک جوری شده، برق نداره با ترک برق چشم بر
نمیگرده درسته؟

پاسخ

محمد ایمانی



۲۸/دی/۱۴۰۱ در ۱۳:۱۵

سلام و عرض ادب و احترام

نمیدونم دقیقا منظورتون از برق چیه، اما ی نکته کلی عرض میکنم خدمت همه شما دوستان:

🌹 اینقد تمرکزتون رو روی عوارض نزارید، همینقد کافیه که بدونید این کار، عوارض جسمی، روحی و معنوی داره، تمرکز کردن روی عوارض نه تنها مشکلرتون رو حل نمیکنه، بلکه باعث استرس و اضطراب هم میشه و این خودش یکی از عوامل خودارضایی محسوب میشه 😭😭

ترک یه عادت مث خودارضایی به چیزی بیشتر از دونستن عوارض نیاز داره، مثل:

🌹 آموزش دیدن

🌹 توکل و توسل

🌹 تقویت و به کار گرفتن اراده

🌹 مراقبه و.....

موفق باشید

یاعلی

پاسخ

مجاهد



۲۲/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۴۷

سلام برای اینکه عوارض خود ارضایی زود تر جبران بشه چه رژیم غذایی رو

پیشنهاد میدید و همچنین چه ورزشی که زود تر اثر کنه

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹:۴۸ در ۱۴۰۱/دی/۲۳

سلام و عرض ادب و احترام

نمیشه دقیق گفت که چی بخورید، اون چیزی که مسلم و قطعی هستش اینه که موارد زیر رو رعایت کنید که نه تنها برا کنترل شهوت، بلکه برای زندگی سالم ضروری هستن:

آب کافی 🌹

سبزیجات و میوه تازه 🌹

صبحانه مفصل و خودداری از حذف وعده های غذایی 🌹

پرهیز از فست فود ها و غذاهای چرب 🌹

پرهیز از مصرف غذاهای با طبع سرد و یا خیلی گرم 🌹

استفاده کمتر از غذاهای افزایشده میل جنسی مانند: موز، هویج، پیاز، 🌹

خرما، عسل، شیرخرما، شیر عسل، شیرموز، پیازچه، تخم مرغ و....

پاسخ

محمد ایمانی



۲۰:۰۲ در ۱۴۰۱/دی/۲۳

سلام و عرض ادب و احترام مجدد 😊

در مقوله ورزش هم ما نمیتونیم یه نسخه واحد رو برای همه بپیچیم، هدف اینه که ما از برکات ورزش استفاده کنیم، شما باید یه ورزش رو که بهش علاقه دارید(پیاده روی، دو، رزمی، شنا و.....) رو انتخاب کنید و به صورت مداوم و منظم اون رو دنبال کنید، ورزش کردن از چند جهت بهتون کمک میکنه:

🌹 تخلیه انرژی اضافه

🌹 افزایش قدرت عمومی بدن

🌹 افزایش اعتماد به نفس

🌹 افزایش شادابی و نشاط روحی

🌹 و.....

👉 مراقب باشیم ورزش رو فقط در باشگاه رفتن، وزنه های سنگین، رشته

های رزمی و..... خلاصه نکنیم

ویژگی اصلی ورزشی که انتخاب میکنیم باید انرژی بر باشه و خستمون

کنه 😊

همین که ما در طول هفته از ورزش های هوازی استفاده کنیم ان شاء الله کافی خواهد بود.

یاعلی

پاسخ

مجاهد



۱۷/دی/۱۴۰۱ در ۱۱:۱۶

سلام آیا با ترک خود ارضایی عوارضش از بین میره

پاسخ

محمد ایمانی



۱۸/دی/۱۴۰۱ در ۱۹:۵۱

سلام دوست عزیز
بله بیشتر عوارضش رفع میشن و از این بابت جای هیچ نگرانی نیست



اما، همیشه ی زمان دقیق گفت، مثلاً همیشه گفت که عوارضش بعد
۳ماه رفع میشه، چون:

توان جسمی

مدت زمان ابتلا

دفعات انجام این کار

جنسیت

تغذیه

ورزش

و..... در افراد مختلف فرق میکنه

و همین عوامل در شدت و ضعف عوارض و همچنین مدت زمان لازم برا

رفع این عوارض موثرن 😊

به طوری که فرد هرچه قوت جسمی بیشتر، میزان سال ابتلای کمتر،
دفعات انجام کمتر، تغذیه بهتر و..... داشته باشه، هم زودتر به پاکی

میرسه و هم زودتر عوارضش از بین میره 🙏🌹

یاعلی

پاسخ

گمنام



۱۶/دی/۱۴۰۱ در ۱۹:۲۵

سلام استاد خیلی ممنون از راهنمایی های شما
یه سوال داشتم اینکه فکر من کلا درگیر، اینطوری که فقط خیال بافی میکنم
چنان پولدار باشم دخترا به هم حسود بشن و جذاب تر به نظر برسم. یه زن
متاهل و بچه دار(فامیل دور) هست ولی متأسفانه هی میخوام پیش اون
جذاب باشم. لطفا کمکم کنید.مرسی

پاسخ

مهدوی



۱۷/دی/۱۴۰۱ در ۱۰:۰۸

سلام. خوش تیپ و آراسته بودن، بد نیست. اما این فکریایی که تو می
کنی، خوب نیست. بیشتر از همه خودتو تحریک می کنه.
تو راه خدا رو برو و تلاش کن، خدا خودش بهترین و پاک ترین دختر رو
نصبیت می کنه.
به قول داداش رضا، گل باش تا پروانه جذب بشه.

پاسخ

محمد



۱۰/دی/۱۴۰۱ در ۲۲:۳۸

سلام من الان یک هفته اس پاکم ولی الان سردرد و بدن درد گرفتم و شرایط
برام خیلی سخت شده چیکار کنم ؟

پاسخ

محمد ایمانی



۱۸/دی/۱۴۰۱ در ۱۹:۵۸

سلام محمد جان

خداقوت میگم بهت 🍀🍀🍀

معمولا اینطوره که سردرد و بدن درد در دوران ترک دیده نمیشه، البته در
دوران ترک مواد مخدر ما شاهد همچین چیزایی هستیم
شما باید بررسی کنید و علتش رو جویا بشید، به خودی خود ترک
خودارضایی باعث درد نمیشه

برای پاسخ بهتر به سوال شما، میتونید با ادمین ما در پیامرسان ایتا
پیام بدید تا ان شاء الله بتونن بهتر راهنماییتون کنن
@hasan110135 🌹

مطمئن باشید با توکل و تلاش، آموزش درست حتما میتونید به عادتتون
غلبه کنید
یاعلی

پاسخ

مهدی



۱۴/آذر/۱۴۰۱ در ۱۹:۳۳

سلام وقت بخیر
مجموعه ادم و حوا دوره مخصوص خودارضایی رو گذاشتن بنظرتون ارزش
شرکت کردن داره؟
هزینه دورشون ۱۳۰ ت هست

پاسخ

مهدوی



۱۷/آذر/۱۴۰۱ در ۱۸:۵۴

سلام. محتوای رایگان در این زمینه بسیار زیاده. مثلاً دوره مبارز شو،
کتاب لذت رهایی آقای داود بهشتی، دوره داداش رضا و غیره.
با این حال، تصمیم با خود شماست.

پاسخ

محمد مردانی



۱/آذر/۱۴۰۱ در ۲۲:۵۵

سلام

استاد دوش آب گرم برا پسر آیا خوبه ؟
من درباره دوش گرفتن با آب سرد تحقیق کردم نتیجه دوش آب سرد اینه که
تستسرون بدن افزایش پیدا می‌کنه
و سر حال میشی و افزایش انرژی و شادابی و سیستم ایمنی بدن بهتر میشه
فواید دیگر ...
پس چطور شما می‌گید دوش آب گرم بگیرید

پاسخ

محمد ایمانی



۱۸/دی/۱۴۰۱ در ۲۰:۰۷

سلام آقای مردانی
در بحث حمام کردن، شما باید به سری عوامل رو رعایت کنید،

کاملاً برهنه نشید
زیاد طولش ندید
آبش زیاد سرد یا زیاد گرم نباشه
و.....

بعضی جاها اشاره شده به اینکه دوش آب سرد میتونه در کاهش
التهابات جنسی موثر باشه
و اگرچه ممکنه دوش آب سرد باعث افزایش سطح تستوسترون بشه، اما
دوش آب گرم هم باعث تحریک میشه 😊😊
اما همونطور که میدونید در فصول سرد سال، یعنی پاییز و زمستون،
امکان دوش آب سرد نیست

👉 ترجیحا از حمام کردن با دوش خیلی گرم پرهیز کنیم و با آب معتدل دوش بگیریم
یاعلی

پاسخ

یاسین محمدی



۱۴۰۱/آبان/۲۰ در ۱۹:۱۹

سلام

بخشید من توی هم کلاسی هام یه دوستی دارم که خیلی آدم کثیفیه و همش در حال تلاش برای ارتباط گرفتن با همکلاسی هاشه چند بار سراغ منم اومده و درخواست کرده ولی من حتی با اون درگیر شدم و به شدت زدمش ولی بازم دست از کارش برنمی داره میخوام بکشمش. تورو خدا یه راهی جلوم بزارید .

پاسخ

مهدوی



۱۴۰۱/آبان/۲۱ در ۲۲:۱۵

سلام. به مشاور یا معلم پرورشی مدرسه، جریان رو بگو تا بهش تذکر بده و تاکید کن اسم تو رو نیاره.
از اون پسره هم کلا دوری کن. محلشم نذار.

یاعلی

پاسخ

یاس



۱۴۰۱/آبان/۱۴ در ۱۴:۱۴

سلام وقتتون بخیر ببخشید من کسی (دختری) میشناسم عاشق شده و هر کار میکنه نمیتونه طرف مقابلش رو ترک کنه با اینکه میدونه طرف مقابلش نامزد داره چند راهکار بهش گفتم اما میگه تأثیره نداره خواستم لطف کنید راهنمایی کنید
خدا خیرتون بده

پاسخ

حسام الدین جلالی



۱۴۰۱/دی/۱۸ در ۰۳:۰۰

سلام
قدم اول اینه که واقعا بخواد مشکلش رو حل کنه
قدم دوم اینه به یک مشاور خوب مراجعه کنه و ازش کمک بخواد

پاسخ

مربی پرورشی-مشاور مدرسه



۸/مهر/۱۴۰۱ در ۲۷:۱۰

باسلام و خدا قوت

کتاب هاتونو من به شاگردانم معرفی میکنم عالی هست واقعا و نتیجه بخش. خیلی سوالات شونو با کتاب شما پاسخ میدم

تو سوالاتی که شاگردانم بعد از کلاس از من پرسیدند ، دو سوال رو پاسخش رو نمیدونستم گفتم از شما بپرسم:

اگه خود ارضایی ناقص انجام بگیره، یعنی شخص به خاطر عوارض و گناه خروج منی، خود ارضایی رو تا قبل از خروج منی ادامه بده و بعد موقعی که احساس کرد که الان موقع انزال هست ، دست بکشه از کارش، عوارض خود ارضایی باز هم مترتب میشه به این کار ؟ گناه داره؟ اعتیاد آور هست؟ یکی دیگه از شاگردانم میپرسید من همیشه یا اکثراً تو موقعیت خوشایند، مثل گشت و گذار و تفریح رفتن با رفیق ها...، هنگامی که کنار رفیق صمیمی ام (همجنس) قرار می گیرم ، ناخودآگاه و به صورت غیر ارادی و بدون اینکه کار خلاف شرعی انجام بدم، مبتلا به نعوظ آلت میشم و از این کارم متنفرم. ولی نمی توانم همنشینی و گپ و گفت با رفقای صمیمی ام را ترک کنم. می پرسید برای آنکه ناخودآگاه مبتلا انقباض آلت تناسلی نشم چکار کنم؟ آیا این هم عوارض داره؟

خیلی ممنون

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۶:۳۶

سلام و عرض ادب و احترام
خیلی از بچه ها این سوال رو میپرسن که میشه ما تا مراحل آخر پیش
بریم و از انزال جلوگیری کنیم تا هم لذت برده باشیم و هم گناه نکرده
باشیم؟

➡ واقعیتش اینه که شاید فرد چندبار این کار رو انجام بده، اما نهایتا
شهوت غلبه خواهد کرد و چون انزال صورت نگرفته، آتش شهوت هم
کاملا خاموش نخواهد شد و فرد رو بیشتر اذیت میکنه

➡ پیش رفتن در چرخه واکنش جنسی و جلوگیری از ارضا(ارضای ناقص)
هم برای آقایون و هم برای خانم ها به شدت مضر هستش و میتونه
باعث درد در ناحیه شکم و لگن بشه 😞

➡ در اصل ما باید تا میتونیم خودمون رو از این گناه و عادت بد دور
کنیم، و هرچه دورتر بهتر، امکان نداره ما تا مرحله برانگیختی پیش بریم
و از ارضا جلوگیری کنیم

یاعلی

پاسخ

محمد ایمانی



۲۰/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۰۸

سلام و عرض ادب و احترام

اینایی که عرض کردم، جدای از دلیل فقهیش بود، اقدام به این کار، شرعا و عقلا اشتباهه
حالا دلیل فقهی و احکامیش رو هم خدمتون عرض میکنم:

➡ احکام_خودارضایی

آیا خودارضایی در صورتی که به حد خروج منی نرسد، باز هم حرام است؟

همه مراجع (به جز آیات عظام تبریزی، سیستانی و وحید): آری، حرام است؛ ولی غسل بر او واجب نمی‌شود.

آیات عظام تبریزی، سیستانی و وحید: بنا بر احتیاط واجب حرام است؛ ولی غسل بر او واجب نمی‌شود.

(توضیح : با توجه به اینکه در این مسئله کسی قائل به جایز بودن خودارضایی نیست ، در واقع فتوا و احتیاط واجب فرقی ندارد و طبق نظر همه مراجع عظام ، #خودارضایی_حرام_است چه منی خارج بشود چه نشود.)

یاعلی

پاسخ

محمد ایمانی



۱۶:۵۳ در ۱۴۰۱/دی/۱۹

سلام و عرض ادب و احترام

در نوجوانان، به دلیل افزایش هورمون های جنسی، سطح حساسیت بدن نسبت به لمس و آغوش بیشتر میشه و در تعداد زیادی از نوجوانان پسر، آغوش و لمس افراد(همجنس، غیر همجنس، اهل خانواده، دوستان و...) به صورت غیر ارادی و ناخودآگاه باعث تحریک و نعوظ میشه، حالا اگه نوجوون در کودکی زیاد توسط والدین و اطرافیان آغوش دریافت نکرده باشه ➡ این تحریک بیشتره 😭

➡ حالا راهکار چیه؟

🌹 فرد بدونه که این حالت یکم طبیعیه

🌹 برا تخلیه انرژی بدنش ورزش و پیاده روی روزانه رو فراموش نکنه

🌹 از لمس و آغوش طولانی مدت دوری کنه تا ان شاء الله به مرور زمان

این حالت رفع بشه

🌹 در خوردن غذاهای با طبع گرم

احتیاط کنه

🌹 بنیه معنویش رو تقویت کنه

پاسخ

دختری مملوء از گناه



۵/شهریور/۱۴۰۱ در ۲۱:۳۵

سلام استاد حالم خیلی بده از بچگی خ.ا میکنم نمیدونم دلیل شروعش چی بوده ولی متاسفانه از ۴،۵ سالگی تا الان که ۱۴ سالمه باهامه هر کاری میکنم نمی تونم ترک کنم ، تا چند ماه پیش تا ۴ ماه میرفتم دوباره شکست میخوردم جدیداً تا ۴ ماهم دووم نمیارم دلیل تحریکمم گوگله ولی خوب نمیشه پاکش کرد ، غیرفعالشم که میکنم کارای ضروریم رو نمیتونم باهاش انجام بدم از فیلترشکن استفاده نمی کنم ، اینستا و برنامه ی تحریک کننده

دختری مملوء از گناه



۱۳/شهریور/۱۴۰۱ در ۱۴:۵۱

خیلی سپاسگزارم از توضیحات و دلگرمی تون 😊

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۰۵

سلام و عرض ادب و احترام

چنتا نکته خدمت شما آجی محترم عرض میکنم:

➡ چرا به خودتون تلقین میکنید که مملو از گناهید؟ میدونید خود این ی تلقین منفی بسیار مضر هستش؟

➡ خیلی از بچه ها، چه دختر و چه پسر در کودکی به خاطر کنجکاوی های جنسی، اقدام به خودارضایی میکنن و در دامش میوفتن و شما تنها نیستید، تعداد کثیری از نوجوونا قبل سن بلوغ اقدام به این کار میکنن 😞

➡ خودارضایی اگه متوقف نشه میتونه باعث اختلال جنسی بشه و از اون طریق کیفیت رابطه جنسی رو به شدت کاهش بده، اما در بچه دار شدن تاثیر منفی نداره، اگرچه لذت بردن از همسر رو با مشکل مواجه

میکنه

👉 خوش به حالتون که خدمت امام رضا علیه السلام رسیدید، بدونید که اگه میخوایید به این عادت غلبه کنید، باید آموزش ببینید و به این آموزش ها عمل کنید
رسیدن به پاکی دائمی، نیازمند پایبندی به همه راهکاراست

موفق باشید
یاعلی

پاسخ

علیرضا



۲۳/مرداد/۱۴۰۱ در ۱۷:۴۸

سلام آقای مهدوی عزیز

آقای مهدوی نمیتونم ترک کنم خیلی سخته بخدا عوارضش کل بدنم رو گرفته نمی تونم بزارمش کنار
چیکار کنم 😞

پاسخ

مهدوی



۲۵/مرداد/۱۴۰۱ در ۱۹:۱۰

سلام. ان شاء الله توی دوره مبارز شو جواب سوالت رو میدم. به زودی ویدیوی جدید می فرستم.

پاسخ

مهدوی



۱۶:۵۹ در ۱۴۰۲/۳ خرداد

سلام. به نظرم هنوز هُل دهنده هات رو به طور کامل شناسایی و حذف نکردی که همچین احساسی داری.

اول این ویدیو رو ببین:

<https://www.aparat.com/v/EImqV>

بعد بهت توصیه می کنم، یه مدت نت نخر یا به شدت خودتو توی استفاده از اون محدود کن (یعنی فقط اگه کار خیلی ضروری ای داشتی، برو تو اینترنت و کارتو انجام بده و زود بیا بیرون).

ورزش کن.

