39768 - مبتلى بالعادة السرية بسبب مشاهدة التلفاز

السؤال

أنا مبتلى بالعادة السرية والمصيبة أني ملتزم ، أجاهد نفسي بأن لا أشاهد التلفاز ، وحين تأتيني الشهوة أخسر هذه المجاهدة ، وأتابع التلفاز حتى أفعلها ، فما الحل في هذه العادة ؟
إذا أتتني الشهوة تراودني نفسي على مشاهدة التلفاز فأجلس أصبر حتى أفعلها ، فما الحل ؟

الإجابة المفصلة

أولاً :
العادة السرية محرَّمة ، وقد أوضحنا ذلك في جوابنا على السؤال (329) فليراجع .
فينبغي عليك التوبة من هذا الفعل بالإقلاع عنه ، والندم على فعله ، والعزم على عدم العودة إليه .
ثانياً :
وأما علاج هذه العادة السيئة المحرَّمة فإننا نوصيك بما يلي :
عليك بغض البصر عن المحرمات ، فالنظرة المحرَّمة سهم من سهام الشيطان ، وإذا كنت تدفع شهوتك بالعادة السرية الآن : فإنك لا تستطيع كبح هذه الشهوة في تصريفها في كبائر أخرى أعظم وأقبح مثل اللواط والزنى .
الابتعاد عن الخلوة ، فإنما يأكل الذئب من الغنم القاصية ، ويتسلط الشيطان على الواحد ما لا يتسلط على الاثنين وهو من الثلاثة أبعد .
التعجيل بالزواج ، فهو السبيل المباح لتصريف الشهوة ، فإن لم تستطع فعليك بالإكثار من الصيام ، وهو وصية النبي صلى الله عليه وسلم للشباب العاجز عن الزواج ، ففيه تهذيب للنفس وغض للبصر وحفظ للفرج .
الإكثار من الذكر والاستغفار والتسبيح وقراءة القرآن ، ومن كان منشغلاً بهذا فإنه لا يجد الشيطان سبيلاً لإغوائه وإضلاله .
الدعاء بصدق أن يُبعدك الله عن المحرمات وطرقها ، وقد قال الله تعالى : (وقال ربكم ادعوني أستجب لكم) .
الصحبة الصالحة ، والصاحب الصالح لا يدلّك إلا على خير ، وقد قال علي بن أبي طالب رضي الله عنه: (يكفي إخواني شرفا أني لا أعصي الله بينهم) .
وانظر جواب السؤال رقم (3633) ففيه بيان حكم مشاهدة التلفاز ، ويمكن الاطلاع على أجوبة المسائل : (20229) ففيه بيان الوسائل التي تعين على غض البصر ، و (20161) فيه بيان حل مشكلة الشهوة وتصريفها .
والله أعلم