

## 101539 - طالب ويعيش في الدنمارك ويعاني من العادة السرية

### السؤال

أنا من الهند ، وأدرس بالدنمارك ، وأبلغ من العمر 24 عاما ، والحمد لله أنا لا أترك أية صلاة مفروضة ، وأغض بصري عن النساء عندما أكون بالخارج ، ولا أشاهد أفلاماً عدا فلمين أو ثلاثة في العام ، وليست لي أية علاقة بأية فتاة ، لكنني اعتدت على الاستمناة وأنا في عمر المراهقة ، عندما أذهب للنوم أقوم بقراءة جميع الأدعية التي سنّها لنا الرسول ، وأحاول أن أنام وأنا متوضاً ، لكن يحدث مرة - على الأقل أسبوعياً أنا نفسي لا أعلم تحديداً - أن أستيقظ في منتصف الليل وأبدأ في الاستمناة ، أو زيارة مواقع إلكترونية إباحية حتى أقضى شهوتي بالرغم من أنني وأنا ذاهب للنوم لم أكن أنوي ولو بنسبة 1% القيام بهذه الأشياء ، لكن كل ما يحدث أن تمر هذه الرغبات والشهوات في خاطري أثناء النهار ، وفي صباح اليوم التالي أشعر بالندم لما فعلته في المساء ، وفي كل مرة أحاول فيها تصحيح هذا الأمر لبضع أيام يتكرر ذات الأمر ثانية ، وهذه الفترة هي أكثر فترة أشعر فيها بالندم والحزن منذ مولدي يا شيخ ؛ لأن هذه العادة مستمرة معي منذ 3 أعوام ، ولا أشعر بالسلام والرضا في حياتي بسبب عصياني لله ، وفي كل مرة أتوب فيها لله ، وأعاهده ألا أعود لهذه العادة : أنقض هذا العهد . وقد قرأت إجاباتكم السابقة الخاصة بعادة الاستمناة لكنني أود أن أتلقى منكم إجابة أكثر تحديداً عن هذا السؤال ، وسأكون ممتنا لكم طوال حياتي ، كما أسألكم الدعاء لي يا شيخ . وجزاكم الله خيراً .

### الإجابة المفصلة

الحمد لله.

ذكرنا في هذا الموقع مسائل كثيرة تتعلق بالاستمناة ، فذكرنا حكمه وأنه حرام ، وذكرنا سبل الوقاية من فعله ، وسبل التخلص منه - ينظر لمن شاء جواب السؤال رقم ( 329 ) - ويبدو أنك قد اطلعت على ذلك كله ، وبما أنك تريد شيئاً خاصاً بك : فسنتكلم معك في أمور محددة :

1. قيامك بالصلوات ، وحرصك على عدم إنشاء علاقات محرمة مع فتيات أجنبيات ، وحرصك على عدم الوقوع في العادة السيئة ، وندمك بعد فعلك لها : كل ذلك طيب ، وجيد ، وفي ميزان حسناتك إن شاء الله ، ونشد على يدك في الاستمرار به ، وتقويته ، وعدم التراجع عنه ، فلا بد لإيمانك أن يبقى في ازدياد ، ولا تجعل للشيطان فرصة لينال منك ، فيشعرك بالتناقض ، أو يزهك في الندم والتوبة ، فتكون من الهالكين .
2. لا تجمع مع العادة السيئة معاصي أخرى فتغضب بها ربك عز وجل ، وإذا كنت تشكو من غلبة شهوتك على إيمانك وعقلك ، فتمارس هذه العادة السيئة : فأني شيء يدعوك لفعل معاصي أخرى تغضب الجبار عز وجل ، ونعني به : النظر إلى مواقع إباحية فاسدة؟! فاتق الله تعالى في نفسك ، ولا تسعر في قلبك نار الشهوة بالنظر المحرم ، أو القراءة للقصاص الجنسية ، أو

غيرها من المثيرات ، فكل ذلك مما لا تعذر به ؛ لأنه بيدك الفعل والترك .

3. وللأسف فأنت تعيش في دولة إباحية ، وتدرس في مكان مختلط ، وترى من المنكرات والفواحش ما يدفعك للوقوع في هذه العادة ، وليس من شك أن ارتكابك هذا الخطأ أخف إثماً من وقوعك في الزنا ، لو قدر أن الفرصة أمكنتك من هذه الفاحشة ، ودار أمرك بين أن تزني أو تستمني ؛ لكن لو أنك أردت التخلص - فعلا - من هذه العادة ، وغيرها من المعاصي والمنكرات : لوجب عليك التخلص من أسباب جلب تلك الشهوات ، من وجود في بلد إباحي ، ومن النظر المحرم ، والاختلاط المنكر .

4. وما ذكرناه في إجاباتنا كافٍ لك ولغيرك ممن يود بصدق التخلص من هذه العادة ، ولكننا سنذكرك بأمرين مهمين نرجو أن يساعدك في التخلص من هذه العادة ، ومن غيرها من المحرمات :

الأمر الأول : هو أن نسألك : هل تستطيع فعل العادة السيئة أمام أهلك وإخوانك ؟ هل تستطيع فعلها أمام أصدقائك وجيرانك ؟ وهل تستطيع فعلها أمام أحدٍ من العلماء أو الصحابة ؟ نجزم عنك بأن الجواب : لا ، لا أستطيع ، ولو بلغت الشهوة مني مبلغها ، أليس كذلك ؟ حسناً ، هل تعلم أنك تفعلها أمام رب السموات والأرض؟! هل تعلم أن خالق الكون يراك وأنت تفعلها؟! هل تعلم أنك تفعلها والملائكة الكرام الكتابة يرونك؟! فكيف لم تفكر في ذلك ؟ كيف جعلت الله تعالى أهون الناظرين إليك؟! .