نماز بخون.

موفق باشی 🌸

پاسخ

محمد ترک کردم



۱۶/مرداد/۱۴۰۱ در ۰۱:۳۵

سلام به اتفاقی واسم افتاده میخوام ببینم دیگه از چشم اون نفر افتادم یا نه

من متاسفانه گناه خ. ا رو انجام دادم بعدش یهو خوابم برد در عالم خواب دیدم هرچه به سمت حرم حضرت ابوالفضل میرم منو راه نمیدن یهو دیدم وسط حرم امام رضا هستم و حضرت ابوالفضل در جلوی من بود خیلی عصبانی بود از دست من خیلی باهام دعوا کرد ایشون می گفتند چرا این گناهو انجام دادی و...

میخواستم ببینم که دیگه از چشم ایشون افتادم 😭😭😭😭😭

دقیقا چی شده

من بدبخت شدم خیلی ذهنم درگیر این مسئله هست
لطفا کمک کنید 🙏🙏

پاسخ

مهدوی



۱۶ مرداد/۱۴۰۱ در ۰۱:۳۶

سلام. اگه توبه کنی، درست میشه. حضرت عباس (علیه السلام) خیلی دوستت داره. باهات زیاد صحبت کن. کمکت می کنه.

پاسخ

علی



۱۶/مرداد/۱۴۰۱ در ۱:۳۷

سلام برادر.

اول از همه این رو به شما بگم که شما بنده خدایی، خدای مهربان تو رو خلق کرده برای بهترین اهداف ، و ما رو در این دنیا گذاشته تا رشد کنیم ، پس وقتی ما در این دنیا دچار لغزش می شیم ، اگر دچار ناامیدی بشیم و بگیم خدا ما رو نمی بخشه، این بزرگ ترین گناهی هست که میشه انجام داد ، اما وقتی ما خدا رو دوست داریم و خدا ما رو دوست داره نباید ازش دور بشیم چون خدا خیلی ناراحت میشه که بنده اش از او دور است ، پس برو با خیال راحت توبه کن چون یک خدای مهربان منتظر توست تا تو را در آغوش بگیرد ، و اینکه این خواب را دیدید یعنی اینقدر حضرت ابوالفضل شما را دوست داشته و از شما توقع داشته که در خوابتان آمده است ، پس از ایشان کمک بخواهید و توبه کنید ، بدانید که درهای رحمت و مغفرت خدا همیشه همیشه باز است حتی اگر صد بار توبه بشکنید ، یا علی ، موفق باشید

پاسخ

مهدوی



۱۶/مرداد/۱۴۰۱ در ۱:۴۴

سلام. چه کار خوبی کردید که پاسخ دادید. احسنت

پاسخ

علي



۱۷/تیر/۱۴۰۱ در ۳:۵۷هـ

سلام عليكم و رحمة الله ممنون

پاسخ

ناشناس



۱۹/خرداد/۱۴۰۱ در ۱۷:۴۳

سلام و خسته نباشید
بخشید یه سوال داشتم
من یه دانش آموز هست
متاسفانه من این گناه را انجام داده ام
بعد در یک جا خواندم که نوشته بود خ.ا باعث ضعیف شدن حافظه میشه
میتروسم که در درس ضعیف بشوم و نتوانم نمرات خوب بگیرم
ایا حقیقت داره؟
اگر ترک کنم این مشکل اگر در من بود از بین میره یانه؟لطفا جواب بدید
ممنون

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۱۲

سلام و عرض ادب و احترام

درسته، یکی از موانع بزرگ پیشرفت تحصیلی در دانش آموز و دانشجو، عدم ارضای درست نیاز جنسی هستش، به چند شیوه به پیشرفت درسی شما ضربه میزنه:

➡ کاهش حافظه و تمرکز

➡ کاهش نیروی اراده(شما باید اراده داشته باشی تا بتونی درس بخونی)

➡ کاهش برکت و رزق علمی(خودارضایی یه گناهه و خاصیت گناه اینه

که برکت و رزق رو کم میکنه، ی نوع رزق، رزق علمیه)

همه این حالتا بعد ترک از بین میرن، مطمئن باشید 🙏🌹🌸

پاسخ

کامران



۱۲/خرداد/۱۴۰۱ در ۱۵:۵۲

سلام

کتاب راز کنترل شهوت داداش رضا رو از گوگل دانلود کنین بخونین

تا الان افراد زیادی خوندن و ترک کردن

رایگان هس

پاسخ

مهدوی



۳/ خرداد/ ۱۴۰۲ در ۱۷:۰۰

سلام. ممنون از اینکه تجربه خودتو با ما به اشتراک گذاشتی. دمت گرم

پاسخ

علی



۱۲:۲۳ در ۱۴۰۱/اردیبهشت/۲۱

سلام خدا قوت برای درمان تنبلی خییییییییییییی شددید چه راه حل
پیشنهاد میکنید؟

پاسخ

حسام الدين جلالی



19:35 , 1401/50/17

سلام

برای درمان تنبلی و بی حوصلگی یک دوره در کانال بارگذاری کردیم به کانال مراجعه فرمایید
اگر فایل ها خراب شده بودند اطلاع بدهید مجدد ارسال کنیم.
موفق باشید

پاسخ



۱۰/فروردین/۱۴۰۱ در ۱۶:۱۱

سلام علیکم
توی یک خانواده مذهبی به دنیا اومدم و همیشه اوضاع معنوی‌ام خوب بود...
تازه به سن بلوغ رسیده بودم و به خاطر کلاس‌های مجازی مدارس از لب تاب استفاده می‌کردم.
تا اینکه یک تبلیغ اومد. یک تبلیغ با محتوای...
حدود یک سال و نیم هست که درگیر فیلم‌های نامناسب و خودارضایی شدم.
خیلی تلاش کردم. ولی به نتیجه نرسیدم.
نهایتش تونستم یک ماه دوام بیاورم که اون هم خراب شد...
الان هم نزدیک ماه رمضان هست. خودارضایی هنگام روزه یک گناه بزرگ هست. کفاره زیادی هم داره...
واقعا نمیدونم چه کنم...
نه به خاطر مدرسه و شرایط میتونم کلا فضای مجازی رو رها کنم...
یک راهنمایی کامل بفرمایید که چه کنم...
چگونه کلا از شرش رها بشوم...

پاسخ

حسام الدین جلالی



۱۷/دی/۱۴۰۱ در ۱۹:۴۳

سلام

برای ترک گناه مطالب مفید زیادی در کانال و سایت فرمول رهایی
بارگذاری شده است

پیشنهاد میکنم حتما دوره رهایی از گناه رو گوش کنید، کتاب های که
بارگذاری کردیم حتما مطالعه کنید و شروع کنید به عمل کردن و هر جا
سوال و یا نیاز به کمک داشتید، در خدمت شما هستیم.
موفق باشید

پاسخ

صابر



۱۴/اسفند/۱۴۰۰ در ۰۵:۵۹

سلام استاد ببخشید واقعیت داره که بعد از ترک خودارضایی وزن به یک باره
افزایش پیدا میکنه؟ اخه من اصلا دوست ندارم چاق شم

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۱۵

سلام و عرض ادب و احترام

نه اصلا واقعیت نداره، مبنای علمی هم نداره.

👉 حتی اگه واقعیت هم داشته باشه، که نداره، چاقی رو در یک کف ترازو بزارید و عوارض خودارضایی رو در کفه دیگه، کدوم سنگین تره؟

پاسخ

ترک کرده گرفتار...



۱۹/مهر/۱۴۰۰ در ۱۲:۵۰

استاد عوارضی مثل زود ان.زالی چجوری برطرف میشه بعد از ترک
چرا عوارضش از بین نمیره ...؟
من دارم دیوونه میشم

پاسخ

میثم



۲۰/بهمن/۱۴۰۰ در ۸:۵۱

سلام، مراجعه کنید به متخصص طب سنتی ، اسلامی اما در کل برای
درمان این مورد خود ترک خود ارضایی گام لوله ، دوم اگر واریکوسل
دارید درمان کنید سوم ناحیه را با روغن زیتون یا سیاهدانه چرب کنید ،
البته این چرب کردن را وسواس به خرج ندهید که یه وقت خدای ناکرده
تحریک شوید .
چهارم غذا های دیداری و شنیداری تان را اصلاح کنید یعنی هر چیزی را

نیستید و هر چیزی را نشوید.
این مورد در طب سنتی اسلامی کاملاً قابل درمان است پس نگران
نباشید.
یاعلی

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۲۱

سلام و عرض ادب و احترام

زودانزالی در خودارضایی معنا نداره، فرد باید ازدواج کنه، اگه بعد از
ازدواج هم زودانزالی رو تجربه کرد اونوقته که باید به سراغ درمان بره
و در اکثر موارد زودانزالی با آموزش درست برقراری رابطه جنسی برطرف
میشه.

زودانزالی ای که فرد در خودارضایی تجربه میکنه، ی زودانزالی کاذب و
الته طبیعی، قضاوت در مورد زودانزالی یا دیر انزالی فقط درمورد رابطه
جنسی سالم صدق میکنه

➡ پس خواهشا آقایون عزیز تا ازدواج نکردید به دنبال رفع مشکل

زودانزالی نباشید 🙏🌹

یاعلی

پاسخ

آزاده



۱۷/مهر/۱۴۰۰ در ۱۹:۰۳

سلام استاد چند ساله ترک کردم ولی از وقتی ترک کردم یه گودی زیر چشمم افتاده هر روز هم پررنگ تر میشه
چیکار باید بکنم میتروسم آبروم بره

پاسخ

میثم



۲۰/بهمن/۱۴۰۰ در ۰۸:۴۷

مراجعه کنید به متخصص طب سنتی ،اسلامی شهرتون

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۳۱

سلام و عرض ادب و احترام

قاطعانه نمیشه گفت که این از عوارض خودارضایی باشه، و فرمودید که
چند ساله که ترک کردید
ممکنه به علت دیگه داشته باشه، خیلی از افرادی که خودارضایی میکنن،

گودی زیر چشم رو تجربه نمیکنن، از اون طرف افراد ممکنه به خاطر :

افزایش سن

استرس

قرار گرفتن در معرض نور زیاد

آلرژی

زمینه ارثی

و.....

شاهد گودی و سیاهی دور چشم باشن، بهتره به متخصص پوست و مو مراجعه کنید و تا دکتر ازتون نپرسیده اعتراف به گناه نکنید که اعتراف به گناه حرامه(مگر در مواقع مشورت).

یاعلی

پاسخ

Mrs



۱۱/مهر/۱۴۰۰ در ۱۷:۵۰

سلام

چه طوری میتونم با شما ارتباط داشته باشم آقای مهدوی؟

پاسخ

مهدوی



۱۹:۴۵ در ۱۴۰۰/مهر/۱۱

سلام. توی ایتا، به این آیدی پیام بدین:
@fMahdavi۷۱

پاسخ

امیر حسین



۱۹:۱۹ در ۱۴۰۰/مهر/۵

سلام آقای مهدوی . ببخشید شما گفتید که اگه غذای گرم خوردیم بعدش ورزش کنیم و سوالم این بود که صبح ها صبحانه با طبع گرم بخوریم و بعدش ورزش کنیم اشکال نداره که ، شاید میگم مواد مغذی که صبحانه میده بعد ورزش از بین بره؟

پاسخ

مهدوی



۱۶:۲۴ در ۱۴۰۰/مهر/۱۰

سلام. تست کن. به نظرم ایرادی نداشته باشه. فقط زیاده روی نکن.

پاسخ

محمد ایمانی



۱۹/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۳۹

سلام و عرض ادب و احترام

منظور آقای مهدوی و سایر اساتید این نیست که مثلاً شما آگه ی غذا با طبع گرم خوردید، برا خنثی کردنش حتماً برید و بدویید!

➡ بلکه باید اصل تعادل بدن رو رعایت کنید، غذاهای با طبع خیلی گرم و یا خیلی سرد رو محتاطانه استفاده کنید، برا جلوگیری از تلبار شدن انرژی، ورزش و فعالیت بدنی داشته باشید، آب به اندازه کافی بنوشید و.....

➡ یعنی بدنتون رو به تعادل برسونید، حالا آگه مثلاً صبح یه غذای با طبع گرم خوردید، نیاز نیست بلافاصله بدویید، عصر همون روز هم پیاده روی کنید کافیه 🙏🌹

یاعلی

پاسخ

امیرحسین



۱/مهر/۱۴۰۰ در ۱۳:۵۳

سلام

😊 چطور بفهمیم ضعف روحمون کجاست؟
و با چه ذکرى درمانش کنیم؟

پاسخ

مهدوی



۱۴۰۰/مهر/۱ در ۱۹:۳۶

سلام. چرا فکر می کنی روح ضعیفه؟ چه مشکلی هست؟

پاسخ

امیرحسین



۱۴۰۰/مهر/۹ در ۰۲:۰۵

گناه روح رو ضعیف نمیکنه؟
روح ضعیف توان مقاومت دارد؟



حالم خوب نیست
یعنی باید خیلی خوب تر باشد
ممنون از شما

پاسخ

مهدوی



۱۰/مهر/۱۴۰۰ در ۱۶:۲۳

گناه باعث پژمردگی روح و افسردگی میشه و عبادت و تفریح
باعث شادابی روح میشه.
سعی کن نمازها تو بهتر بخونی. ورزش کن. توی طبیعت قدم
بزن و هوای تازه تنفس کن.
نور خورشید وقتی به پوستت می خوره، افسردگیت برطرف
میشه.
این راهکارها رو توی ص ۲۸ تا ۳۱ کتاب مقاوم شو کاملا توضیح
دادم.

پاسخ

...



۱۷/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۷:۰۷

سلام حاج آقا
یک سوال دارم
اینکه میگن مالیدن سرکه از ناف به پایین شهوت رو قطع میکنه، درسته؟
مشکلی ایجاد نمیشه؟

پاسخ

مهدوی



۲۹/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۸:۳۶

سلام. نمی دونم. باید از دکتر طب سنتی بپرسی.
منم شنیدم ولی چون کارشناس طب سنتی نیستم، نمی تونم نظر بدم.

پاسخ

محمد ایمانی



۲۰/دی/۱۴۰۱ در ۱۷:۱۶

سلام و عرض ادب و احترام

👉 گاهی در طب سنتی عنوان میشه که مالیدن سرکه به ناحیه
سرماگاهی، شهوت حرام رو کم میکنه، نه اینک کلا قطع کنه، من خودم
اولین بار این مطلب رو از دکتر ضیایی شنیدم، این مطلب رو نه میشه
کامل قبول کرد و نه کامل رد کرد، چرا که تحقیقاتی مبنی بر تاثیر گذاری
این روش صورت نگرفته، اما دوستان میتونن استفاده کنن، اما حتی در
صورت موثر بودن، این فقط یک راهکار کمکی هستش، و اون چیزی که
بیشتر باید روش سرمایه گذاری کرد، :

توکل

توسل

تلاش

مشغولیت حلال

و..... هستش

یاعلی

پاسخ

بینام



۱۴/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۸:۱۱

سلام استاد وقتتون بخیر
سوالم اینه که در دختر ها اگر ترک خ.ا بشه بعد ازدواج مشکلی براشون پیش
نمیاد؟
مثلا میتونن بچه دار بشن
ممنون میشم به این سوالم جواب بدید 🙏

پاسخ

مهدوی



۱۶/شهریور/۱۴۰۰ در ۲۳:۰۶

سلام. نه، مشکلی پیش نمیاد. نگران نباش. فقط به فکر این باش که
هرچه زودتر از شر این عادت بد نجات پیدا کنی.
همه چیزو بسپار به خدا. به قول معروف، با خدا باش و پادشاهی کن.
مطمئن باش که اگه تلاش کنی، قطعاً آینده ای روشن و لذت بخش
خواهی داشت.
فکرهای منفی رو ولش کن.
موفق باشی

پاسخ

بینام



۱۸/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۰:۲۵

ممنون استاد ذهنم خیلی درگیر بود ولی خدارو شکر تونستم و تقریباً
صادقانه یه سال تو ترکم

پاسخ

امیرحسین



۱۲/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۲:۵۵

سلام حاجی هنگام وسوسه چه کنیم؟
چگونه بر ارمان و اراده خود استوار بمانیم؟
در این موارد توضیحی به ما بده
وسوسه که میشیم همه چیز یادمون میره

پاسخ

مهدوی



۱۲/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۷:۱۵

سلام. کتاب مقاوم شو ص ۶۴ به عکس نوشته داره، بهش مراجعه کن.

پاسخ

زندگی



۱۱/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۸:۱۴

سلام آقای مهدوی. من در مسیر ترک سعی کردم همه ی چیزاییکه شما گفتید رو رعایت کنم اما ته اش وقتی یک ساعت گیر میارم میرم و اینکارو میکنم من از سن ۱۱ تا الان که ۲۱ ساله هستم درگیرم و واقعا از دست خودم خسته شدم ... اون لحظه فقط حواسم به لذته ولی یک ثانیه بعدش عذاب وجدان میگیرم و ازونجاییکه هر گناهی اثر وضعی داره با خودم میگم آینده ای که با این کارها در پیش رومه افتضاحه و با خودم میگم واقعا من خوشبخت میشم؟ ایا میتونم با همسر خوبی ازدواج کنم؟ من حتی اگر توبه هم کنم اثر این همه مدت کار زشت که از بین نمیره ... 🙄🙄🙄

پاسخ

مهدوی



۱۶/شهریور/۱۴۰۰ در ۲۳:۲۳

سلام. توی فرایند خ.ا به مرحله ایه به نام غلبه شهوت. توی این مرحله، همون طور که گفتی عقل آدم از کار می افته و شهوت، رئیس آدم میشه.

مقاومت جلوی شهوت توی این شرایط خیلی سخته. پس چاره کار چیه؟
چاره اینه که نداری شهوت غلبه کنه.

چطوری؟

با دوری از منطقه زرد و نارنجی.

اگه با مناطق اطراف خ. آشنا نیستی، به کتاب مقاوم شو مراجعه کن.
چاره کار واقعا همینه.

نکته آخر اینکه بابت آینده اصلا اصلا نگران نباش. فقط به فکر این باش
که عادت بدتو کنار بذاری. قول بهت میدم که عوارضت به مرور زمان
برطرف میشه و هیچ مشکلی پیدا نمی کنی.

