خصوصيات البنات

حقوق الطبع محفوظة لدار ملتقى المعرفة للنشر والتوزيع

ردمك: 978-977-6682-25-2
رقم الإيداع القانوني: 2019/25452

حقوق الطبع محفوظة لدار ملتقى المعرفة للنشر والتوزيع وأي اقتباس أو إعادةطبع أو نشر في أي صورة كانت ورقية أو إلكترونية أو بأية وسيلة سمعية أو بصرية دون إذن كتابي من الناشر، يعرض صاحبه للمساءلة القانونية.

المراجعة اللغوية والإخراج الفني وتصميم الغلاف: فريق العمل بدار ملتقى المعرفة للنشر والتوزيع

خصوصيات البنات

إعداد فضيلة الشيخ
أحمد عبد العال الطهطاوى

ملتقى المعرفة

بسم الله الرحمن الرحيم

إهداء

إلى أمهات المستقبـــــــل

إلى صانعات الرجـــــــال

إلى الغاليات المؤنســـــات

إلى بناتي المسلمات عامة

إلى بناتي

روفيدة

سلمى

تقى

رؤى

مقدمة

كثيرة هي التساؤلات التي تملأ صدور البنات، ولايجدن لها جوابًا، أو يجدن لها جوابًا غير أمين أو غير دقيق.

وكم من المشكلات التي حدثت في دنيا البنات لعدم وجود ثقافة واعية ملتزمة بضوابط الإسلام والأخلاق العالية التي هي من مميزات ديننا الحنيف.

وهذا الكتاب سياحة منضبطة في خصوصيات البنات ومحاولة الإجابة على كثير من التساؤلات التي تشغل أذهان بناتنا.

ما قصدت به إثارة ولكن – والله يعلم – قصدت به أن أشارك بلبنة طيبة وفي مشروع الإصلاح الإسلامي، ومحاولة عرض الإسلام ومفاهيمه وفي أدق تفاصيل الحياة، راجيًا من الله –جل وعلا –أن يكون مشعل ينير طريق بناتنا في ظلمات الحيرة ونورًا إلى فهم صحيح للحياة والإسلام.

وكل ما أرجوه ألا أحرم دعوة صادق من أبنة من بناتي المسلمات أو من أم كريمة انتفعت بما في الكتاب في تربية بناتها.

والله من وراء القصد وهو يهدى السبيل.

أحمد عبد العال الطهطاوي

البنات كبرت

ما الذي يحدث لي؟

وقفت البنت الحلوة في حيرة تتساءل: « ما الذي يحدث لي»؟ ، لقد بدأ شيء ما يتغير في أعماقي وفي مظهري، مشاعر كثيرة لم أتعود عليها... أشياء جديدة في ملامح وجهي وتفاصيل جسمي أشعر بالخجل من نفسي فماذا أفعل ؟

هذا الحوار الداخلي هو ما يحدث مع كل فتاة تزورها الدورة الشهرية لأول مرة وأقول لبناتي مطمئنًا:

كوني فخورة.. كوني سعيدة.

بنيتي.. هذا الحدث هو أهم ما يمر بالفتاة من تغير في حياتها وهو يعني إنتقالها من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب فأنت يا بنيتي تمرين الآن إلى مرحلة الأحلام والنضج وتدخلين إلى عالم الكبار الذي طالما حلمت به وتمنيت أن تكوني من أهله، وها أنت الآن قد دخلت إلى عالم الكبار فكوني فخورة بنفسك وكوني سعيدة فقد كبرت يا بنيتي.

أجمل مراحل الحياة

لابد يا بنيتي أن تعتبري هذه المرحلة هي أجمل مراحل حياتك فأنت قد تركت عالم الصغار، ولم تثقل كاهلك بعد مسئوليات الكبار، فقد جمع الله لك ميزات المرحلتين فاسعدى بحياتك الجديدة، وهي التي يسميها العلماء «فترة المراهقة» وهي تعني أنك في طريقك إلى النضج الذهني والنفسي والبدني.

