

## السؤال

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

## الإجابة المفصلة

الحمد لله.

أولاً :

العادة السرية محرمة ، 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 المحرمة فإننا نوصيك بما يلي :

عليك بغض البصر عن المحرمات ، فالنظرة المحرمة 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 ) .  
الصحة الصالحة ، والصاحب الصالح لا يدلك إلا على خير ، وقد قال علي بن أبي طالب رضي الله عنه: ( يكفي إخواني شرفاً  
أنى 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