شبهه خوب بخواب. ورزش کن. پیاده روی کن. درباره لغزش توی کتاب
مقاوم شو توضیح دادم، حتما برو بخونش. بشین فکر کن که چیزهایی
باعث میشه به سمت گناه حرکت کنی. اون ها رو شناسایی کن و ازشون
دوری کن. وقتی حالت میزون نیست، سعی نکن با اینترنت حالتو خوب
کنی.

بازم سوالی چیزی بود، در خدمتم.

من کنارتتم. موفق باشی 🌸🌺

پاسخ

علی



۱۰/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۵:۵۶

بازم سلام آقای مهدوی

شما تو سوالات متداول گفتید به متخصص یا مشاور مراجعه کنیم؟؟!!

مگه خدا نميگه گناهتون رو پيش هيچكس نگيد كه بدتر از گناهه

يعني اينكار مشكلي نداره؟؟ كه به آدمايي كه ميتونن كمك كنن بگيم؟

و اگه نداره ميشه معرفي كنيد

پاسخ

مهدوی



۱۱/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۷:۰۰

سلام. به مشاور بگی، ایراد نداره. چون هدف درمانه.
مشاور مثل خود من.

پاسخ

علی



۱۰/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۰:۴۹

سلام آقای مهدوی

من حدود ۵ ساله درگیر این گناهم اوایل که اصلا نمیدونستم چیه بعد فهمیدم اما دیگه دیر شده بود یه بار تونستم با کلی دهن آسفالتی ۴۰ روز پا ک بمونم

ولی دیگه تموم شد الان هیچ تفریحی ندارم اون تفریح هایی هم که شما میگید اصلا به من حال نمیده یا خیلی وقت گیره یا فاصلش دوره من و داداشم یه طبقه جدا میخوابیم و بخاطر روابط ضعیف خانوادگیم هم اکثر اوقات تنها میرم اون طبقه چون خونه خیلی سر صداست و من سکوت رو دوست دارم هیچ رفیقی هم ندارم ۲ سال دیگه هم کنکور دارم ولی نه مغزم کار میکنه نه حافظم. دارم به جنون میرسم چند وقتیه چشمم پا که ولی کلا تخلیم در حال ساختنه یا به یاد آوردن چیزایی که قبلا دیدم دیگه خسته

شدم توسلام هم جواب نمیده

کنکور واسم مهم نیست ولی پدر و مادر مربی های مسجد واسه درس خوندن بهم گیر میدن از درس بدم میاد تا میام بخونم تخیلات میاد کار خودشو میکنه بدبختی هم اینه که نمیتونم به هیچکس گناهمو بگم تا متوجه شن دردمو کمکم کنید

پاسخ

مهدوی



۱۱/شهریور/۱۴۰۰ در ۸:۲۱

سلام. فیلم منطقه های اطراف خودارضایی رو ببین. توی سایت هست.

پاسخ

...



۶/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۵:۵۲

سلام استاد به دادم برسید 🙄

من یه دختر ۱۶ ساله هستم

۳ سال عمرم رو بدون اینکه بفهمم تباه کردم . یعنی اصلا نمیدونستم خ.ا.ینی چی و فک میکردم بی عوارضه و خب بچه هم بودم گناه نمیدونستم چیه

ولی وقتی فهمیدم گناهه ترک کردم و الان دوساله پاکم ...

اما انگار آثارش دست از سرم بر نمیداره...
من نه به نامحرم فکر میکنم نه نگاه
ولی بعضی شبها وسط خواب ناخواسته ا میشم ... 🥲
نمیدونم چیکار کنم
به هیچکس نمیتونم بگم
حتی نمیتونم دکتر برم چون نمیخام کسی بفهمه
مگه نمیگین بعد توبه خدا گذشته تونو پاک میکنه!؟
پس چرا هیچکس صدامو نمیشنوه
خیلی دعا میخونم 🥲
حتی خاستگار هم که میاد سریع پس میزنم چون عذاب وجدان میگیرم
تورو آقا امام رضا به دادم برسید دارم نابود میشم 🥲🥲

پاسخ

مهدوی

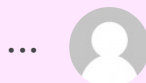


۷/ شهریور/ ۱۴۰۰ در ۰۰:۲۱

سلام. آفرین که وقتی فهمیدی اشتباهه، ترکش کردی. واقعا آفرین.
ببین ارضا شدن توی خواب گاهی ممکنه اتفاق بیفته و چیز غیر عادی
ای نیست. برای بعضی دخترها اتفاق می افته و اصلا جای نگرانی
نیست.

گناه هم نداره. چون دست خود آدم که نیست.
پس حالت خوب باشه.
فقط یادت باشه، بعدش باید غسل جنابت انجام بدی.
خواستگارهات هم الکی رد نکن.
موفق باشی
یاعلی

پاسخ



۹/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۸:۲۱

یعنی این عوارض از بین میره ؟
یا اینکه قراره تا اخر عمر اینطور باشه؟

پاسخ

مهدوی



۹/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۸:۲۷

جُنُب شدن در خواب چیز طبیعی ایه. برای همه گاهی پیش
میاد. جزو عوارض خ.ا نیست.

پاسخ



۱۰/شهریور/۱۴۰۰ در ۲۲:۴۴

آخه تو دوره ترک این اتفاق برام افتاد!.

منظور از طبیعی رو نفهمیدم
یعنی آسیبی نمیرسونه؟

مهدوی



۱۱/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۶:۵۷

نه، آسیبی نمی رسونه و ضرر نداره.

امیر



۳/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۶:۵۵

سلام استاد خوردن مویز خوبه یا نه؟

پاسخ

مهدوی



۴/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۹:۳۳

سلام. عوارض خودارضایی به مرور زمان برطرف میشه. لازم نیست چیزی
بخوری.

پاسخ

H



۳/شهریور/۱۴۰۰ در ۱۴:۴۴

چرا توی کانالتون تو روبیکا پست و لایو نمیزارین دیگه؟؟!!!

پاسخ

مهدوی



۴/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۹:۳۴

امروز احتمالا لایو دارم.

پاسخ

محمد شکست خورده



۳۱/مرداد/۱۴۰۰ در ۰۳:۲۷

سلام آقای مهدوی من تونستم ۳۲ روز اون گناه خ، ا. رو ترک کنم اما امشب کلا همه چی خراب شد همه ی قول و قرارام با خدا و امامان و.. همش خراب شد حالا دیگه نا امیدم اونهمه وقت گذاشتم اونهمه گذشت تا تونستم ۳۲ رو تحمل کنم الان از این به بعد باز دوباره خیلی مشکل 🙄🙄

چیکار کنم

پاسخ

مهدوی



۴/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۹:۴۸

سلام. کسی که تونسته ۳۲ روز پاک باشه، یعنی قدرت اینو داره و بلده که همیشه پاک بمونه. تو شکست نخوردی. تو فقط در مسیر موفقیت، زمین خوردی. خودتو شکست خورده نبین. زمین خوردی چون اشتباهاتی داشتی. اشتباهات رو پیدا کن و برطرفشون کن تا دیگه زمین نخوری. اینو یادت باشه که ما هیچ وقت شکست نمی خوریم. ما ممکنه زمین بخوریم. حالا این دست خود ماست که بعد زمین خوردن، بلند شیم و ادامه بدیم. یا اینکه ناامید بشیم و خودمون رو شکست خورده بدونیم و کلا دست از تلاش برداریم. بهت توصیه می کنم ص ۵۷ تا ۶۰ کتاب مقاوم شو رو بخون. موفق باشی 🌹

پاسخ

Mahdi



۲۱/مرداد/۱۴۰۰ در ۰۰:۱۰

سلام

من بیش از دو ساله که درگیر خ.ا هستم 😞
و حدودا دو سال هم هست که با شما توفیق آشنایی دارم و با راهنمایی
های شما تونستم تا ۲۲۰ روز پاکی داشته باشم اما از وقتی کرونا اومد و
همه چی به سمت فضای مجازی رفت من کم کم افت کردم تا اینکه به
اینجا رسیدم که هر ۱۰، ۱۵ روز خ.ا میکنم و در هر نوبت سه بار هم خ.ا
میکنم 😞😞.

امسال کنکور دارم و درسام خیلی خوبه اما میدونم اگه ترک نکنم از همه جا
رونده میشم، هر روز هم ورزش با دمبل میکنم و با گوشی هم اصلا گناه نمی
کنم بلکه با کامپیوتر گناه میکنم و نمی تونم رمزشو عوض کنم چون با اون
تو کلاسای آنلاین میرم
لطفا راهنماییم کنید 🙏
اگر واقعا هم صلاح میدونید کتاب ترک رو با وجود محدودیت زمانم بخونم
بفرمائید

من سعی میکنم هر زمان حرم امام رضا رفتم شما رو هم دعا کنم و براتون
فیلمشم بگیرم که شما هم لذت ببرید، لطفا شما هم برام دعا کنید
یا علی

پاسخ

مهدوی



۲۶/مرداد/۱۴۰۰ در ۱۰:۳۶

سلام دوست من. شب ها تا دیر وقت بیدار نمون. صبحانه حتما بخور.
هر روز مدتی برای پیاده روی از خونه بیرون برو. حتما تفریح داشته
باش. خندیدن بسیار برات مفیده. هر وقت از درس خوندن خسته
شدی، برای رفع خستگیست سراغ فضای مجازی نرو. یا کامپیوترت رو از

اتاق شخصی ات بیرون ببر یا جاشو عوض کن به طوری که دیگران بتونن به راحتی صفحه مانیتورش رو ببینن.
نمازها تو سعی کن اول وقت کنی و بعدش با خدا صحبت کن و ارزش بخواه که کمکت کنه و بهت آرامش بده.
امیدوارم موفق باشی
حتما باهام در ارتباط باش و خودتو تنها نبین 🌸❤

پاسخ

امیرحسین



۱۱/مرداد/۱۴۰۰ در ۲۲:۱۳

سلام آقای مهدوی

یه سوال آیا عرق فرد جنب نجسه یعنی دستمون عرقی باشه بزنینم یه جا نجس میشه؟!

سوال دیگر : اگه خا کنید و عرق جنب داشته باشیم و لباسی که تنمون باشه عرقی بشود ولی منی به اون لباس نریزد ؛ میشه با اون لباس بعد از غسل جنابت نماز خونند؟

پاسخ

مهدوی



۲۶/مرداد/۱۴۰۰ در ۱۲:۲۱

سلام. جواب سوال اول: نه. نجس نمیشه.

جواب سوال دوم:

به نظر رهبری باید صبر کنی عرق های لباست خشک بشه، بعد باهاش نماز بخونی.

منبع:

<https://farsi.khamenei.ir/treatise-content?id=۲۵۰#۲۳۸۳>

پاسخ

asar



۱۴/تیر/۱۴۰۰ در ۱۳:۵۹

کارتون ۲۰ هستش واقعا

عالی بود

پاسخ

مهدوی



۲۴/تیر/۱۴۰۰ در ۰۹:۱۸

خواهش می کنم. الحمد لله

پاسخ

علی



۱۴/تیر/۱۴۰۰ در ۱۱:۳۰

🌹 هی به خاطر گناه‌های گذشته خودتو ملامت نکن....

اگه امروز رو غنیمت نشماری و توبه نکنی، فردا صد در صد غصه ات این میشه که چرا دیروز توبه نکردم؟! 😞

به خودت بگو اشکال نداره. نمی دونستم. بلد نبودم. گول خوردم. اشکال نداره. خدا هم میدونه من گول خوردم و منو می بخشه. خدا خیلی مهربونه.

گذشته رو ولش کن. امروز رو بچسب.

امروز مهمه.

همیشه امکانش هست که وضع بدتر از این بشه.

با ملامت های الکی، فرصت امروز رو از دست نده. نذار امروزت هم خراب

شه. جلوی این حرکت به سمت نابودی رو بگیر.

هنوز فرصت توبه و جبران گذشته هست. نذار به جایی برسی که دیگه نشه کاری کرد.

اینو شما تو گروه گذاشتید، خوب آقای مهدوی من تو سن ۱۸ سالگی با دو نفر لواط کردم و آبروی اونا رفته الان من رو سیاه چه کنم آخه حق الناس هس من که خجالت میکشم برم ازشون حلالیت بطلبم بخدا اگه خدا این تا دوتا گناه منو ببخشه که حق الناس هس و خدا هم گفته من کاری به حق الناس ندارم، منم میتونم توبه کنم و مثل یه شهید زندگی کنم ولی تا ۳۰ روز ۴۰ روز بدون گناه میگذرونم هی این دو تا گناه مثل پتک میخوره به سرم

پاسخ

مهدوی



۳/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۷:۰۹

خدا توبه کننده ها رو دوست داره (سوره مبارکه بقره، آیه ۲۲۲).
تو توبه کن و از خدا معذرت خواهی کن. مطمئن باش خدا دستت رو
هم در این دنیا و هم در آخرت می گیره.
فقط به فکر توبه واقعی باش.
خدا قادر مطلقه و می تونه از مردم برات حلالیت بگیره. به شرط توبه
واقعی و انجام واجبات و کارهای خوب.
بعد از توبه هم هی خودتو ملامت نکن.
هر وقت عذاب وجدان گرفتی، برای کسانی که بهشون ظلم کردی دعا کن
و به نیت اون ها صدقه بده و کارهای خوب انجام بده.
🌸 یا علی

پاسخ

محمد



۱۰/تیر/۱۴۰۰ در ۲۳:۴۳

سلام خدا قوت.بیشتر اوقات ریشه نگاه به نامحرم لذت بردن جتسی
هستش.ولی برخی اوقات افراد به دلیل عزت نفس پایین مدام دنبال این
هستن که مثلا فلان دختر نامحرم به توجهی بهشون بکنه و فکر میکنن اگه
توجهی از طرف به نامحرم بهشون نشه یعنی ارزش پایینی دارن.یعنی بیشتر
دنبال جلب توجه نامحرم ان و وابسته عاطفی میشن.نه صرفا فقط شهوت
جنسی.راه حل این بیماری روحی چیه به نظرتون؟؟البته قطعاً شهوت هم
نقش داره چون معمولا دنبال جلب توجه نامحرم هایی هستن که زیبا
هستن و جذابیت دارن نه نامحرم های زشت چهره

پاسخ

میثم



۲۰/بهمن/۱۴۰۰ در ۸:۵۴

سلام. چیزی که گفتمی اصلاً نه به شهوت ربط داشت نه به عزت نفس فقط و فقط به اراده خود فرد. ربط داشت ، تا وقتی اراده تو مقابل شهوت تو ایستاده باشد شهوت کاری نمی تواند بکند ، برای تقویت اراده یک روز در هفته روزه بگیر.

پاسخ

امیرحسن



۴/تیر/۱۴۰۰ در ۱۹:۵۰

سلام استاد مهدوی ؛ ببخشید استاد برای اینکه حافظه که ضعیف شده برای اینکه زود تر به روال قبل برگردم چه کار هایی خوبه انجام بدیم ؟ و آیا مطالعه کتاب های درسی کمکی میکنه؟

پاسخ

مهدوی



۵/تیر/۱۴۰۰ در ۱۲:۰۰

سلام. روزی حداقل ۲ آیه قرآن از رو بخون (اگه دوست داشتی وضو هم بگیر. چون وضو به آدم آرامش میده و میل به گناه رو کم می کنه).

پاسخ

گمنام



۳۱/خرداد/۱۴۰۰ در ۲۰:۲۳

سلام بنده ۱۸سال سن دارم و اراده این رو ندارم که این برنامه ترک رو انجام بدم هی میخوام شروع بکنم شکست میخورم خیلی اذیت میشم و نگاه کردن به فیلم های مستهجن به اونا معتاد شدم و دلیل استمنا هم همینه یعنی حتی بعضی اوقات که به فکر استمنا میوفتم ولی وقتی چیزی در اختیارم نباشه که فیلم نبینم استمنا نمیکنم ولی این فیلم اذیتم میکنه چطور میتونم فیلم مستهجن نگاه کردن رو ترک کنم ممنون میشم راهنمایی کنید

پاسخ

مهدوی



۱/تیر/۱۴۰۰ در ۱۶:۲۶

سلام. برای تقویت نیروی اراده ات، سعی کن دو تا عادت خوب خیلی کوچیک که انجامش سخت نباشه، برای خودت درست کنی. مثل روزی حداقل ۵ دقیقه ورزش، روزی حداقل ۵ صلوات با وضو فرستادن، یک روز در هفته دائم الوضو بودن، هر شب مسواک زدن (اگه عادت نداری شباً مسواک بزنی)، خوندن نمازها به صورت اول وقت (یا خوندن نماز مغرب و عشا به صورت اول وقت)، روزی حداقل سه نفس عمیق کشیدن و... دو تا عادت خوب برای خودت انتخاب کن و سعی کن هر روز انجامشون بدی. هر شب قبل خواب هم چک کن که فراموششون نکرده باشی. درباره دیدن فیلم مستهجن اینو بهت بگم که دیدن این جور فیلم ها خیلی مضره. ساختار مغز آدم رو عوض می کنه. حتی ممکنه باعث بشه، بعداً دیگه از ارتباط با همسرت لذت نبری و فقط از فیلم لذت ببری. اینو بهش توجه کن.

اما راه حل چیه؟ راه حل اینه که سعی کن همیشه روحیه ات خوب باشه. تفریح کن. زیاد درس نخون (متعادل درس بخون)، با دوستای خوب و مذهبی خودت بیشتر برو بیا. وقتی حالت خوب نیست، برو حالتو با تفریح خوب کن و از اینترنت استفاده نکن. چون در این مواقع، اینترنت حالتو خوب نمی کنه. تازه بدتر هم می کنه. از فیلترشکن هیچ وقت استفاده نکن. به طور کلی برنامه هایی که باعث تحریک میشن رو از گوشیت حذف کن. شباً تا دیر وقت بیدار نمون. چون خواب شب باعث میشه روزها حالت خوب باشه. برنامه های خوب و حال خوب کن تلویزیون رو حتما ببین. یه چیزی که خیلی مهمه، حفظ حال و روحیه خودته. هیچ وقت ناامید نشو و همیشه امیدوار باش و به خودت روحیه بده. گذشته کاملاً قابل جبرانه. هیچ وقت بابت گذشته خودتو ملامت نکن. سعی کن وقتو با کارهای خوب و مفید یا حتی سرگرمی های غیر مخرب پر کنی. موفق باشی

پاسخ

مبارز



۲۷/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۰۹:۵۹

سلام آقای مهدوی

آقای مهدوی من وضعم خیلی خرابه 😞

قبلا چهار روز یا حتی بیشتر میتونستم تحمل کنم اما الان (خ_ا) کنترل من رو بدست گرفته و هرروز دارم این کار رو انجام میدم و حداکثر مقاومت ۲ روز. من در روز سعی می کنم تا حد توان مقاومت کنم و این مقاومت به ۲ یا ۳ بار هم میرسه و باز این کار لعنتی رو انجام میدم. حتی کتاب مقاوم شو رو هم میخونم اما نمیتونم.... انگار به اوج (خ_ا) رسیدم و (خ_ا) به طور کامل کنترل من رو دستش گرفته...