قد بدأت يا بنيتي تدخلي إلى عالم البلوغ.. ولكن ما هو البلوغ ؟

إنه يعني تغييرات جسدية يسببها نضج الجهاز التناسلي ويصاحبها أيضًا تغيرات نفسية أيضًا، تسببها التغيرات الهرمونية التي يشهدها جسد كل

فتاة في تلك الفترة مما يؤدي إلى نضج الجهاز التناسلي وظهور الصفات الأنثوية الثانوية.

ومن تلك المظاهر:

- يزداد طولك ويكبر صدرك.
- تزداد مقاسات جسمك.
- يزداد إفراز العرق وتتكون رائحة الجسد.
- يبدأ ظهور الشعيرات تحت الإبط وحول العانة.
- قد تصبح بشرتك دهنية ويبدأ ظهور البثور.
- تبدأ الإفرازات المهبلية والدورة الشهرية.

وأهم مظاهر نضجك هو تغير مظهرك إلى ذلك الشكل الأنثوي الجميل الذي يميز البنات عن الشباب، وتبدأ هذه التغيرات بإكسابك صفات أنثوية جميلة مثل نعومة الصوت، ورقة البشرة، وإستدارة أجزاء من الجسم بسبب ترسب الدهون تحت الجلد في بعض المناطق مثل الثديين والأرداف والفخذيين.

وتكتمل الصورة نضجًا وجمالًا بنزول الحيض أو الدورة الشعرية فيعجبك أنك قد دخلت عالم الكبار.

ماذا تعرفين عن الحيض أو الدورة الشهرية؟

إن بداية الدورة الشهرية أو الحيض هو التغير الأبرز الذي يحدث للفتاة خلال فترة البلوغ، ولا داعي للقلق من الدورة الشهرية لأنها مرحلة طبيعية وفي حياة كل أنثى.

وهي علامة على أن الجسد بحالة جيدة ويعمل بانتظام.

لا شك أن حدوثها في المرة الأولى يصيبك بالدهشة وهذا ما يحدث عادة للعديد من الفتيات فلا تقلقي.

الدورة الشهرية:

هى حدث طبيعي تمر به كل الفتيات وهو من علامات البلوغ وهي تعني

خروج الدم من المرأة في الوقت الشهري المعتاد ويبدأ نزول الدم من سن التاسعة إلى السادسة عشر.

وفي المتوسط في سن الثانية عشر.

وتدوم الدورة الشهرية عدة أيام ما بين ٥ إلى ٧ أيام وقد تقل أو تزيد، عادة ما تحدث الدورة الشهرية لمعظم الإناث كل شهر أما المدة المتوسطة بين اليوم الأول للدورة الأولى واليوم الأول للدورة الثانية فهو ٢٨ يوم تقريبًا، ويمكن لهذه المدة أن تزيد أو تنقص حسب الإناث فتتراوح المدة المتوسطة ما بين ٢١ و ٤٥ يومًا.

يمكن أن تكون الدورات الشهرية الأولى غير منتظمة ويمكن أن تحدث الدورات الشهرية التالية بعد شهرين أو ثلاثة أشهر، كما يمكن للدورة الشهرية أن تدوم يومًا أو عشرة أيام ويحتاج جسمك إلى بعض الوقت لكي يستقر على دورة شهرية منتظمة ومن الممكن أن تمتد هذه الفترة لسنتين أو أكثر فاطمئني فهذا أمر طبيعي.

وتمر المرأة بحوالى ٥٠٠ دورة على مدار حياتها وتتوقف الدورة غالبًا عند المرأة في سن الخمسين وقد تتوقف قبل ذلك أو بعده.

لون الدم:

يتفاوت لون الدم بين الحمرة والصفرة والكدرة (التوسط بين البياض والسواد) وعلامة نهاية الحيض هو نزول ما يعرف بالقصة البيضاء وهي ماء شفاف يغسل مكان الحيض في نهاية الدورة وعلى المرأة أن تنتظر زوال جميع الإفرازات الملونة ثم يجب عليها الإغتسال.