فأيهم أولى بحياتك : من تخفي عنهم فعلتك أمامهم حتى لا يذكروك بقبيح وسوء ، أم من يتوعدك بالعقوبة على فعلك؟! .

قال تعالى : ( يَسْتَخْفُونَ مِنَ النَّاسِ وَلَا يَسْتَخْفُونَ مِنَ اللَّهِ وَهُوَ مَعَهُمْ إِذْ يُبَيِّنُونَ مَا لَا يَرْضَى مِنَ الْقَوْلِ ) النساء/ 108 .

قال الإمام ابن جرير الطبري - رحمه الله - :

يعني جل ثناؤه بقوله : ( يَسْتَخْفُونَ مِنَ النَّاسِ ) يستخفي هؤلاء الذين يختانون أنفسهم ما أتوا من الخيانة ، وركبوا من العار والمعصية ( مِنَ النَّاسِ ) الذين لا يقدر عليهم على شيءٍ إلا ذكروهم بقبيح ما أتوا من فعلهم ، وشنيع ما ركبوا من جرمهم إذا اطلعوا عليه ، حياءً منهم وحذراً من قبيح الأحداث .

( وَلَا يَسْتَخْفُونَ مِنَ اللَّهِ ) الذي هو مطلع عليهم ، لا يخفى عليه شيء من أعمالهم ، وبيده العقاب ، والنكال ، وتعجيل العذاب ، وهو أحق أن يُستحى منه من غيره ، وأولى أن يعظم بأن يراهم حيث يكرهون أن يراهم أحد من خلقه .

( وَهُوَ مَعَهُمْ ) يعني : والله شاهدهم .

" تفسير الطبري " ( 9 / 191 ) .

وقال الشيخ عبد الرحمن السعدي - رحمه الله - :

وهذا من ضعف الإيمان ، ونقصان اليقين ، أن تكون مخافة الخلق عندهم أعظم من مخافة الله ، فيحرصون بالطرق المباحة والمحرمة على عدم الفضيحة عند الناس ، وهم مع ذلك قد بارزوا الله بالعظائم ، ولم يباليوا بنظره واطلاعه عليهم ، وهو معهم بالعلم في جميع أحوالهم ، خصوصاً في حال تبويتهم ما لا يرضيه .

" تفسير السعدي " ( ص 200 ) .

الأمر الثاني : أنك لا تدري متى تموت ، أليس كذلك ؟ ولا تدري على أي شيء تموت ؟ أليس كذلك ؟ فقف مع نفسك وقفة يسيرة ، وتأمل : ماذا لو أن الله تعالى قضى عليك بالموت وأنت تفعل هذه العادة السيئة؟! وهل هذا من حسن الخاتمة أم من سيئها ؟ وكيف ستبعث من قبرك وآخر فعل لك هو هذه العادة؟! ولعلك سمعت ما انتشر بالصوت والصورة عن قصص أولئك

الفتيات الغافلات اللاتي جاءهن أجلهن وهن على فاحشة منكراة ؛ فمن يضمن لك - ولنا - حسن الخاتمة ؟ ومن يملك أمر الموت وساعة الأجل إلا الله ؟!

ففرجو منك أخي الفاضل أن تفكر فيما ذكرناه لك ، وأن تتأمله جيداً ، واطلب من ربك بصدق وإخلاص أن يطهر قلبك وجوارحك من الآثام والمنكرات ، فعن أبي ذر عن النبي صلى الله عليه وسلم فيما روى عن الله تبارك وتعالى أنه قال : ( يَا عِبَادِي كُلُّكُمْ ضَالٌّ إِلَّا مَنْ هَدَيْتُهُ فَاسْتَهْدُونِي أَهْدِكُمْ ) رواه مسلم ( 2577 ) .

وبادر بإشغال وقتك بما هو مفيد ، واحرص على الصحبة الصالحة تحوطك وترعاك ، وعجل بالزواج فإنه لا يقطع شهوتك بالحلال إلا الزواج ، ولا يشترط فيه إذن أهلك .

قال النبي صلى الله عليه وسلم : ( يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ ) .

رواه البخاري ( 4778 ) ومسلم ( 1400 ) .

قال الإمام النووي - رحمه الله - :

من استطاع منكم الجماع لقدرته على مؤنه ، وهي مؤن النكاح : فليتزوج ، ومن لم يستطع الجماع لعجزه عن مؤنه : فعليه بالصوم ليدفع شهوته ، ويقطع شر منبهه ، كما يقطع الوجاء ، وعلى هذا القول وقع الخطاب مع الشبان ، الذين هم مظنة شهوة النساء ، ولا ينفكون عنها غالباً .

" شرح مسلم " ( 9 / 173 ) .

واحرص على النجاة بنفسك ، ونسأل الله تعالى أن يوفقك لما يحب ويرضى ، وأن يطهر قلبك وجوارحك ، وأن يثبتك على الإيمان واليقين ، وأن يختم لك بخير .

ويمكنك الاطلاع على جواب السؤال رقم : ( 20229 ) ففيه بيان الوسائل التي تعين على غض البصر ، و جواب السؤال رقم :

( 20161 ) وفيه بيان حل مشكلة الشهوة وتصريفها ، وفي ( 39768 ) ذكرنا الآثار الصحية لهذه العادة على الجسم والعقل

والوجه والذاكرة ، وذكرنا فيه طرق التخلص منها وعدم الوقوع فيها .

والله الموفق