آقای مهدوی باید چی کار کنم؟؟ 😞😞😞😞

پاسخ

میثم



۲۰/بهمن/۱۴۰۰ در ۰۸:۵۶

سلام ، پل های پشت سرت روی برای گناه خراب کن ، یعنی ببین از چه روشی به سمت گناه کشیده میشی همون رو قطع کن ، مثلا اگه از گوشی هست ، گوشی رو مشترکا باریکی از اعضای خانواده شریک شو ، یا کامپیوتر را در معرض دید عموم قرار بده ، تو خونه تنها نشو ، حمامت طولانی نشه ، سعی کن اراده ات رو تقویت کنی با نماز و یک روز در هفته روزه گرفتن.
یاعلی

پاسخ

مهدوی



۱۷:۲۸ در ۱۴۰۲/۳ خرداد

ممنون که در پاسخ دادن، کمکمون می کنی. خدا خیرت بده

پاسخ

امیر عباس



۲۳:۲۳ در ۱۴۰۰/۱۹ اردیبهشت

سلام حاج آقا . این دوره ای که دارید می نویسید کی میفرستید کانال؟

پاسخ

مهدوی



۱۴:۰۴ در ۱۴۰۰/۲۵ اردیبهشت

سلام. خدا کمک کنه به زودی شروع می کنم. دارم متن دوره رو می نویسم. برام دعا کن که زود تموم شه.

پاسخ

مبارز



۴/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۱۱:۴۱

سلام آقای مهدوی
امیدوارم که طاعات و عباداتتون مورد قبول درگاه الهی بوده باشه...
آقای مهدوی من یه خط های رو کمرم ایجاد شده که در ناحیه پشت دلم
هستش...
آیا این خط ها از عوارض (خ_ا) هستش؟

پاسخ

مهدوی



۵/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۱۱:۲۶

سلام. خیلی ممنون. نماز و روزه شما هم قبول باشه.
عوارض خودارضایی با گذشت زمان برطرف میشه. اصلا نگران نباش و
بهشتم فکر نکن.

پاسخ



۴/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۱۴:۵۰هـ

سلام آقای مهدوی

کمکم کنید

من پسری ۱۶.۵ ساله ام و پنج شش ساله درگیر خودارضایی و پورن و همجنس بازی (از صحبت و چیزهای کوچک گرفته تا خود عملش) شدم متاسفانه

چندلحظه پیش توی گوگل وقتی مجازات لواط رو دیدم و به گذشته ام فکرکردم و به آبرویی که ازم تومحله و مسجد و مدرسه و بین دوست و غریبه رفت و به فیلمهایی که ازم گرفتن و پخش کردن و به حرفهایی که پشتم زدن و ... فکر کردم...

خلاصه اش کنم... هرچندوقت که چنددقیقه ای بهش فکر میکنم مغزم پر میشه از این افکار و این افکار آزار میدن منو اینکه آینده چجوریه؟

اینکه آبروم رفته

اینکه اگه به آدم معروفی ورزشکاری چیزی بشم پشت سرم چی میگن؟ و اینجور چیزا ...

به ترک خ.ا امید دارم و ۱.۵ ساله تو مسیر ترکم و بعد لغزش ها بازم امید به پاکی دارم ولی اونای دیگه... فکرشون آزار میده منو

امید دارم که با کمک کتاب لذت رهایی و منابع دیگه ان شاءالله حدود ده روز بعد ماه رمضان پاکیم بشه ۴۰ روز و بعدهم ان شاءالله ابدی اما افکار دیگه رو مخ من

خیلی چیزهای جزئیتر هم هست مثل اینکه دارم فکرمیکنم سریع پاک شم و بقیه که باهاشون مرتکب لواط شدم روهم هدایت کنم ولی خودم الان پر افکار مسخره ام

این بود خلاصه داستان این چندسال من

ممنون میشم کمکم کنید🙏

یاعلی🙏

پاسخ

مهدوی



۳۱/خرداد/۱۴۰۰ در ۱۹:۰۱

سلام. بذار دو تا قانون رو بهت یاد بدم:

۱- گناه، آخر و عاقبت نداره و مشکلات بسیار زیادی واسه آدم ایجاد می کنه. مثل بی آبرو شدن، افسردگی، اضطراب و...

به خاطر همین مشکلاته که خدا گفته گناه نکنید. خدا گناه رو حروم کرده، تا ما از زندگی بیشتر لذت ببریم.

۲- هر گناه کاری اگه توبه کنه، میشه محبوب خدا و هرکسی بشه محبوب خدا، همه مشکلات ازش فراری میشن و خدا آبرومندش می کنه.

به حضرت حر (ع) توجه کن که چطور خدا آبرومندش کرد.

بین شیطان میاد قانون یک رو هی بهت یادآوری می کنه تا ناامید شی و دوباره به سمت گناه برگردی.

در حالی که خدا قانون دومی هم قرار داده. خدا می دونسته آدمها ممکنه گناه کنن. به خاطر همین، فرصت توبه داده تا هرکس توبه کرد، دوباره کارنامه و قلبش سفید بشه.

خیلیا اهل گناه بودند و بعد ترک، تبدیل شدند به بزرگ ترین آدمها.

به خودت همیشه روحیه بده و همه گذشته رو بسپار به خدا.

به خودت بگو خدا می تونه همه چیز رو درست کنه. خدا قادر مطلقه.

خدا هوامو داره.

از توسل هم غافل نشو. به یکی از اهل بیت (ع) که خیلی دوستش داری، وصل شو و هر وقت مشکلی برات پیش اومد، براش صلوات بفرست و ازش کمک بخواه.

موفق باشی 🌸🌸

تلاش



۲۴/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۰:۱۶

سلام .

دیروز با سایت شما آشنا شدم و تمام مطالب سایت را خواندم.
نمی دونم کار درستی می کنم یا نه ولی اینقدر زندگی برام پیچ خورده که
نمی توانم بازش کنم.
من ۱۸ سال دارم و متاسفانه ۵ سالی هست که دچار این عمل قبیح شدم ،
اولش نمی دونستم چیه ، حتی نمی فهمیدم که گناه هست ، یکسال و نیم
به همین روند رفتم ، خیلی زندگی برام سخت بود
تابستان سال ۹۶ رفیتم مشهد ، همون جا با امام رضا درد دل کردم و
خواستم کمکم کنه بعد برگشتیم ولی من بازهم ترک نکردم تا آبان یا آذر
همون سال ، شب تاسوعا یا عاشورا بود که اون کار رو باز هم کردم ، خیلی
دلم گرفت و به خودم گفتم خیلی نامردی و... واقعا ترک کردم و بهترین
روزهای عمرم را گذروندم تا ۶ ماهی خیلی خوب بود ولی بعد دوباره شروع
شد تا الآن

اولش خیلی کم بود ولی الآن...

هر روز به خودم می گم باید ترک کنم و ...ولی فقط در حد حرف ه .خیلی
ضعیف شدم چه روحی چه روانی ، زندگی رو نمی فهمم هدف ندارم ، شدم
مثل یک سبب زمینی

از زمانی هم که تصاویر مستهجن دیدم خیلی بدتر شدم ...
دیروز با عزم جدی بودم که ترک می کنم ولی الآن چی اینقدر توی دلم خالی
هست

به هر دری که فکر کنید زدم برای بهتر شدن حالم ولی هیچ

فکرم همش درگیره و نمی فهمم چی به چیه و ..
تو رو خدا اگر می تونید کمکم کنید . الآن که دارم این رو می نویسم هی
بهم فشار میاد که از دوباره تصاویر بد را نگاه کنم
تو رو خدا کمکم کنید ، خیلی حالم بده ، هر کاری هم می کنم باز هم انگار
که نه انگار

پاسخ

حسام الدین جلالی



۱۷/دی/۱۴۰۱ در ۱۹:۵۵

سلام
تا خدا هست، امید هست
برای کمک به شما عزیزان مطالب مفید و کاربردی داخل کانال و سایت
گذاشتیم
پیشنهاد میکنم دوره صوتی رهایی از گناه یا بالاتر از فرشته رو گوش کنی
و برای دریافت مشاوره به ادمین کانال مراجعه کنی
ان شاء الله موفق باشید

پاسخ

پیمان



۱۰/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۵:۰۲

سلام حاج اقا، دو تا سوال داشتم خدمتون:

۱- دوچرخه سواری برای ورزش کردن خوبه یا نه؟ چند تا ورزش خوب پیشنهاد کنید!

۲- جنب شدن بعد از ۱۰ روز اول ترک نشانه خوب یا بد نه؟

پاسخ

مهدوی



۱۱/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۲:۰۱

سلام.

۱- دوچرخه سواری خوبه. دویدن توی پارک هم خوبه.

۲- نشونه خوبیه. نگران نباش.

موفق باشی دوست خوبم 🌸

پاسخ

امیرحسین



۶/فروردین/۱۴۰۰ در ۲۰:۳۸

سلام حاج آقا، در دوران ترک برای درمان لاغری چی کار کنیم که سریع رشد کنیم.

پاسخ

مهدوی



۸/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۳:۰۹

سلام. خ.ا باعث لاغری نمیشه. اگه منظورت ضعف بدنه، بعد یه مدت خودش برطرف میشه. کار خاصی لازم نیست انجام بدی.

پاسخ

عماد



۱۷/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۱:۱۰

سلام آقای مهدوی
من چندوقتی که با یه دختری وارد رابطه شدم
چون تک فرزند هستم و نیاز دارم با یکی حرف بزنم متاسفانه وارد همچین
رابطه ای شدم
اما الان واقعا احساس گناه میکنم...هر وقت توی تلویزیون عکس یه شهید
میبینم از خجالت میمیرم
اون دختر رو هم یه جوری بهش فهموندم که باید رابطمون کم بشه اما
خیلی ناراحت شده و قبول نمیکنه
میخواستم ببینم شما میدونید چجوری این رابطه رو تموم کنم؟
یا کسی میشناسید که بتونم ازش کمک بگیرم؟

پاسخ

مهدوی



۵/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۳:۳۷

سلام. اگه نیاز داری یه دوست داشته باشی تا باهاش صحبت کنی، خب سعی کن یه دوست خوب پیدا کنی. نباید بری با نامحرم دوست شی تا از تنهایی در بیای. دوستی و صحبت کردن با نامحرم، تحریک می کنه و باعث میشه بیشتر گناه کنی و به خودت ضرر بزنی. پس دیگه باهاش صحبت نکن. اصلا بلاکش کن تا دیگه وسوسه نشی که جوابشو بدی.

پاسخ

Ali



۱۳/اسفند/۱۳۹۹ در ۲۲:۰۹

سلام خسته نباشید. استاد من به یک سریال ترکی معتاد شدم . خواهش میکنم کمکم کنید.

پاسخ

مهدوی



۱۴/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۹:۴۳

سلام. خب اگه باعث گناهت میشه و تحریکت می کنه، نباید ببینی دیگه.

پاسخ

Ali



۱/فروردین/۱۴۰۰ در ۲۱:۵۱

تکنیک میخواستم.

پاسخ

مهدوی



۵/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۳:۰۷

به این فکر کن که مثلا اون سریالو تا آخرش دیدی. آخرش چی گیرت میاد؟!

نه تنها چیزی به دست نمیاری، بلکه یه سری چیزهای ارزشمند هم از دست میدی.

وقت رو میدی، چشمت گناه می کنه، ذهنت پر از چیزای آلوده میشه، دچار گناهای بیشتری میشی و...

به این چیزا خوب فکر کن.

به جای دیدن اون سریال، سریال ها و فیلم های مفید رو ببین.

ما لذت حلال کم نداریم.
سایت فرادرس کلی فیلم آموزشی داره. می تونی وقتت رو با دیدن یه دوره آموزشی مفید پر کنی.
شیطون ماها رو گول می زنه و ما خیال می کنیم کار مفید و لذت های حلال وجود نداره.
ورزش کلی به آدم نشاط میده. نماز اول وقت خوندن، یه تمرین بسیار لذت بخشیه.
خلاصه، برو سراغ لذت های حلال و کارهایی که رشدت میده.

پاسخ

Ali



۵/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۶:۵۳

ممنون

الهه



۱۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۲:۰۲

سلام ببخشید یک سوال دارم احتلام در خواب فقط برای پسرهاست یا برای دخترها هم هست؟

پاسخ

مهدوی



۱۴/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۹:۳۲

سلام. برای دخترها هم گاهی ممکنه پیش بیاد. منتها فکر می کنم کم اتفاق می افته.

پاسخ

الهه



۱۰/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۰:۱۲

سلام من شنیدم که قرصهایی هستند که هم میل جنسی رو کاهش میدن و هم افکار جنسی رو کاهش میدن، از روانپزشک میشه قرص گرفت، واقعا همچین چیزی هست؟

پاسخ

مهدوی



۱۴/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۹:۵۱

سلام. اطلاع دقیقی ندارم. شما اگه مراجعه کردید، خبرشو به ما بدید. من معمولا توصیه می کنم دوستان به پزشک طب سنتی مراجعه کنند.

پاسخ

جوان



۹/اسفند/۱۳۹۹ در ۰۷:۳۲

سلام حاجی

بخشید اون راه حلی که گذاشتید تو کانال که درباره لباس تنگ و چسبون و پلاستیکی بود، اون راه حل فقط واسه پسر اس یا واسه دخترا هم هس؟

پاسخ

مهدوی



۱۱/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۱:۱۵

سلام. هر دو.

پاسخ

امیرحسین



۵/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۴:۱۷

سلام و عرض خسته نباشید به استاد مهدوی و دوستان در حال ترک. بنده

نزدیک ۶ ماهه که نه اون کار زشت رو انجام دادم، نه عکس و فیلم مستهجن دیدم. گرچه اولاش سخت بود، ولی الان عادت کردم و خیلی ام راضی ام. فقط مشکلی که الان برام پیش اومده، اینه که دو سه روز یه بار، توی خواب ارضا میشم و دیگه دارم کلافه میشم. یعنی میرم حموم غسل می‌کنم و نماز می‌خونم، ولی دوباره فرداش جنابت میشم. بعد والدین می‌گن نمازتو چرا نخوندی؟ آدم خجالت میکشه بگه. حموم هرروز نمیشه رفت، شک می‌کنند و می‌فهمن و آدم خجالت می‌کشه. امیدوارم کمکم کنید، چون واقعاً دارم عذاب می‌کشم.

پاسخ

مهدوی



۶/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۶:۰۱

سلام. آفرین که شش ماهه پاکی. خیلی عالیه. بهت تبریک میگم 🎉 لازم نیست وقتی غسل جنابت بهت واجب شد، حتما حموم ببری. لباسای نجس شده ات رو عوض کن. برو دستشویی، جاهایی از بدنت که نجس شده رو بشور تا پاک شه. بعد با یه پارچه خیس، غسل جنابت کن. این ویدیو رو هم حتما ببین: 📺

<https://formoolerahaee.ir/غسل-با-پارچه-خیس/>

موفق باشی 🌸

پاسخ

امیرحسین



۱۱/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۱

ممنون. فقط این غسل با پارچه رو متوجه نشدم. اگه میشه، بیشتر توضیح بدید

پاسخ

مهدوی



۳/خرداد/۱۴۰۲ در ۱۷:۳۲

به این آیدی در ایتا پیام بده:
hasan110135@
از مشاورین مجموعه ما هستند.

پاسخ

امیرحسین



۱/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۷:۰۳

سلام دیگه خسته ام اگه از الان جلو ش رو نگیرم تا ماه رمضان آینده اوضاعم خراب میشه و... نمیخواهم خ.ا کنم من میخوام ترک کنم اما... همه ی راهکارها رو بلدم اما باز نمیدونم چی کار کنم!!! دوست دارم رجب وشعبان و رمضان رو پاک باشم آقای مهدوی نمیدونم چی کار کنم 😞😞

ناراحتتم؛؛؛ ائمه رو هم دوست دارم کمک کن

پاسخ

مهدوی



۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۲:۴۳

سلام. فیلم منطقه های اطراف خودارضایی رو ببین. توی سایت هست.

پاسخ

امیرحسین



۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۶:۲۱

باشه ممنون

پاسخ

...



۳۰/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۷:۱۱

سلام و خداقوت . شما میتونید درباره کنترل فکر کمک کنید ، اصلا فکری که

گناه رو در خودش گسترش میده درمان پذیر هست؟

پاسخ

مهدوی



۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۳:۰۱

سلام. فکر گناه دو حالت:

- ۱- گاهی علتش، بودن توی منطقه زرد یا نارنجیه. که در این صورت، باید از این دو تا منطقه بیرون بیای تا حالت خوب شه.
- ۲- گاهی به خاطر ترک خودارضایی و در حقیقت، جزو عوارض دوران ترکه که میشه با یه سری تکنیک ها تحملش کرد و ازش رد شد. بهت توصیه می کنم فیلم منطقه های اطراف خودارضایی رو ببینی (توی سایت هست). بعدش صفحه ۶۱ تا آخر کتاب مقاوم شو رو با دقت بخون. موفق باشی 🌸

پاسخ

گمنام



۲۷/بهمن/۱۳۹۹ در ۲۰:۰۵

سلام

خودارضایی وسواس هم میاره چطور وسواس رو درمان کنیم

پاسخ

مهدوی



۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۳:۰۴

سلام. چه جور وسواسی منظورته؟ توضیح بده.

پاسخ

گمنام



۲۵/بهمن/۱۳۹۹ در ۰۸:۴۷

سلام
آیا کسانی هستند که به طور کل ترک کرده باشند و دیگه هم آلوده نشده باشند؟

پاسخ

مهدوی



۲/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۳:۰۷

سلام. چطور مگه؟

پاسخ

طاها



۱۸/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۲۶

سلام. من چند روز هست که شروع کردم به ترک. ولی مدام حالت افسردگی دارم و حتی یک لحظه هم فکر اینکه اگه من ترک کنم همه چیز به حالت اول برمیگرده؟

یا اینکه مثل آیه خدا که گفته زنان پاک از آن مردان پاک و مردان پاک از آن زنان پاک خواهند بود ، منم جزو همونا میشم یا من همچنان ناپاک و بد و دور از خدا باقی میمونم. از ذهنم بیرون نمیره.