٨ نصائح أساسية للعناية بملابسك الداخلية:

ربما لا تفكرين كثيرا في كيفية غسل الملابس الداخلية الخاصة بك، إلا إذا كنتِ شخصًا يهتم بتفاصيل الغسيل أو بكيفية مظهر الملابس وملمسها. فالغسيل ليس مجرد تفريغ الملابس في الغسالة مع بعض الصابون، خاصة الملابس الداخلية تحتاج عناية من حيث اختيار الصابون، وكميته وكمية الملابس وطرائق التجفيف، ناهيكم عن أن الغسيل من أسباب تلف

الملابس، وغالبًا ما يزيد احتمال حدوث ذلك عندما يكون هناك إهمال لتفاصيل الغسيل. فالملابس الداخلية القطنية تتطلب اتخاذ تدابير مختلفة للغسيل، مثلها مثل الملابس والفساتين الحريرية، أو المصنوعة من الدانتيل، التي يجب أن تكوني أكثر حرصًا عند غسلها.

وبالنسبة لكل فتاة يعد غسيل الملابس أمرًا أساسيًا، خاصة أن لديها العديد من القطع التي تحتاج إلى عناية. وبالنسبة للملابس الداخلية اتبعي هذه النصائح الثمانية الأساسية حول كيفية العناية بالملابس الداخلية حيث ستحظين براحة وطمأنينة، وكذلك ستوفرين المال بالمحافظة عليها دون الاضطرار لاستبدالها بين الحين والآخر.

١- الاستعجال بغسل البقع عند حدوثها بدلًا من التأجيل لوقت لاحق:

هذه قاعدة عامة للغسيل: فعند إيجاد أي بقعة على أي قطعة ملابس: فأسعي لغسل البقعة فور حدوثها، أو في أقرب وقت ممكن. من السهل إلقاء الملابس في سلة الغسيل وتركها حتى نهاية الأسبوع، ولكن بهذا أنت تجعلين البقعة أكثر صعوبة في إزالتها، خاصة إذا فوجئت بالدورة الشهرية، ولم تكوني مستعدة لها.

٢- غسل ملابسك الداخلية يدويًا كلما أمكن:

غالبًا ما تكون الملابس الداخلية حساسة، حتى لو كانت مصنوعة من القطن بنسبة ١٠٠٪، لذا ينبغي علاجها بعناية ومن أفضل العناية يأتي الغسيل اليدوي. أتفهم إذا لم يكن لديك دائمًا وقت لذلك، ولكن حاولي أن تقومي بذلك أغلب الوقت، وستجدين ملابسك في حال أفضل وأشد نظافة.

للغسل اليدوي: املئي حوضًا كبيرًا أو بالحجم الذي ترغبين بالماء الدافئ أو البارد. ثم ضعي الملابس الداخلية الخاصة بلطف، واغمريها داخل الماء. أضيفي كمية قليلة من المنظف (ملعقة طعام من الصابون كمية كافية) ثم قومي بضغط ملابسك الداخلية بلطف. افركي البقع عن طريق فرك النسيج ضد نفسه بعناية. بمجرد ما تنتهين: عليك شطف ملابسك بالماء البارد. يمكنك كخطوة إضافية: إضافة القليل من الخل الأبيض لماء الشطف فهو يعمل على إزالة الصابون بشكل أقوى.

٣- استخدام كيس الغسيل عند غسل الملابس الداخلية في الغسالة:

لا ننكر أن معظم البيوت لا تستغنى عن الغسالات الأتوماتيكية لغسيل الملابس، ولكن عندما تضعين ملابسك الداخلية فيها: فننصح بوضعها في أكياس خاصة للغسيل؛ لحمايتها من التمزق أو تمدد النسيج، يمكنك أيضا استخدام هذه الأكياس لأي ملابس ناعمة، مثل: ملابس النوم، أو الفساتين الحريرية، أو تلك التي تحوي كرستالات.

٤- استخدام منظف لطيف مع الماء البارد:

سواء كنت تقومين بغسل ملابسك الداخلية بيدك، أو في الغسالة: يجب أن تستخدمي منظفا لطيفا على الملابس. ننصحك بشراء المنظفات التي تجدين في ملصقها عبارة مثل: «لطيف على الملابس» أو «مخصص للغسيل الناعم أو الخفيف». والماء البارد هو الأفضل لغسل الملابس الداخلية.