یه سوال دیگه هم اینکه اگه پشیمون بشی و ترک کنی ، ممکنه حتی خسارت های جبران ناپذیری که به خودت زدی با یه معجزه ای جبران بشه یا نه ؟ این چیزها و ترس از آینده باعث شده حالت افسردگی و عذاب وجدان پیدا کنم چکار کنم

پاسخ

محمد رضا



۱۷/بهمن/۱۳۹۹ در ۲۲:۱۹

سلام

اگه میشه کتابتون رو یه بار دیگه توی کانال بارگزاری کنین چون هرکاری کردم نشد که داندلودش کنم

پاسخ

مهدوی



۱۸/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۸:۵۲

سلام. کتاب تو سایت هست رفیق.

پاسخ

lii



۲۶/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۳۳

سلام وقت بخیر ببخشید
من در نوجوانی مدتی دچار خ.ا شدم از روی ندانستگی آنقدر نادان بودم
که نمی دونستم حتی بلوغ جنسی وجود داره
وقتی فهمیدم کاملا ترکش کردم و اعمالش رو هم انجام دادم
واقعا نمی دونستم
اون موقع اینترنت نبود
ماهواره هم نداشتیم
الان خیلی گذشته دیگه هیچ علائمی ندارم
الان نمی دونم تکلیف نماز و روزه ای که با اون حالت گرفتم چی بوده
می تونید فتوای آقای خامنه ای رو برای من پیدا کنید

پاسخ

الهه



۱۱/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۹

سلام ، من نزدیک دو ماهه دیگه پورن نمی بینم و چت با نامحرم هم کنار گذاشتم

اولش دو هفته رمانهای بدی که میخوندم هم کنار گذاشتم ولی باز هم شروع کردم

هرچقدر هم که سعی می کنم از فکرش دور بشم نمیشه ، همش صحنه هایی که تو پورن دیدم یا صحنه هایی که خودم با خوندن رمانها توی ذهنم ساختم میاد تو ذهنم ، هرموقع که این حس میاد اگه بهش اهمیت ندیم مثلا نیم ساعت بعد بیشتر میشه خیلی بیشتر ، بیشترین زمانی که ترک کردم دو هفته بود

انگار ذهنم دوتا شده ی موقع میگم من میتونم ترک میکنم و چون خیلی زودرنج شدم وقتی از ی چیزی ناراحت میشم کلا از همه دنیا ناامید میشم ی اتفاق خیلی بد دیگه هم برام افتاد مامانم سراز کارم دراورد و فهمید که من خ ا میکنم

هرچی هم که بگم مادره بعدا به روم نمیاره من که خودم نمیتونم به روی خودم نیارم

منم اذیت میشم از اینکه مادرم بدونه، اذیتم نکرده بدرفتار نکرده ولی وقتی اون غصه منو میخوره منم داغون میشم

میگه به من همه چیز رو بگو من که برخورد بدی نمیکنم درسته که برخورد بدی نمیکنه ولی من حق ندارم ی ذره عزت نفس داشته باشم و حداقل نخوام ابروم پیش مامانم بره؟

من واقعا داغون میشم وقتی میشینه میگه پرده حیایی که بین ما بوده دیگه نیست

من که خواستم خودش تلاش کرد بفهمه بهتر نبود مستقیما به روم نیاره

که میدونه؟

من واقعا دارم نابود میشم تورو خدا راهنماییم کنید
ی مسئله دیگه ای هم که هست اینه که قبلا اگه نگاهم تو چشم نامحرم هم
بود هیچ منظوری نداشتم و اصلا از چیزی سردر نمیاوردم ولی جدیداً خودم
احساس میکنم که نگاهم به هر مردی از محرم و نامحرم که میفته دیگه
مثل قبل نیست

پاسخ

مهدوی



۱۷/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۸:۲۲

سلام. یه جدول ترک گناه برای خودت درست کن و از همین الان تصمیم
جدی بگیر که با این عادت های بدی که گفتی، مبارزه کنی.
بهت قول میدم میشه.

ورزش و پیاده روی برات خیلی مفیده. باعث میشه حال و روحیه ات
بهتر بشه.

اینترنت برات وسوسه ایجاد می کنه. به همین دلیل، باید دسترسی
خودتو به اینترنت کم کنی. مثلاً یهو نرو بسته ۲۰ گیگ یه ماهه بخر.
فقط به اندازه نیازت و فقط برای کارهای ضرورت، بسته ساعتی یا روزانه
بخر.

سعی کن سرگرمی های دیگه ای به جز اینترنت واسه خودت درست کنی.
ببین تلویزیون چه برنامه هایی میده که تو دوستشون داری. اون برنامه
ها رو پیگیری کن.

مسئولیت چند تا از کارهای خونه رو بپذیر تا وقتت بیشتر پر شه.
برو چند تا کتاب خوب و سرگرم کننده که موضوعشون دوست داری بخر
یا از کتابخونه محل امانت بگیر و هر روز چند صفحه ای از اون ها رو

مطالعه کن.

خلاصه یکی از مشکلات اصلی شما نداشتن سرگرمی های خوب و مفرحه. وقتتو تا می تونی با کارهای متنوع پر کن.

یه مدت طول می کشه که فکرت از تصاویر بد پاک بشه، ولی این اعصابتو خورد نکنه.

روزی ۹ صفحه از کتاب مقاوم شو رو با دقت بخون.

خدا گناهو حروم کرده، چون گناه، باعث غمگینی و افسردگی و دوری از موفقیت میشه. به خدا بگو خدایا من تلاش می کنم که عادت های

بدمو کنار بذارم، تو هم این مشکلاتی که واسه من به وجود اومده رو

برطرف کن. بهت قول میدم خدا همه شو راست و ریست می کنه. از این بابت، اصلا اصلا نگران نباش.

موفق باشی

پاسخ

امیر حسین



۱۳۹۹/۹ بهمن در ۱۳:۲۲

سلام حاج آقا . یکی از چیز هایی که خیلی فشار میاره به من و اضطراب وارد میکنه کنکور هست ،حدود ۵ ماه دیگه تا کنکور مونده . من الان تازه ترک رو شروع کردم ،آیا میتونم در دوران ترک مطالعه مفید داشته باشم علاوه بر اینکه حافظه در این دوران عادت ضعیف شده.

پاسخ

مهدوی



۱۱/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۶:۱۲

سلام. به نظرم بهترین روش برای برنامه ریزی درسی، روش قلمچی. من با این روش از طریق کتاب «دفتر برنامه ریزی به روش قلمچی» آشنا شدم. خودم این روشو خیلی تست کردم. واقعا ویژگی های مثبت زیادی داره و جواب میده. استرسم بزار کنار. تو تلاشتو بکن و هر چی شد شد. کنکور غول نیست. کنکور، مسئله مرگ و زندگی نیست. یه نکته هم بگم درباره ورزش. ورزش خیلی تو کاهش استرس موثره. حتما انجامش بده.

پاسخ

حسین



۵/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۶:۵۰

سلام من یه ۱۰ روزی میشه که شروع کردم به ترک غسل هم کردم ولی یه روز دیدم بعد ادرارم مایع منی ازم خارج شد قبلش هیچ کاری نکردم و عکسو فیلمی هم ندیدم میخوامستم بدونم این تو دوران ترک طبیعیه یا نه و من بعدش باید چیکارکنم؟؟

پاسخ

مهدوی



۶/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۳۶

سلام رفیق. آفرین که داری با عادت بدت می جنگی 😊🔥
سعی کن به کمربت خیلی فشار نیاری (چیز سنگین بلند نکنی). آرامشتو حفظ کن. بیشتر بخند و شاد باش. مایعات بیشتر مصرف کن. ان شاء الله مشکلات حل میشه.

پاسخ

فراز



۵/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۱:۵۹

سلام. امکانش هست توضیح مختصری بدین در این رابطه که چطور ترک خ.ا.
رو شروع کنیم و ارادمون رو هم تقویت کنیم؟

پاسخ

مهدوی



۶/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۵۰

سلام. اراده یه عضله است. احتیاج به استراحت داره. پس خواب شب خیلی مهمه. نباید تا دیر وقت بیدار باشید. صبحانه حتما قبل ساعت ۱۰ بخورید. نباید به خودتون گرسنگی بدید. بین وعده های غذایی تون زیاد فاصله نیفته. روزانه حتی شده ۱۰ دقیقه ورزش کنید. اگه زیاد در معرض وسوسه قرار بگیرید، نیروی اراده تون خسته میشه و دیگه نمی تونه

جلوی شهوت وایسه. پس وسوسه ها رو از بین ببرید. چطوری؟ مثلا با حذف برنامه های آلوده از گوشی (مثل اینستاگرام، فیلترشکن و...). زمان حمام کردنتون رو خیلی کوتاه کنید. برای خودتون جدول ترک گناه درست کنید (توی سایت فایلشو گذاشتم). توصیه زیاده. حالا به همینا عمل کن. امیدوارم موفق باشی 🌸😊

پاسخ

علی



۲/بهمن/۱۳۹۹ در ۰۹:۰۰

سلام آقای مهدوی

من نمیدونم دقیقا چند روزه پاکم ولی از ۳۰ روز به بالاست، خیلی قشنگ ترک کرده بودم چندین بار هم شهوات روم فشار آورد که من با صبر و تحمل ازش گذشتم تو این مدت فک کنم ۲ ثانیه هم فکر بد نکردم، واقعا به لطف خدا خیلی خوب اومدم جلو تا این که تو این یکی دو روز گذشته به حالت خاصی داشتم نمیدونم شایدم من به کم بی احتیاطی کردم تا این که برا اولین بار چندتا سرچ کردم و فقط چندتا عکس بد که خیلی چیزی مشخص نبود دیدم که به کم شهوتی شدم بعدش اومدم بیرون و پایتخت نگاه کردم و تا اومدم بخوابم یک راست رفتم سمت پورن و نگاه کردم و در طول ۱ ساعت دو بار خ ا کردم و امروز صبح هم که بیدار شدم نگاه پورن کردم و خ ا کردم، الان دقیقا ریشه خ ا رو میدونم ولی آقای مهدوی من واقعا میدونم که دیگه نمیتونم جلوی خودمو بگیرم مثل روز برام روشنه دیگه من باید هر روز یا یک روز در میون با پورن خ ا کنم خواهش میکنم واقعا به راهنمایی درست و حسابی منو کنید تا این ذهنم که خیلی خراب شده رو درست کنم در ضمن تو یکی دو روز گذشته هم خیلی دلم لک زده بود برا

پورن، خواهشا خیلی خوب جوابم رو بدید

پاسخ

مهدوی



۶/ بهمن/ ۱۳۹۹ در ۱۴:۱۲

سلام. دیدن پورن از خ.ا بیشتر ضرر داره. خیلی ضرر داره. خیلی. ولی اگه اراده کنی میشه ترکش کرد. بعله، وقتی ترکش کنی، ممکنه دلتنگش بشی. می دونی چرا؟ چون عین مواد مخدر اعتیاد آوره. راه ترکش هم اینه که هر وقت هوس دیدنشو کردی، به خودت بگی علی، این همه دیدی. چی شد آخرش؟ به کجا رسیدی؟ چی گیرت اومد؟ ولش کن.

متوجه شدی؟

باید با اون کودک درونت صحبت کنی و متوجهش کنی که این کار به صلاحش نیست.

هر وقت از یه موقعیت گناه گذشتی، به خودت (به اون کودک درونت) به جایزه بده.

بذار یه خاطره خوب براش ایجاد بشه.

در طول روز، آب زیاد بخور. دستشویی خودتو اصلا نگه ندار. حتی شده روزی ۱۰ دقیقه ورزش کن. ورزش قرص آرامش بخشه.

شاد بودن و احساس خوب داشتن برات خیلی مهمه. هر شب از خودت بپرس امروز آیا از زندگی لذت بردم یا نه؟ اگه گفتی نه، حتما فردا سعی کن بیشتر بخندی یا بیشتر بهت خوش بگذره.

وقتی تحریک شدی، از اون محیط و موقعیت، زود خارج شو.

از اینترنت فقط و فقط برای کارهای ضرورت استفاده کن.

در حضور جمع برو تو اینترنت نه تو تنهایی.
موفق باشی 🌸❤️

پاسخ

امیرحسین



۱۳۹۹/دی/۳۰ در ۰۰:۱۰

سلام خدا قوت ممنون از کانال خوبتون
بخشید کسی که مبتلا به خود ارضایی هست، اگر ازدواج کنه مشکلش حل
میشه؟
چون من شنیدم وقتی طرف مبتلا هست بعد ازدواج هم به مشکل میخوره
و باید خود ارضایی کنه
و یا اینکه ممکنه نتونه شریک جنسی اش رو ارضاء کنه و وظیفه جنسی اش
رو نتونه به خوبی انجام بده

پاسخ

مهدوی



۱۳۹۹/بهمن/۱ در ۱۳:۱۰

سلام دوست خوبم. چه سوال خوبی پرسیدی. فکر می کنم سوال خیلی
از بچه ها باشه.
اگه قبل از ازدواج، خ.ا رو ترک کنی، هیچ مشکلی توی رابطه جنسی با

همسر آینده ات به وجود نیاید. بهت قول میدم.

اما اگه ازدواج کنی و خ.ا هم بکنی، قطعاً توی زندگی مشترکت به مشکل برمی خوری.

چیزی که باعث میشه آدما بعد ازدواج هم خ.ا کنند، این هاست:

۱- اعتیاد به خ.ا (که قبل ازدواج باید برطرف بشه)

۲- دیدن عکس و فیلم مستهجن (چون به شدت اعتیادآور و اصلاً مغز آدمو عوض می کنه).

۳- نداشتن مهارت حل مسئله و شخصیت ضعیف داشتن (باید زودرنجی رو بذاری کنار، هیچ مشکلی رو بدون راه حل نبینی و...)

۴- بلد نباشی چطور حالتو خوب کنی

۵- افسردگی شدید، ناامیدی شدید

و...

یه نکته هم بگم. تا وقتی تو خ.ا باشی، آینده رو بد می بینی. به جای

فکر کردن به مشکلات احتمالی آینده، سعی کن حالتو خوب کنی و خ.ا رو

بذاری کنار. بهت قول میدم روز به روز قوی تر و امیدوارتر بشی.

پاسخ

طاها



۲۸/دی/۱۳۹۹ در ۲۱:۵۰

سلام. من ۱۶ساله و از وقتی که یادمه به این گناه دچار بودم.

خیلی توبه کردم ولی هر دفعه شکستم ، بیشترین مدت پاکیم نزدیک دو ماه

بوده ولی توی خواب همین اتفاق برام افتاد و بعدش دوباره توبمو

شکستم.واقعاً نمیدونم چکار کنم و اراده هم اصلاً ندارم و نمیدونم چطور

ترک و توبه رو شروع کنم. اگه میشه کمی راهنمایی کنید

همه ی اطرافیان فکر میکنن که من آدم پاکیم و گناهی انجام نمیدم و من

از این بابت خیلی شرمندم هم پیش خدا هم پیش خودم. برای شروع ترک و برای افزایش اراده ام باید چکار کنم؟

پاسخ

مهدوی



۱/ بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۳۰

سلام طاهای عزیزم. راه های تقویت نیروی اراده و توصیه های من:

- ۱- خواب شب‌تو درست کن. دیر نخواب. هر شب خوب بخواب.
- ۲- حتما ورزش یا حداقل پیاده روی انجام بده. باعث میشه این حالت غمگینیت از بین بره و سر حال شی. منتها قبل خواب شب، ورزش نکن.
- ۳- در طول روز آب زیاد بخور.
- ۴- دستشویی ات رو اصلا نگه ندار.
- ۵- اگه یبوست داری، حتما برطرفش کن (خاکشیر بریز داخل آب گرم و یه لیوان صبح و یه لیوان بعد از ظهر بخور تا وقتی یبوستت از بین بره).
- ۶- نمازاتو بخون (هرچند سریع و باعجله ولی بخون. اگرم که با حوصله می خونی، خیلی عالیه. ادامه بده).
- ۷- هر روز برای خودت برنامه ریزی کن. نذار وقتت خالی بمونه. حتی شده با بازی های کامپیوتری خودتو سرگرم کن.
- ۸- فیلم آموزشی منطقه های اطراف خ.ا رو ببین (داخل سایت هست). توصیه زیاده. امیدوارم موفق باشی

پاسخ

دلچک



۱۹/دی/۱۳۹۹ در ۲۳:۲۷

چرا کانال تگرام نمیزنید؟! لطفا بهش فکر کنید که بزنیید

پاسخ

مهدوی



۱/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۳۳

تلگرام باعث گناه بچه ها میشه.

پاسخ

بی نشان



۱۳/دی/۱۳۹۹ در ۰۷:۰۹

سلام حاج اقا

من حدود دو ماهه که ترک کردم، اما از آینده و ازدواج میترسم، ترس این رو دارم که ازدواج کنم و بقیه متوجه بشن، میشه راهنماییم کنید؟ ممنونم 🌸
چون یه جایی خونده بودم کسایی که این گناهو انجام میدن ممکنه بعد ازدواج توی روابطشون مشکل پیدا کنن.

پاسخ

مهدوی



۱/ بهمن/۱۳۹۹ در ۱۳:۴۷

سلام. وقتی ترک کردی، از هیچی نترس. مگه با خدا معامله نکردی؟ خدا هواتو داره. نگران نباش. بعد ترک، تو پاک پاک پاک میشی. انسان ممکن الخطاست. به هر حال گاهی آدم تو زندگی اشتباهاتی انجام میده. نباید تا آخر عمر که خودتو ملامت کنی. ولش کن. الانتو بچسب. از زندگی و از خدا لذت ببر.

پاسخ

ناشناس



۲/ دی/۱۳۹۹ در ۲۳:۰۸

سلام
من ۱۴ ساله
خیلییی خوشحالم با کانال و سایتتون آشنا شدم
من ایمیل ندارم
دخترم
من تا الان نمیدونستم اصلا دقیقا خودارضایی چیه و باید بعدش غسل
کنیم
الان گناه کردم؟ اَخه شنیده یودم میشه یه غسل کرد به نیت کل غسل هایی
که نکردیم
و یه سوال دیگه

من میترسم

تورو خدا بگید عوارضش خیلی بده؟

خوندم جواباتونو به پیامما که گفتید درست میشه ولی خواهشا به منم بگید

ارامش خاطر ندارم

لطفا جوابمو بدید ممنونم

پاسخ

مهدوی



۱/ بهمن/ ۱۳۹۹ در ۱۴:۰۲

سلام. اگه به نیت همه غسل های جنابتی که به گردن داری، یه غسل

جنابت کنی، کافیه.

اگر خ.ا رو ترک کنی، هیچ مشکلی برات به وجود نمیاد. نگران نباش.

پاسخ

الهه



۲۹/ آذر/ ۱۳۹۹ در ۱۱:۱۹

سلام حاج آقا

یک سوال میخوام بپرسم

من نزدیک به ۵ ساله که چشمم با سرعت زیادی ضعیف شدن

بخاطر خودارضایی هست؟

اگه من ترک کنم ممکنه شماره چشمم برگرده؟

یک سوال دیگه هم دارم

من خوابم هم خیلی زیاد شده یعنی هرچی میخوابم خستگی از تنم درنمیره
اینم بخاطر خودارضایی هست؟

پاسخ

سالار



۱۳/دی/۱۳۹۹ در ۱۵:۰۳

بله بر میگردد لطفا کمتر به دکتر ها برو

پاسخ

محمد در حال ترک



۷/شهریور/۱۴۰۰ در ۰۵:۰۵

سلام حاج آقا اگر من ۳ ماه این گناه رو ترک کنم دیگه عوارض
گودی چشم و.. از بین میره؟ همه ازم سوال میکنند تو مگه چیکار
میکنی انقدر زیر چشمات گود انقدر خجالت میکشم ولی چه کنم 😭

پاسخ

مهدوی



۷/ شهریور/ ۱۴۰۰ در ۲۰:۱۴

سلام. بله از بین میره. حالتو خوب کن. با تفریح. با ارتباط با خدا. با ورزش.
ببین چه چیزهایی باعث میشه خ.ا کنی. اون ها رو شناسایی کن، بعد برطرفشون کن.
موفق باشی

پاسخ

مهدوی



۱/ بهمن/ ۱۳۹۹ در ۱۳:۵۲

سلام. عوارض جسمی خ.ا بعد ترکش به مرور برطرف میشه.

پاسخ

Rahil



۷/ بهمن/ ۱۳۹۹ در ۱۶:۵۵

سلام

واقعا اگر ترک کنیم همه چیز درست میشه؟
آدمی که تمام مراحل رو بلده و میدونه این کار بده و دوست داره ترک

ولی نمی تونه و باز هم میره سراغش چیکار باید کنه؟

پاسخ

علی



۱۳۹۹/آذر/۲۱ در ۰۶:۰۴

سلام الان ساعت ۶ صبح روز ۲۱ آذر هست دیشب تا صبح چهار بار خ ا کردم روزهای قبل هم روزی دو بار با پورن خ ا کردم دیروز از کمر درد و بی حالی داشتم میمردم ولی بازم شبش چهار بار خ ا کردم، امروز برای اولین بار نمازم قضا شد، من دیگه رسیدم به آخر خط درسته از خودکشی میترسم ولی دوس دارم بمیرم، دیگه هیچ نشونه امید، شادی، عشق در من نیس من شدم به شیطونن تمام عیار، دیگه شیطون منو رها کرده خودم دیگه دارم تو مسیرش میرم، من یک ماه پیش ترک ۵۰ روزه داشتم ولی الان تا ته خ ا رفتم،

پاسخ

حسام الدین جلالی



۱۴۰۲/۴/۲۰ در ۰۰:۰۲

سلام دوست عزیز
ناراحتی بعد از گناه خیلی خوبه
نشون میده هنوز از گناه بدت میاد و دچار قساوت قلب نشدی

اما باید مراقب باشی شیطان این ناراحتی رو تبدیل به ناامیدی نکنه
عزیزم گناه ناامیدی از گناه خودارضایی بزرگتره
خدا خیلی ما رو دوست داره
حتما از خادم کانال وقت مشاوره بگیر
آیدی خادم در ایتا

@hasan110135

پاسخ

یه بنده خدا



۱۰/آذر/۱۳۹۹ در ۱۰:۰۲

سلام خدایم 🌹

اگه یه کسی به علت انجام همین گناه به واریکوسل دچار شده باشه باید چه
کار کنه ؟
من نصف دلیلی که نمیتونم این گناه رو ترک کنم ناامیدی از درمان همین
بیماریه !

پاسخ

محمد



۲۱/آذر/۱۳۹۹ در ۱۸:۰۰

این بیماری چیه، هرکس خودارضایی کنه اینجوری میشه ، یعنی درمان

نداره ؟

پاسخ

مهدوی



۱۷:۴۳ در ۱۴۰۲/۳ خرداد

سلام. خودارضایی معلوم نیست که باعث واریکوسل میشه یا نه. بنابراین الکی خودتو هی ملامت نکن که آره من باعث شدم واریکوسل بگیرم. نکته دوم اینکه حداقل به دو تا دکتر اورولوژی مراجعه کن تا مطمئن بشی که واقعا این بیماری رو داری. چون بعضی دکترها الکی به آدم، مریضی می چسبونند (سهوا یا عمدا).

پاسخ

حسام الدین جلالی



۰۰:۰۸ در ۱۴۰۲/۴ خرداد

سلام دوست عزیز
بیماری واریکوسل با یک عمل ساده درمان می شود
غصه نخور

پاسخ

یا صاحب الزمان ادرکنی(فقط بخاطر شما)



۱۷:۴۹ در ۱۳۹۹/آذر/۵

سلام

حاج آقا بعد از ۶ روز پاکی دوباره.... 🙄🙄🙄

چکار کنم خیلی ناراحتم

از دست خودم

آخه موقع گناه چند بار

توی ذهنم با خودم میگفتم

الان خدا داره میبینه

امام زمانت چی

ولی....

اصلا برام مهم نبود انگار

وای خیلی ناراحتم

چکار کنم

باورتون میشه خودم گفتم موقع وسوسه باید برنامه روزه یار رو فعال کنم

ولی یادم رفت

خدایا من رو ببخش...

پاسخ

مهدوی



۱۸:۵۲ در ۱۳۹۹/آذر/۶

سلام. باید یه کاری بکنی تو شرایط گناه قرار نگیری. وگرنه بعد غلبه شهوت، گناه نکردن خیلی سخت میشه.

پاسخ

یا صاحب الزمان ادرکنی(فقط بخاطر شما)



۱۹:۰۵ در ۱۳۹۹/آذر/۶

آقای مهدوی دیشب دوباره اون کار انجام دادم
یعنی دو بار در یک روز
خیلی وحشتناک بود
ولی بار دوم موقع غسل خدا یه جرقه توی ذهنم زد قبلش خیلی نا
امید بودم اما بعد خیلی شاد شدم
تصمیم گرفتم هر روز محاسبه نفس داشته باشم هر جا نفسم پیروز
شد بخودم امتیاز منفی و اگه من پیروز شدم امتیاز مثبت میدم
و اینکه با برنامه شما کروم رو بستم و فقط برای مواقع ضرورت
بازش میکنم

پاسخ

مهدوی



۱۹:۱۲ در ۱۳۹۹/آذر/۶

فکر کنم کتاب مقاوم شو رو نخوندی. حتما بخونش. روزی ۹ صفحه با دقت.

پاسخ

یا صاحب الزمان ادرکنی(فقط بخاطر شما)



۶/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۰۸

حاج آقا یه بار کامل خوندمش ولی خیلی وقته
خب چشم حتما میخونم دوباره

یا صاحب الزمان ادرکنی(فقط بخاطر شما)



۲/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۴۸

به نام خدا
سلام حاج آقا مهدوی
هدایا فوق العاده هست

مخصوصا روزه یار گوشی
من ۱ دقیقه فعالش کردم فکر کردم که تا فردا صبح فعال شده خیلی
ترسیدم بعدش دیدم درست شد



حاج آقا این برنامه واسه افرادی که واقعا دنبال ترک هستن و در عین حال
زود وسوسه میشن وارد سایت ها.... بشن و.... خیلی مفیده

اگر کسی دید داره وسوسه میشه اندازه ۱۰ دقیقه ۲۰ دقیقه این برنامه رو فعال کنه دیگه وسوسه نمیشه
واقعا دستتون درد نکنه عالیه

پاسخ

یازینب



۳/آذر/۱۳۹۹ در ۲۸:۰۰

سلام. درسته این سایت واقعا عالیه. بدون هیچ چشم داشتی خدمات ارائه میدہ. واقعا ممنونم 🌻🌻

پاسخ

محمد



۳۰/آبان/۱۳۹۹ در ۲۲:۵۷

سلام

من امروز هشتاد روز رو تموم کردم(صادقانه)

ولی به تازگی نمیدونم چرا بعضی اوقات به دستورزی دچار میشم
انگار تقرب قبلی خودم به خدا رو از دست دادم

ولی هنوز همون رویه قبلی و زیارت عاشورا و... رو انجام میدم

نمیدونم چرا
میشه راهنمایی کنید؟!

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۱۹:۴۷

سلام. آفرین که نزدیک ۳ ماهه پاکی. عالیه. این یعنی تو شایستگی موفقیت رو تا حدود زیادی در خودت به وجود آوردی. محمد جان، تحریک کردن خود با دست، یعنی ورود به منطقه قرمز. منطقه قرمز خیلی جای خطرناکیه. فکر نکن تو قوی شدی و دیگه تو دام گناه نمی افتی. حواست باشه که شیطان برات نقشه کشیده. نکته آخر اینکه علت ورودت به منطقه قرمز، به احتمال خیلی زیاد اینه که وارد منطقه زرد ویا نارنجی شدی. چک کن بین چی باعث شده که وارد منطقه زرد ویا نارنجی بشی. بعد برطرفش کن. می دونم که می تونی.

پاسخ

محسن



۳۰/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۱

سلام. لطفا در مورد کنترل ذهن صحبت کنید. اگه کسی هیچ فیلم بد و

رمان بدی نخونه ولی ذهنشو نمیتونه کنترل کنه از رمانای بد قبلی اون باید
چیکار کنه 😊

پاسخ

مهدوی



۱۹:۵۸ در ۱۳۹۹/آذر/۱

سلام. کنترل ذهن دو جوره. کنترل ذهن در طول روز و کنترل ذهن شب
ها قبل خواب.

در طول روز، ما چند تا تکنیک برای کنترل ذهن داریم، مثل تکنیک بی
محلی کردن به فکرهای بد و انجام کارها و وظایف روزمره، تکنیک انجام
فعالیت های خوشایندی که نیاز به تمرکز خاصی نداره، تکنیک فکر کردن
به احساسات بد بعد از انجام گناه و غیره که در ص ۶۳ و ۶۴ کتاب
مقاوم شو همشون رو کامل توضیح دادم.

اما درباره کنترل ذهن قبل خواب، در ص ۴۱ کتاب مقاوم شو، وسط
صفحه توضیحاتی دادم. این پست های سایتیم اگه بخونی، خیلی خوبه:

<https://formoolerahaee.ir/category/sleep>

نکته آخر اینکه، فقط زمان و دعا می تونه اثرات گناه های گذشته (مثل
خوندن رمان های بد، تماشای فیلم و عکس بد) رو پاک کنه.

موفق باشی 🌸❤

پاسخ

علی امیدی



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۱:۱۵

سلام من تا ۲۰ روز پاکی رسیدم ولی نتونستم الان خیلی کمه پاکیم به جای این که هم بشینم کتاب بخونم کارای چرت انجام میدم 😞😞😞

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۲۰

سلام. کارهایی که به نظرت بزرگ میاد رو تقسیم کن. بعد روزی یه قسمتش رو انجام بده. اسم این تکنیک، تکنیک کوچک کردن کارهای بزرگه.

پاسخ

علی



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۱:۰۲

سلام آقای مهدوی الحمدلله چشم من تحمل پورن رو نداره ولی بنده از فیلم های خارجی بد جور ضربه خوردم و اونم ترک کردم اما تخیلم دهنم رو سرویس کرده همه چیز رو ضبط کرده به صورت داستان از جلودم رد میکنه و بعدش منو به سمت فیلم خارجی سوق میده
آخه من چکار کنم؟؟

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۱۵

سلام علی جان. دیگه فیلم خارجی نبین. قبلا به این سوال جواب دادم.
مراجعه کن به:

<https://formoolerahaee.ir/question-and-answer/#comment-۲۶۳>

پاسخ

امیر



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۳۷

سلام. برای تقویت حافظه باید چی کار کنیم چی بخوریم

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۲۵

سلام امیر جان. ترک گناه. خوندن قرآن. ورزش. کمک به پدر و مادر.

پاسخ

علیرضا ۱۲



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۲۷

سلام آقای مهدوی برای اینکه به فیلم های گذشته که دیده ام فکر نکنم
چیکار کنم فیلم این مواد مخدره همش یادم میان

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۲۰:۲۸

سلام علی جان. اولاً به خودت قول بده که دیگه فیلم بد نبینی. چون
همون طور که خودت میگی مثل مواد مخدره و اعتیاد آوره.
دوماً قبلاً به این سوال جواب دادم. مراجعه کن به:

<https://formoolerahaee.ir/question-and-answer/#comment-۲۶۳>

پاسخ

الهه



سلام آقای مهدوی خسته نباشید
میشه توضیح بدید ارضا شدن در دختران چه نشونه‌ای داره؟
اگه هنگام انجام خودارضایی دیگه ادامه ندم هم غسل واجب میشه؟

پاسخ

مهدوی



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۱۹

سلام. آیت الله خامنه ای، رهبر عزیزمون میگه:
مایعی که زن در هنگام اوج لذت جنسی می‌بیند، حکم منی را دارد و باید
غسل نماید، و اگر شک کند که به این مرحله رسیده یا نه و یا شک در
خروج مایع داشته باشد، غسل واجب نیست.
یعنی غسل جنابت در خانم ها دو تا نشونه داره:
۱- خروج رطوبت و ۲- رسیدن به اوج لذت (یعنی دیگه میل به ادامه خ.ا.
تو اون لحظه نداری)
اما جواب سوال دومت:
نه، غسل واجب نمیشه. چون به مرحله خروج رطوبت و بی میلی به
ادامه خ.ا نرسیدی. ولی بدون که تحریک کردن خود، گناه داره.
منابع:

<https://farsi.khamenei.ir/news-content?id=۲۶۷۷۵>

<https://www.islamquest.net/fa/archive/fa۲۹۷۱>

پاسخ

مبارز



۱۵:۳۲ در ۱۳۹۹/آبان/۲۹

سلام آقای مهدوی یه سوال داشتم : ((آقای مهدوی اینجا کسی هست که موفق به ترک شده باشه))؟؟؟

پاسخ

میم آل



۲۰:۳۸ در ۱۳۹۹/آبان/۲۹

سلام بله من بیشترین مدت پاکیم یکسال بود

پاسخ

مبارز



۱۱:۲۵ در ۱۳۹۹/آذر/۳

سلام. چطوری؟!
از تجربه هات برام بگو



پاسخ

محمد حسین



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۴۵

تا ۲۰۰۰ روز داشتم
الانم چند ماهی هست پاکم، خدا بخواد دیگه برنمیگردم

پاسخ

امیرحسین



۲۹/آبان/۱۳۹۹ در ۲۲:۰۲

سلام. من ۴ ماه و خورده پاک بودم، ولی باز دچارش شدم. الان نزدیک سه ماهه باز پاکم. دیگه مثل قبل تحریک نمیشم و خداروشکر تا الان طاقت آوردم. امیدوارم با کمک خدا، و تلاش خودم، پاکیم باقی بمونه.
موفق باشی ❤️

پاسخ

ali



۳۰/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۲۱

مدت پاکی من ۲۷ روز و ان شاءالله تا پایان عمرم بتونم توفیق پاکی داشته باشم
از شما آقای مهدوی بابت کتاب و مشاوره ها و سایر زحماتتون تشکر میکنم

پاسخ

مبارز



۱۳۰/۳/۱۳۹۹ در ۱۲:۵۰

سلام دوستان بسیار متشکرم که پاسخ دادید به پیامم 🙏🌹

پاسخ

محمد حسین



۱۳۰/۳/۱۳۹۹ در ۲۲:۵۴

سلام رفقا

من بیشترین مدت پاکیم دو سال و نیم بود.
ولی دلایلی که دوباره برگشتم به این کار رو براتون میگم.
به نظر خودم مهمترین دلایلش غروری بود که داشتم، به خودم میگفتم
من هر کاری کنم خودارضایی نمیکنم به هیچ وجه، و میگفتم شیطان
اصلا نمیتونه به من رسوخ پیدا کنه و وارد من بشه، و خیلی خیلی غرور
داشتم تو این زمینه.
و یکی دیگه از دلایلش رفتن به سمت رفیق نا باب بود. البته خیلی کم کم

و ذره ذره وارد این جو شدم. جوری که اصلا متوجه نمیشی. بعد هم که وارد این جمع شدم کم کم کنترل ورودی ها رو کنار گذاشتم و دوباره بعد از ۲ سال مرتکب این کار شدم. الان دوباره تصمیم گرفتم ترک کنم. برام دعا کنید...

پاسخ

مهدوی



۱/آذر/۱۳۹۹ در ۱۹:۵۱

سلام. چه قدر خوب، خودت و عادت بدت رو شناختی. آفرین. این خیلی خوبه. چون بدون شناخت حریف، نمیشه شکستش داد. برات آرزوی موفقیت می کنم دوست عزیزم. بچه ها از تجربه این دوستانمون استفاده کنید.

پاسخ

مهدی



۴/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۵:۴۵

سلام خسته نباشی بزرگوار. جسارت نشه ولی به نظر من این سوال اشتباه هست. معلومه که تو ایران و دنیا خیلی ها ترک کردن خیلی ها دارن ترک میکنن خیلی ها هم بعدا توفیق ترک و توبه از این کار پیدا میکنند.

نامیدی به قول استاد پناهیان بزرگترین گناه کبیره است.
خود من پارسال به بالای پنج ماه رسیدم و چند هفته و چند ماه هم تو
این سال ها زیاد داشتم
نماز و روزه همه قبول
التماس دعا

پاسخ

مهدی



۱۴/اردیبهشت/۱۴۰۰ در ۵۵:۵۵

سلام
بله با تلاش و تمرین و توکل به خدا و توسل به اهل بیت علیهم السلام
چرا نشه؟
نامیدی بزرگترین گناه کبیره است
من پارسال به بالای پنج ماه رسیدم

پاسخ

مبارز



۲۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۴۲

سلام آقای مهدوی. آقای مهدوی (خ-ا) روی حافظه و بی اختیاری در ادرار
تاثیر داره؟

پاسخ

مهدوی



۲۷/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۲۳

سلام. بله، حافظه رو ضعیف می کنه. برای ادرار هم مشکلاتی ایجاد می کنه.