٥- تجنب استخدام المبيض أو منعم الملابس:

يستخدم منعم الملابس للحفاظ على نعومتها (لأن الغسيل غالبًا ما يفسد الأقمشة)، ولكنه يعد قاسيا جدًا على الملابس الداخلية، تجنبي استخدامه عند غسل ملابسك الداخلية، خاصة أن المنعم عادة يكون معطرًا فبالتالي قد يسبب الحساسية. وبينما تعد نتائج المبيض رائعة على الملابس البيضاء، إلا أنه ليس كذلك بالنسبة للملابس الداخلية، فهو أيضًا قاس جدًا عليها، وقد يتلف نسيجها. تجنبي كلا المنظفين، سواء كان غسيلك في الغسالة أو يدويًا.

٦- إبقاء الملابس الداخلية منفصلة عن الملابس الأخرى:

إذا كنت ستغسلين ملابسك الداخلية في الغسالة: فننصحك بغسلها منفصلة عن غيرها من الملابس. أنت لا تريدين رمي الملابس الداخلية الخاصة بك في الغسالة، مع مناشف سميكة مثلا، أو مع فساتين ساطعة الألوان أو قميص أسود أو جينز ثقيل، حيث مثل هذه الملابس ستؤثر على لون ملابسك الداخلية وتضعف نسيجها. حتى وإن اجتهدت بوضعها في كيس الغسيل الخاص بالملابس الداخلية، لا يزال هناك احتمال كبير بأن تتأثر الملابس الداخلية، ولو بتغيير اللون كأقل تأثير، والذي يؤثر لاحقا على النسيج كله.

٧- فصل الملابس الداخلية المصنوعة من الحرير والدانتيل عن غيرها:

من السهل غسل الملابس الداخلية القطنية؛ لأنها من القطن، وهو نسيج سهل العناية به. ولكن إذا كان لديك ملابس داخلية ناعمة: مثل الدانتيل

والحرير، فيجب عليك أن تبقيها منفصلة عن غيرها، حتى الملابس الداخلية القطنية. ينصح بشدة أم يتم غسلها يدويًا، ولكن إذا كنت لا تستطيعين القيام بذلك: فعليك بوضعها في كيس الملابس الداخلية الخاص بالغسيل، ووضعها داخل الغسالة واختاري خيار غسيل «لطيف».

٨- تجفيف الملابس الداخلية بالطريقة التقليدية:

ننصحك بتجفيف ملابسك الداخلية في الهواء الطلق، أو تحت أشعة الشمس، بدلا من إدخالها في المجفف الذي قد يسبب تلف لنسيج الملابس الداخلية. ومن أجل المحافظة على جمال ونعومة ملامسك الداخلية: جففيها بتعليقها على حبل للغسيل في الخارج، أو حامل الملابس المعدني الخاص لتجفيف الملابس في داخل المنزل، يساعد ذلك ملابسك الداخلية على الحفاظ على شكلها ومنعها من التمدد.

أدبيات يجب أن تراعى:

من الجمال أن تخفي البنت المهذبة ملابسها الخاصة عن العيون فتضعها في منشر داخلي وكذلك أن تسارع بإخفاء الفوط الخاصة بالحيض فلا تؤذى بمظهرها الغير وتلفها في أكياس مغلقة قبل إلقائها وفي القمامة حتى لا يظهر لها أذى وكذلك فإن حرصك على التغيير المستمر وغسل مكان الحيض بالماء يحميك من الروائح الكريهه والإلتهابات.. ووضع طبقات كافية من الفوط الخاصة في الأيام الأولى من الحيض يجنبك ظهور بقعة على ملابسك قد تسبب لك حرجًا.

****

أعراض طبيعية

هناك أعراض قد تصاحب الدورة الشهرية منها ما هو قبل الدورة ومنها ما هو أثنائها وهي أعراض مؤلمة ومقلقة لبعض البنات.

١- أعراض ما قبل الحيض:

تحدث بعض الأعراض قبل نزول الدورة مثل الصداع والإكتئاب وآلام وفي الثديين وإنتفاخ البطن وشعور بالإحتقان في الحوض وعدم الإرتياح وفي تلك المنطقة كما تعانى الفتاة من العصبية، وتحدث هذه الالآم لساعات قليلة قبل بداية الدورة وتنتهى غالبًا بنزول الدم.