پاسخ

علی



۲۵/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۳۹

سلام آقای مهدوی من یه هفته پیش پیام دادم که بعد از ۵۰ روز با پورن خ ا کردم، بعد پیام دادم با شناختی که از خودم دارم میدونم که دیگه پورن دست از سر من بر نمیداره، الان بعد از اون روز دو بار دیگه با پورن خ ا کردم. آقای مهدوی فیلم پورن رسوخ کرده تو ذهنم و دست از سرم بر نمیداره. بخدا من خیلی سعی میکنم ولی واقعا معتاد شدم بهش واقعا نمیدونم چیکار کنم. امروز ۲ ساعت نشستم نگاه کردم و ۳ بار خ ا کردم. واقعا آقای مهدوی اگه راه حل درست و حسابی دارید برای پاک شدن و درمان بهم بگید بابا من مثل معتاد شدم واقعا پورن دست و پای منو زنجیر کرده

پاسخ

مهدوی



۱۱:۱۸ در ۱۳۹۹/آبان/۲۶

سلام علی جان. چند تا نکته بهت بگم.

۱- همه فیلم های تحریک کننده ای که سیو کردی رو پاک کن.
۲- تو داری از بیکاری خیلی ضربه می خوری. وقتت رو پر کن. تو کتاب
مقاوم شو هم توضیح دادم که ترک خ.ا در حالت بیکاری تقریبا غیر
ممکنه.

۳- فیلترشکن و اینستاگرام رو از گوشیت حذف کن.

۴- واسه گوشی خودت اصلا اینترنت نخر. اگه کار ضروری ای داشتی
وصل شو به نت یکی از اعضای خونه و کارتو زود انجام بده و بیا بیرون.
۵- اگه کار مهمی تو اینترنت نداری، ازش استفاده نکن. یعنی فقط واسه
کارهای مهم و ضروری از نت استفاده کن.

۶- تو کارهای خونه بیشتر کمک مامان کن. حتی تو شستن ظرف. این
طوری وقتت هم پر میشه.

۷- یه پوشه تو گوشیت درست کن و هر وقت خ.ا کردی، صداتو ضبط کن
و بفرست تو اون پوشه. توی این صوت ها حس و حال بدت رو بگو.
۸- هر وقت هوس گناه کردی، برو حرف های خودتو که ضبط کردی گوش
بده.

موفق باشی 🌸😊

پاسخ

علی



۱۷:۰۵ در ۱۳۹۹/آبان/۲۶

آقای مهدوی من فیلم تو گوشیم ذخیره نکردم. ولی موقعی که وسوسه میشم میرم فیلتر شکن دانلود میکنم ای کاش این سایت فیلتر شکن فیلتر میشد
در مورد بیکاری هم من از صبح تا ظهر مغازه هستم و ظهر به بعد بیکار ولی همین تو مغازه هم خیلی وقت بیکاری دارم، دوس دارم زبان بخونم به نظر شما استاد گرامی برای زبان خوندن در مغازه از چه موسسه یا کتابی استفاده کنم

پاسخ

مهدوی



۲۷/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۴۰

همه آدمای گاهی واسه گناه کردن وسوسه میشن و خدا به همه آدمای قدرت مقاومت جلوی وسوسه ها رو داده.
اگه می بینی مقاومت برات خیلی سخته، به دلیل اینکه تو منطقه زرد ویا نارنجی هستی. این نکته رو من بارها گفتم.
نکته بعد اینکه باید سعی کنی وقتت رو با فعالیت های مختلف پر کنی. این خیلیییییی مهمه. تا کی می خوای از این ناحیه ضربه بخوری رفیق؟!
من تو کامنت قبلی توصیه های خیلی خوبی بهت کردم.
سعی کن موقع بیکاری، سمت اینترنت نری. این همه کار دیگه هست. وقت آزاد و تنهایی خودتو واسه خودت پله کن.
درباره زبان هم کتاب های تاپ ناچ خیلی خوب اند.

پاسخ

علیرضا ۱۲



۲۳/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۰۰

سلام آقای مهدوی امیدوارم حالتون خوب باشه
آقای مهدوی من در طول روز درس میخونم و خودم رو سرگرم میکنم ولی
وقت های که برای استراحت است فکر تحریک کننده میاد سراغم همش.
فیلم های که دیدم میاد تو ذهنم و میگم چه لذتی داره این فیلمها چیکار کنم
شنیدم میگن تو همه حال امام زمان ما را میبیند این باعث شده که دست
به خا نزنم ولی فکرش اذیت میکنه

پاسخ

مهدوی



۲۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۳۱

سلام علیرضا جان. امام علی (ع) می فرمایند: هوا و هوس از بیکاریه
(مقاوم شو، ص۶۰). بیکاری کلا خیلی چیز بدیه. بهت توصیه می کنم
برای زمان های خالی و استراحتت هم برنامه ریزی کن تا هیچ وقت بیکار
نباشی که شیطون بیاد وسوسه ات کنه.
همیشه یا کار مفید کن یا تفریح کن. هیچ وقت معطل و بیکار نباش.

پاسخ

عليسان



۲۳/آبان/۱۳۹۹ در ۱۹:۵۸

درود ، وقتتون بخیر ممنون از سایت خوبتون.
نظرتون در مورد روش ترک من چیه؟
من اول از ترک پورن شروع کردم و فعلا موفق بودم.
بعدش که پورن ترک شد می‌خوام برم ، تنهایی رو ترک کنم. تنهایی خیلی
چیز بدیه! بعد از ترک تنهایی و عادت کردن به تنها نبودن میرم سراغ مرحله
آخر یعنی مبارزه با افکار منفی و فشار جنسی .
عامل خ ا من فقط همین سه تا هستن؟

پاسخ

مهدوی



۲۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۴۵

سلام رفیق. نقطه ضعف هایی که باعث خودارضایی میشه، باید همگی با
هم برطرف شه. وگرنه شیطان میاد از اون نقطه ضعف های باقی مونده،
آدمو گول می زنه و دوباره به گناه مبتلا می کنه.

پاسخ

یا حسین



۱۸:۳۳ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

سلام

آقای مهدوی بعد از ۴۸ روز پاکی در عرض ۵ ساعت چهار بار خ ا کردم کمرم خیلی درد میکنه باید چی بخورم که جبران این انرژی بشه و بدنم مقوی بشه

پاسخ

مهدوی



۱۹:۵۷ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

سلام. معلومه نگاهت به زمین خوردن کاملاً غلطه. ص ۵۷ تا ۶۰ کتاب مقاوم شو رو حتما بخون. چیزی لازم نیست بخوری. به اعصاب مسلط باش. سعی کن حالتو خوب کنی. إن شاء الله بعد چند روز بهتر میشی.

پاسخ

علی



۱۴:۲۲ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

سلام بعد از ۵۰ روز پاکی امروز هم پورن دیدم هم خ ا کردم. آخه من چیکار کنم حالا از فردا هی فیلم پورن میاد تو ذهنم و باید خ ا کنم دیگه مطمئنم نمیتونم خودمو کنترل کنم من بعد ۵۰ رو بازم اومدم سمت پورن الان بعد یک روز بازم میام آقای مهدوی چه خاکی باید تو سرم بریزم

پاسخ

مهدوی



۱۹:۳۴ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

سلام علی جان. ۵۰ روز پاکی یعنی تو توانایی زیادی داری. بهت تبریک میگم که اینقد خوب تلاش می کنی. علی زمین خوردن به معنی پایان مبارزه نیست. به معنی باختن نیست. زمین خوردن یعنی تو نقطه ضعف هایی داری که باید اون ها رو بر طرف کنی تا دیگه شیطان نتونه زمینت بزنه. حتما ص ۵۷ تا ۶۰ کتاب مقاوم شو رو با دقت بخون.

پاسخ

....M



۰۰:۱۳ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

سلام و خدا قوت
استاد من سال کنکور هستم و خیلی درس دارم و اینکه متاسفانه هنگام درس خوندن هم با اینکه اصلا نمیدونم چرا همش تو یه حالت تحریکم و بدنم تو شرایط بدیه نمیدونم چجوری بگم واقعا من دوبار بیشتر خود ارضایی نکردم ولی یه مدت هرشب با یه نامحرمی چت کردم و آدم های مختلف و بااون ها راجب رابطه جنسی اینا صحبت کردم وعکس و فیلم چون همیشه سرم تو کارهای خودم و درس و کارهای فرهنگی بود خیلی

درباره مسائل جنسی چیزی نمیدونستم و خوب کنجاو نشده بودم ک درباره اش چیزی بدونم
اما الان متاسفانه درگیرم و یه کارهایی. انجام میدونم که نمیدونم خود ارضایی محسوب می شود یا نه
من نمیدونم چیکار کنم
خیلی درس دارم و خوب میخونم ولی همش تو حال تحریکی هم لطفا راهنمایی کنید

پاسخ

مهدوی



۲۰/آبان/۱۳۹۹ در ۱۲:۲۲

سلام. من اگه جای شما بودم، تو خونه درس نمی خوندم. می رفتم کتابخونه محل. چون به نظرم خونه جای درس خوندن طولانی مدت نیست. اگه خواستی تو خونه درس بخونی، حتما روزانه مدتی از خونه بیرون برو تا باد به کلت بخوره. اصلا هر روز عصر برو پارک بیست دقیقه بدو. ده دقیقه هم پیاده روی کن. این خیلی کمکت می کنه. چت با نامحرمو به خودت حرام کن. تو گروه های چت مختلط عضو نشو. از فیلتر شکن به هیچ وجه استفاده نکن. به اندازه درس بخون. نه زیاد و نه کم.

موفق باشی 🌸😊

پاسخ

....M



۱۶:۴۱ در ۱۳۹۹/آبان/۲۰

خیلی ممنون از پاسختون و اینکه الان تقریباً سه هفته اس ک از
خونه بیرون نرفتم و کتابخونه های شهرم کاملاً تعطیله
و تنهایی اجازه ندارم برم بیرون
حتی وقتی میرم رو حیاط تمرکز ندارم از بس سر و صدای بیرونه
واقعاً دارم تمام تلاشم رو میکنم
از همگی میخام که واسم دعا کنن
ممنون از شما جناب مهدوی خدا رفتگان شما روبامرزه

پاسخ

علیرضا۱



۱۴:۵۷ در ۱۳۹۹/آبان/۱۸

سلام آقای مهدوی امیدوارم حالتون خوب باشه با وجود کرونا حدود ماه ها
میشه قرنطینه هستیم تو قرنطینه باید چیکار کنیم چطوری در منطقه زرد
حاضر نشیم چون تفریح نکردن باعث حضور در منطقه زرد میشه و باعث
افسردگی میشه پس باید چیکار کنیم؟

پاسخ

مهدوی



۱۵:۵۲ در ۱۳۹۹/آبان/۱۸

سلام داداش عزیزم. تو کارهای خونه مثل شستن ظرف ها کمک مامان کن. خودش یه نوع تحرک محسوب میشه و حالتو بهتر می کنه. هر روز یا یه روز در میون برو پارک محل و پیاده روی کن. البته ماسک هم بزن. اگه پارکتون کوچیکه، تو یه زمان خلوت برو. برنامه های خوب تلویزیون رو پیدا کن و ببین. حتی داخل خونه می تونی ورزش کنی. ورزش دشمن افسردگیه.

پاسخ

علیرضا



۱۳:۴۷ در ۱۳۹۹/آبان/۱۶

سلام آقای مهدوی. با وجود تصاویر بعضی سایت های خارجی و فیلتر نبودن بعضی سایت های مستهجن باز هم نباید از فیلتر شکن برای مسائل کاری استفاده کرد؟

پاسخ

مهدوی



۱۲:۲۱ در ۱۳۹۹/آبان/۱۷

سلام علیرضا جان. استفاده از فیلتر شکن یعنی ورود به منطقه زرد. یعنی آسیب پذیری. لطفا بی خیالش شو 🌸🥰

پاسخ

مبارز



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۰

سلام آقای مهدوی یه سوال داشتم : ((من خیلی عشق رو دوست دارم و با خودم فکر های عاشقانه میکنم، البته این کار به من کمک خوبی میکنه. نظر شما چیه؟
از نظر خودتون و از نظر اسلامی این موضوع رو برام توضیح بدید.
باتشکر 🙏🌹

پاسخ

مهدوی



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۴:۲۷

سلام رفیق. فکرهای عاشقانه مثلا به چی فکر می کنی؟

پاسخ

مبارز



۱۰:۴۰ در ۱۳۹۹/آبان/۲۵

فکر های عاشقانه با همسر

پاسخ

مهدوی



۱۰:۵۲ در ۱۳۹۹/آبان/۲۶

فکرهای تحریک کننده و فکری که آدمو به گناه نزدیک می کنه، خوب نیست.

پاسخ

مبارز



۱۱:۳۸ در ۱۳۹۹/آبان/۲۶

سلام. درسته منم به این نتیجه رسیدم. ✓

پاسخ

مبارز



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۲۵

آقای مهدوی چرا بعد از (خ-ا) - چشم درد، کمر درد و دل درد میگیریم؟
و اینکه چرا وقتی چند روز (خ-ا) رو انجام نمیدیم درد آلت تناسلی
میگیریم؟

پاسخ

مهدوی



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۴:۲۰

دوست من. چون خ.ا ضرر داره. اصلا به همین دلیله که خدا حرومش
کرده.

پاسخ

علیرضا



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۰۹:۴۰

سلام. نمیتونم فکرمو کنترل کنم. چیکار کنم؟

پاسخ

مهدوی



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۰:۳۴

سلام. به کم توضیح بده. سوالت خیلی کلیه. چه فکریایی میاد به ذهنت که اذیت میشی؟ روز میاد یا شب قبل خواب؟

پاسخ

علیرضا



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۳:۴۲

وسوسه تماشای عکس و فیلم مستهجن بیشتر در روز، عصرها یا صبح ها

پاسخ

مهدوی



۱۶/آبان/۱۳۹۹ در ۱۴:۱۴

کسی وسوسه توجه به عوامل تحریک کننده (مثل فیلم و عکس مستهجن) رو داره که تو منطقه زرد و نارنجیه. مثلاً بیکاری و مشغله نداشتن باعث میشه فکر آدم همش بره سمت گناه.

پاسخ

یا حسین



۱۵/آبان/۱۳۹۹ در ۸:۱۲

سلام من نزدیک ۵۰ روزه پاکم چندتا سوال داشتم
۱- بیشترین چیزی که منو تحریک میکنه شریک مغازمه که قبلا چندین بار از رابطه جنسیش از راه زنا برام تعریف کرده الان اگه یه اشاره کنه من خیلی خیلی تحریک میشم و در تنهایی هم بعضی مواقع همین فکر رابطه جنسی این میاد تو فکرم
۲- من قبلا رو به شکم میخوابیدم و خ ا میکردم الان چند شبه که نصف شب پا میشم و نمیدونم بیدارم یا نه ولی هم گیجم هم هوشیار رو به سینه میخوابم و با فکر به حرفای همین شریکم میخوام خ ا کنم که بازم میگم من تو ترکم نباید ارضا بشم ولی فک کنم ارادی نیس. آخه در طول روز این کار رو در طول ۵۰ روز انجام ندادم
۳- در طول این مدت ۵۰ روز من دوبار جنب شدم واقعا آرزومه تو خواب حداقل جنب بشم باید چیکار کنم با اینکه گرمی هم زیاد میخورم فک کنم طبعم خیلی سرده.. خواهش میکنم آقای مهدوی خیلی جواب سوالاتم رو بدید

پاسخ

مهدوی



۱۵/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۱۵

سلام رفیق. بهت تبریک میگم که ۵۰ روزه پاکی. این واقعا عالیه و نشون

میده که تو می تونی.

جواب سوال اولت: امام علی (علیه السلام) می فرمایند:

با انسان شرور و بدکار، همنشینی و رفاقت نکن. چون شخصیت تو، بدی های او را می دزدد، بدون اینکه خودت متوجه شوی (آرامش طوفانی، ص ۱۵).

جواب سوال دومت:

این از عوارض دوران ترکه. إِنْ شَاءَ اللَّهُ به زودی از بین میره. جای نگرانی نداره. نشون میده مغزت داره به حالت عادی خودش بر می گرده و عادت بدشو ترک می کنه.

جواب سوال ۳- لازم نیست کاری کنی که شب ها جنب بشی. به خودت استرس الکی نده. موفق باشی

پاسخ

علی



۱۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۲:۱۸

سلام نزدیک به ۴۸ روزه پاکم چند تا از کلیپ های فیلم مستهجن تو ذهنمه که واقعا از صمیم قلب دوس دارم یه بار دیگه ببینمشون. واقعا نمیذارم زیاد بهش فکرم بره ولی لذتش ته قلمم هست،

پاسخ

مهدوی



۱۴/آبان/۱۳۹۹ در ۲۳:۴۱

سلام علی جان. بهت تبریک میگم که ۴۸ روزه پاکی. واقعا جای شکر داره. آفرین.
می خوام به پیشنهاد بهت بدم. برو داخل دفتر خصوصیت و به انشا بنویس با این موضوع:
چرا آدم نباید فیلم های مستهجن ببینه؟
خوب فکر کن و هر چی دلیل به ذهنت اومد بنویس. سعی کن خودتو قانع کنی. اگه نتونستی چند تا دلیل خوب برای خودت بیاری، بهم بگو تا کمکت کنم.

پاسخ

محمد حسین



۱۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۴

سلام آقای مهدوی خسته نباشید استاد گرامی. خواستم بدونم که آیا تحریک کردن خود بدون قصد خودارضایی هم حرام است؟ گناه دارد یاخیر؟

پاسخ

مهدوی



۱۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۱:۳۸

سلام. بله حرامه و گناه داره. به طور کلی ورود به منطقه قرمز، خیلی قرمز و سیاه گناهه.

پاسخ

علیرضا



۱۳/آبان/۱۳۹۹ در ۲۳:۳۳

سلام استاد یه سوال داشتم. چطوری دوست دختر باعث خودارضایی فرد میشود؟ اگر فقط چت باشه مثلا

پاسخ

مهدوی



۱۴/آبان/۱۳۹۹ در ۱۲:۱۴

سلام علیرضا جان. چت کردن و دوستی با نامحرم یعنی نزدیک شدن به منطقه سیاه. یعنی زیاد شدن وسوسه ها و فکرهای تحریک کننده. یعنی زیاد شدن احتمال سقوط.