طرق التغلب عليها:

- استلقي على ظهرك وضعى قطعة مبللة بماء دافى على البطن.
- القيام بعمل تدليك لعضلات البطن.
- قومى ببعض التمرينات الرياضية الخفيفة.
- اغتسلي بماء دافئ مرة أو مرتين يوميًا.
- تناولي المشروبات المهدئة كالينسون والتيليو.
- الإكثار من ذكر الله وسماع القرآن.

٢- عسر الطمس:

وتعاني بسببه بعض الفتيات بالشعور بآلام تأتي في صورة تقلصات أسفل البطن وتكون مصحوبة أحيانًا بغثيان وقئ وآلام وفي الظهر وتعب وإرهاق وآلام عامة في الجسم.

ويمكن التغلب على عسر الطمث بالمسكنات المعروفة، عدا الإسبرين الذي يحظر تناوله في فترة الدورة لأنه يزيد من نزول الدم

ومن الطبيعي أن تسبب تلك الأعراض صعوبة في التركيز وإنخفاض الآداء المدرسي.

تنبيهات وفوائد:

• رعاية لحال الحائض النفسية والجسمية أعفاهما الله من الصيام والصلاة في فترة الدورة الشهرية، وتعيد الفتاة بعد إنتهاء الدورة ما فاتها من الصيام ولا تعيد ما فاتها من الصلاة .

• لا ينبغي أن تتعامل الفتاة مع أيام الدورة الشهرية على أنها أيام حزن وكآبه بل تتعامل معها بنوع من التقبل والراحة فالحيض أمر كتبه الله على بنات آدم.

• مهم جدًا الاغتسال طول فترة الدورة بالماء الساخن ولا تستعملي الماء البارد مطلقًا.

• احرصي على إزالة الشعر الزائد من هذه المنطقة قبل الدورة حرصًا على عدم إنبعاث روائح غير مستحبة.

٨ طرق لتجنب مفاجأة الدورة الشهرية في المدرسة:

الدورة الشهرية بمشاكلها تعتبر «مشكلة» جديدة أثناء الدوام الدراسي، وأحيانًا تصل المعاناة لنقل الطالبة للمشفى؛ حيث تشتد عليها الآلام نتيجة للضغط النفسي والإرهاق، وأسباب أخرى كثيرة، ولذلك نقدم النصائح التالية لكل طالبة؛ لكي تستعد للدورة الشهرية أثناء الدوام الدراسي:

١- إذا كان موعد دورتك الشهرية منتظمًا، فسجلي هذا الموعد في مكان بارز؛ حتى تستعدي له ولا تفاجئك الدورة الشهرية في المدرسة، سجليه على هاتفك النقال أو على أجندة معلقة على الحائط في غرفتك.

٢- إذا كان لديك موعد محدد لدورتك الشهرية أيضًا، فتناولي مغلي بعض الأعشاب قبل الموعد بثلاثة أيام مرة واحدة يوميًا، مثل عشبة «المرمية»؛ حتى تكون الدورة بلا آلام نهائيًا.

٣- إذا فوجئت في الصباح الباكر ببعض الآلام فاشربي خليطًا من مغلي القرفة والبابونج بمقدار فنجان صغير قبل خروجك للمدرسة.

٤- إذا كنت تتعاطين مسكنًا خاصًا فاحرصي على وجوده في حقيبتك المدرسية.

٥- إذا كنت من النوع الخجول وتترددين في طلب فوط الحماية من المرشدة الصحية في المدرسة فاحتفظي ببعضها في جيب خفي بحقيبتك.

٦- احتفظي بأكياس نايلون صغيرة أيضًا؛ لتضعي بها الفوط المتسخة حتى لو ألقيت بها في سلة مهملات حمامات المدرسة؛ حتى تتعودي على تصرف يليق بك كأنثى رقيقة.

٧- تناولي طعام الإفطار جيدًا، ولا تتعرضي للتيارات الباردة، وحاولي تدفئة نفسك بملابس قطنية تحت زي المدرسة في أيام الدورة؛ لأن البرد يزيد من تقلصات الرحم.