نکته آخر اینکه شهوت منطقه سیاهو دوست داره. وقتی به منطقه سیاه نزدیک بشی، شهوت قوی تر میشه و بیشتر بهت فشار میاره.

پاسخ

یه بنده خدا



۱۱/آبان/۱۳۹۹ در ۸:۴۵هـ

سلام خدایه جناب آقای مهدوی 🌹
من کتابتون رو که مطالعه میکردم همه چی مفهوم بود جز مرحله ۶ آخه
این مرحله برای من رخ نداده
نمی دونم منظورتون از خستگی در توجه به عامل تحریک چیه میشه بیشتر
توضیح بدهید سپاس

پاسخ

مهدوی



۱۱/آبان/۱۳۹۹ در ۱۵:۳۹

سلام. توجه به عامل تحریک کننده یعنی مثلاً چشم چرانی. خستگی از
توجه به عوامل تحریک کننده یعنی دیگه از چشم چرانی خسته میشی و
دیگه چشم چرانی بهت لذت زیادی نمیده. به همین دلیل، میری سراغ
مرحله هشت.

پاسخ

مهدی



۸/آبان/۱۳۹۹ در ۱۶:۲۶

سلام. ببخشید. می‌گن خودارضایی باعث عدم بچه دار نشدن میشه. درسته
آیا؟؟؟ بعد از چند وقت ترک بر می‌گردد به روند ثابت (حذف شدن ویژگی عدم
بچه دار نشدن). پسر ۱۶ ساله.

پاسخ

مهدوی



۱۱/آبان/۱۳۹۹ در ۱۵:۵۱

سلام. به فکر ترک باش. این حرفا رو بریز دور. تو ترک کن، بچه دارم
میشی.

پاسخ

مهدی



۱۲/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۱۶

یعنی واقعاً این اتفاق می‌فته؟ که بچه دار بشم؟

پاسخ

مهدوی



۱۳/آبان/۱۳۹۹ در ۱۳:۴۷

بله حتما. اصلا نگران نباش. فقط تمرکز کن روی اینکه خودتو رشد بدی. نماز بخون. ورزش کن. وقتت رو با کارهای مفید و تفریح های سالم و بی ضرر پر کن. از زندگی لذت ببر و خدا رو لمس کن.

پاسخ

سالار



۷/آبان/۱۳۹۹ در ۲۰:۳۳

سلام آیا خ.ا روی حنجره تاثیر داره ویا صدا رو شبیه معتادا می کنه؟

پاسخ

مهدوی



۷/آبان/۱۳۹۹ در ۲۲:۴۲

سلام. نه.

پاسخ

علیرضا



۱۵:۴۳ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام آقای مهدوی من تو اینستاگرام فقط پیج های اخلاقی و علما را فالو میکنم بنظرتون باز هم بد است تو اینستا باشم (باز هم منطقه نارنجی هستم)

پاسخ

مهدوی



۱۶:۲۵ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام. محیط اینستا به شدت آلوده است. تنها کسی که دوست داره تو تو این محیط باشی، شیطونه. چون در این محیط، تو به گناه خیلی نزدیکی و به همین دلیل، راحت تر می تونه گولت بزنه. نکته آخر اینکه شیطون استاد بهونه جور کرده. حواست به این قضیه باشه رفیق خوبم.

پاسخ

سلام



۱۲:۱۰ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام آقای مهدوی.یه کم از خودتون،تحصیلاتتون و...تون بگید..
ممنون میشم..

یا قسمتی رو درسایت درباره خودتون راه اندازی کنید...
التماس دعا دارم.

پاسخ

مهدوی



۱۳۹۹/آبان/۳ در ۱۲:۴۹

سلام. چشم. مهدوی هستم. دیپلم رشته ریاضی. طلبه درس خارج.
لیسانس فلسفه اسلامی. متولد ۱۳۷۱ تهران. متاهل.

پاسخ

....M



۱۳۹۹/آبان/۳ در ۱۲:۰۸

سلام میشه بهم کمک کنین که رابطه ام رو با نامحرم های اطرافم کم کنن
خیلی نیاز به حرف زدن به جنس مخالف دارم و کلا محبت یه همراه. چیکار
باید بکنم؟؟ میخام این حالت رو کنترل کنم

پاسخ



سلام وقت بخیر.

۱- بدونید شما تنها این مشکل رو ندارید و افراد زیادی هستند که میل به ارتباط و صحبت با جنس مخالف رو دارن، ولی با این حال خودشون رو تونستند کنترل کنند.

۲- حتما حتما احادیث مربوط به صحبت با نامحرم رو سرچ کنید و بخونید بسسسسیار کمکتون میکنه برای ترک این مورد.

۳- بدونید این ارتباط های کلامی، عواقب بسیار بدی هم برای خودتون و هم برای طرف مقابل داره و یه جور ظلم به نفس و ظلم به دیگران حساب میشه. برای خودتون باعث میشه احتمال به گناه افتادنتون و نگاه های حرام و ... زیاد شود و همچنین فکرتون درگیر شود و و برای طرف مقابل اگر مجرد باشد همین به گناه افتادن ها و فکر درگیر شدن ایجاد بشه و اگر طرف متاهل باشد، باعث میشه روابطش با همسر خودش سرد و بی میل می شود و شاید به خاطر کار شما یه زندگی از هم پاشیده شود و این خیلی ناراحت کننده هست و مطمئنا هیچ کس دوست نداره عامل نابودی یک زندگی باشه.

۴- توصیه ام این هست که الان که عمق بد بودت این کار رو فهمیدید تمام تلاشتون رو برای مقابله انجام بدید.

۵- حتما در مهمونی ها با هم جنس خودتون بنشینید و سعی کنید کنار جنس مخالفتون نباشید که شیطان شما رو ترغیب نکند.

۶- اگر تمایل داشتید با جنس مخالفتون حرف بزنید سریع پناه ببرید به امام زمان یا هر امامی که باهاشون انس دارید باهاشون حرف بزنید کمک بخواهید خیلی تاثیر داره.

۷- سعی کنید چند تا علائق حلال رو دنبال کنید که فکرتون از رابطه با نامحرم دور بشه

مثلا اگر دختر هستید ورزش. خیاطی. نقاشی. تحصیل و ...

اگر پسر هستید ورزش. شغل و علایق دیگه و ...

پاسخ

♡♡ بیل زن امام زمام (عج)♡♡



۱۲:۰۷ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام ببخشید بی زحمت اگر میشه بگید اسم کتابه چی؟؟؟

پاسخ

مهدوی



۱۲:۵۸ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام. اسم کتاب من، مقاوم شو است.

پاسخ

ali



۱۲:۰۵ در ۱۳۹۹/آبان/۳

سلام حاج آقا

وقتتون بخیر ، من وقتی این گناهو انجام میدم تا مدتی ک معمولا ۱۰ روز

هم جسم هم روح خسته از تلاش و برنامه ریزی و هدف گذاری و...
میشه
این اثر خودشه ؟

هم جسم و هم روح رو خسته از فعالیت میکنه ؟
حتی اینقدر احساس ناتوانی میکنم در برابر این گناه ک توجیح میکنم اصلا
مشکلی ندارد این گناه !!!!
اراده رو داغون میکنه ؟

پاسخ

مهدوی



۱۳۹۹/آبان/۱۶ در ۱۳:۱۶

سلام. امیدوارم با اصطلاح لغزش آشنا باشی. لغزش یعنی زمین خوردن در دوران ترک. رفیق، زمین خوردن درد داره دیگه. کاریش هم نمیشه کرد. یعنی همیشه زمین خورد و ناراحت نشد. پس باید چه کار کرد؟ بعد لغزش باید حال بدمون رو مدیریت کنیم تا باعث لغزش مجددمون نشه. چطوری؟ با راهکارهایی که ص ۲۹ تا ۳۳ کتاب مقاوم شو توضیح دادم. نکته آخر اینکه بحث لغزش در ص ۵۷ کتاب مقاوم شو رو حتما بخون. چون بعد لغزش باید یه سری مراحل رو انجام بدی.

پاسخ

علی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۱۴:۲۹

سلام حاج آقا من روز ۲۴ ترکم. تا الان چند بار خیلی فشار روم بود که به
خیر گذشت
ولی الان احساس خوبی ندارم واقعا خیلی دوس دارم پورن ببینم واقعا
احساس خلا میکنم شاد نیستم

پاسخ

مهدوی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۲۲:۳۸

سلام رفیق. بهت تبریک میگم که ۲۴ روزه پاکی و داری با من وحشیت
می جنگی. من داخل کتاب مقاوم شو ص ۶۱ درباره عوارض ترک، توضیح
کافی رو دادم. برو حتما حتما بخونش.

پاسخ

علی



۲۰/مهر/۱۳۹۹ در ۱۶:۰۹

سلام. ببخشید عوارض خ.ا رو میشه بگید؟ در ازدواج چه عوارضی داره و...؟

پاسخ

مهدوی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۱۲:۲۹

سلام علی جان. خ.ا اعتیادآور. باعث افسردگی های شدید میشه. روح رو کدر می کنه. باعث میشه آدم از زندگی لذت نبره. عذاب وجدان میاره. انرژی آدمو هدر میده و خلاصه برای روح و جسم، مضره.

پاسخ

علی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۱۷:۱۱

ممنونم. بعد ببخشید آیا با فاصله گرفتن از این عمل، عوارضی که به انسان وارد کرده جبران میشه؟

و سوال بعد اینکه اگر جبران میشه، در چه مدت پس از ترک؟؟؟

پاسخ

مهدوی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۲۲:۴۸

بهبود قول میدم همه عوارضش برطرف میشه. اصلا اصلا نگران

نباش. حداقل ۴ ماه طول می کشه.

پاسخ

علی



۳/آبان/۱۳۹۹ در ۱۲:۱۱

حداکثر چه مدت؟ 🤔

مهدوی



۳/آبان/۱۳۹۹ در ۱۲:۴۶

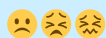
حداکثر یک یا دو سال. این استیکر گریه چیه؟ حالتو خوب کن. همه چی درست میشه. توکلت به خدا باشه. فقط مرگه که چاره نداره. امیدوار باش.

مرتضی



۲۰/مهر/۱۳۹۹ در ۱۰:۰۵

سلام آقای مهدوی



آقای مهدوی خسته شدم

- صبحم شده (خ_ا)

- شبم شده (خ-ا)
- کل بدبختیم شده (خ-ا)
- نمیدونم چیکار کنم
- از همه طرف داره بدبختی میباره
🙄🙄🙄🙄🙄🙄🙄🙄

پاسخ

مهدوی



۱۲:۴۱ در مهر/۱۳۹۹

سلام مرتضی جان. داری چه کار می کنی با خودت رفیق؟ شهوت شده
رئیس بدنت و چون هیچ شعوری نداره، داره همش بهت ضربه می زنه.
بهت پیشنهاد می کنم کتاب مقاوم شو رو بخونی. علت خودارضایی،
بودن در منطقه زرد و نارنجیه. از این دو تا منطقه بیا بیرون تا نجات
پیدا کنی.

پاسخ

محمد



۰۸:۳۵ در آبان/۱۳۹۹

سلام میخواستم براتون یک فایل مورد استفاده برای دوستان
فرستم..
چطوری بفرستم؟

پاسخ

مهدوی



۱۰:۵۵ در ۱۳۹۹/آبان/۲۶

سلام بفرست به این آیدی در ایتا:

@fMahdavi71

پاسخ

علی



۰۵:۵۶ در ۱۳۹۹/مهر/۲۰

سلام

حاج آقا من هر موقع ترک میکنم به روز ۲۱ تا ۲۳ که میرسم احساس سرما خوردگی و سردرد میکنم و حالت لرز و سرما احساس میکنم این همیشه موقع ترک به این روزا که میرسم احساس میکنم الان هم روز ۲۳ ترکه که دو روزی اینجوری شدم. قبل از ترکام هم خیلی خ ا میکنم میبنی یهو ۴ با در روز

پاسخ

مهدوی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۲۲:۵۴

سلام علی جان. این از عوارض دوران ترکه. نگران نباش. نشونه بدی نیست. بدن و مغزت داره به حالت طبیعی خودش بر میگردد. ص ۵۷ به بعد کتاب مقاوم شو رو حتما بخون. جواب همه سوالاتتو می گیری.

پاسخ

حسن



۲۰/مهر/۱۳۹۹ در ۱۸:۰۱

عرض سلام ادب و احترام اثرات خودارضایی چه مدت طول میکشه از بین بره مثلا زودانزالی آیا به حالت طبیعی بر میگردد؟

پاسخ

مهدوی



۲۱/مهر/۱۳۹۹ در ۲۳:۰۱

سلام. حداقل ۴ ماه طول می کشه. نگران نباشید. شما ترک کنید، بقیه شو بسپرید به خدا و اهل بیت (ع).

پاسخ



۳/فروردین/۱۴۰۰ در ۲:۱۵

سلام

ایا بعد از خود ارضایی غسل برای دختران واجبه؟
من غیر عمد این کار رو کردم و حالا بشدت پشیمونم و احساس
میکنم از خدا و امام زمان خیلی دور شدم و ازم ناراحتن
میتونم کاری انجام بدم که این گناه رو جبران کنم و تو پرونده
اعمالم نباشه؟

پاسخ

مهدوی



۵/فروردین/۱۴۰۰ در ۱۲:۴۷

سلام. بله غسل جنابت واجب میشه.
از خودت و خدا معذرت خواهی کن و تصمیم بگیر که دیگه این
کارو انجام ندی. مطمئن باش خدا تو رو می بخشه و نامه
عملت رو پاک می کنه.
خودارضایی هیچ لذتی نداره. فقط و فقط باعث غمگینی آدم
میشه. باعث میشه دیگه از زندگی لذت نبری.
ارتباط خودت رو با خدا و اهل بیت بیشتر کن.
موفق باشی 🌸😊

پاسخ

Rahil



۱۹/مهر/۱۳۹۹ در ۱۱:۴۷

سلام من دختری ۱۵ ساله هستم و در حال ترک خودارضایی و نگرانی ها و ترس هایی زیادی از آینده دارم بعضی چیزها ها رو همیشه جبران کرد اگر روزی در آینده مشکلی پیش بیاد چی یعنی میشه تاوان گناهم باید چیکار کنم؟

پاسخ

مهدوی



۱۹/مهر/۱۳۹۹ در ۲۲:۴۰

سلام. به این جمله فکر کن. خدا عاشق توبه کنندگان است. آیه قرآنه. عاشقه یعنی چی؟؟ یعنی فقط زبونی دوستشون داره؟ نه. عملا کمکشون می کنه. تو به خاطر خدا سعی کن گناهو ترک کنی، خدا همه چیزو درست می کنه. تو قبلا نمی دونستی و به همین دلیل مرتکب گناه می شدی. پس بابت گذشته خودتو اذیت نکن. توبه کن. بهت قول میدم همه چیز درست میشه و همه عوارضت از بین میره. فقط زمان می بره. موفق باشی. راستی کتاب مقاوم شو رو حتما بخون. با دقت. نه سرسری.

پاسخ

گمنام



۱۹/مهر/۱۳۹۹ در ۰۰:۰۴

سلام. ببخشید من راستش دقیق نمیدونم خ.ا چیه؟ یعنی نمیدونم شامل چه کاری میشه. شک دارم. احساس میکنم دارم انجامش میدم. میشه تعریفش کنید که مطمئن بشم؟ ممنون میشم.

پاسخ

مهدوی



۱۹/مهر/۱۳۹۹ در ۰۷:۳۱

سلام. خودارضایی یعنی مثلا آدم با دست با آلت خودش ور بره تا اینکه در نهایت، منی از بدنش خارج بشه. منی هم یه مایع سفید رنگه که با جهش و لذت از بدن بیرون میاد. خودارضایی کار بسیار مضریه. چون اعتیاد آوره. باعث افسردگی و گوشه گیری آدم میشه. اخلاق آدمو بد می کنه. انرژی آدمو هدر میده. انرژی ای که می تونست صرف پیشرفت مادی و معنوی بشه. آدمو از زندگی عقب میندازه. خلاصه، یه جور خودزنی محسوب میشه. به همین دلیل، خداوند اونو گناه شمرده.

پاسخ

گمنام



۱۹/مهر/۱۳۹۹ در ۲۱:۳۵

خیلی ممنونم از پاسختون. ان شاء الله هرکسی به این عمل گرفتاره
زودتر بتونه آزاد بشه.
برا منم دعا کنید رفقا..

پاسخ

سجاد



۱۸/مهر/۱۳۹۹ در ۱۸:۴۰

سلام ببخشید من چند روز پیش کاری کردم که آبی از من خارج بشود ولی
جهش نداشتم اما شهوت و سستی داشتم اما جهش نداشتم مرجع تقلیدی
سیستانی گفته هر سه شرط با هم حالا آیا من باید غسل کنم یا نه خیلی از
وقت ها بدون جهش هستم و در حال ترک هستم

پاسخ

مهدوی



۱۸/مهر/۱۳۹۹ در ۲۰:۱۰

سلام. غسل جنابت واجبه بهتون.

پاسخ

محمد ترک کردم



۱۰/بهمن/۱۳۹۹ در ۲۲:۴۸

سلام من کسی هستم که فکر میکردم ترک کردن امکان نداره و ۴۰ و خورده ای خودمو تحمل کردم اما یک جا لغزش داشتم که برام تجربه شد که شیطان خیلی کارشو بهتر میدونه بعد هم دوباره شروع به ترک کردم الان امروز ۳۲ روز که ترک کردم اگر ۴۰ روز کامل بشه دیگه باید چی کار کنم؟؟

پاسخ

مهدوی



۱۱/بهمن/۱۳۹۹ در ۱۶:۳۰

سلام محمد جان. آفرین به این اراده قوی ای که داری. محمد ترک خ.ا به سه تا چله نیاز داره. یعنی اگه سه تا چله پاک باشی، به طور کامل خ.ا رو شکست دادی.

پاسخ

امیرحسین



۷/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۰:۳۴

سه تا چله چی هست؟ یعنی چند روزه؟ منی که نزدیک ۶ ماهه توی ترکم، یعنی سه تا چله رو رد کردم؟

مهدوی



۱۱/اسفند/۱۳۹۹ در ۱۱:۱۲

چله یعنی چهل روز.
سه تا چله یعنی ۱۲۰ روز (به عبارتی ۴ ماه).

دیدگاهتان را بنویسید

دیدگاه *

نام