٨- إذا كنت ممن يعانين من ظاهرة «القيء الفسيولوجي» فاحرصي على الاحتفاظ بأكياس نايلون سميكة وجديدة وغير مثقوبة في حقيبتك؛ حتى لا تلوثي ملابسك أو الفصل لو فاجأك القيء الذي يصاحب الدورة الشهرية عند بعض الفتيات.

****

نفحات من الفقة

بنيتي بعد أن كبرت وأصبحت فتاة ناضجة وجب عليك أن تنتبهي إلى بعض الأمور البسيطة التي أصبحت مكلفة بفعلها بعدما بلغت، والتي يجب أن تتعلميها.

١- الغسل:

ويقصد به تعميم الجسد كاملًا بالماء لقوله تعالى: ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ ﴾ [البقرة: ٢٢٢].

وعن النبي ﷺ قال لفاطمة بنت أبي حبيش رضى الله عنها: « دعى الصلاة قدر الأيام التي كنت تحيضين فيها، ثم اغتسلى وصلى » متفق عليه.

والإغتسال هواستحمام ولكنه بطريقة خاصة لابد أن تتبع وهي كالآتى:

أولًا: النية:

وهي عمل قلبى ومعناه أن تنوي من داخلك الاغتسال من الحيض للطهارة والصلاة.

ثانيًا: غسل جميع الأعضاء:

والدليل على أن المراد بالتطهر هو الاغتسال لقوله تعالى:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ لاَ تَقْرَبُواْ الصَّلاَةَ وَأَنتُمْ سُكَارَى حَتَّىَ تَعْلَمُواْ مَا تَقُولُونَ وَلاَ جُنُبًا إِلاَّ عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىَ تَغْتَسِلُواْ ﴾ [النساء:٤٣]

وحقيقتة هو غسل لجميع الأعضاء ويجب عليك البدء بالآتي:

١- غسل اليدين ثلاثًا.

٢- غسل الفرج ويتم مسحه بقطعة قماش بيضاء عليها بعض المسك أو أي مادة عطرية لتتبع أثر الدم حتى تتأكد من إنتهاءه ثم الغسل بالماء النقي.. فعن عائشة رضى الله عنها: أن أسماء بنت يزيد سألت النبي ﷺ عن غسل

المحيض، فقال: « تأخذ إحداكن ماءها وسدرتها فتطهر فتحسن الطهور ثم تصب عليها الماء ثم تأخذ فرصة ممسكة فتطهر بها »، قالت أسماء: وكيف تطهر بها ؟ قال: « سبحان الله تطهرى بها «، فقالت عائشة: كأنها تخفي ذلك تتبعي أثر الدم».

٣- الوضوء كاملًا كوضوء الصلاة.

٤- إفاضة الماء على الرأس ثلاثًا مع تخليل الشعر حتى يصل للأصول فلا يجوز التعلل بعمل كي للشعر (سشوار) للإمتناع عن تخليل الماء للشعر فلا يتم الغسل إلا بوصول الماء إلى جذور الشعر ولكن يعفى فقط عدم فك الضفائر بل تعميم الماء إليها وإلى أصل الشعر دون فك.

٥- إفاضة الماء على سائر البدن بدأ بالشق الأيمن ثم الأيسر مع تعاهد الإبطين وداخل الأذنين والسرة وأصابع الرجلين ودلك ما يمكن دلكه من البدن... وأصل ذلك كله. ما جاء عن عائشة رضى الله عنها: « أن النبي ﷺ كان إذا اغتسل من الجنابة: بدأ فغسل يدسه ثم يتوضأ كما يتوضأ للصلاة، ثم يدخل أصابعه في الماء، فيخلل بها أصول شعره ثم يصب على رأسه ثلاث غرف بيديه ثم يفيض الماء على جلده كله « رواه البخارى ومسلم.

وهكذا يكون قد انتهى الاغتسال ويمكنك بعد ذلك استعمال الصابون والشامبو.

****

أشياء لا تفعليها

هناك أمور يجب أن تنتبهي إليها خلال فترة الحيض وهي أمور يحرم عليك فعلها وهي:

١- الصلاة:

لأن من شروط صحة الصلاة الطهارة من دم الحيض وذلك لقول النبي ﷺ:

« لا يقبل الله صلاة بغير طهور ».

٢- الصيام: لقوله ﷺ:

« أليست إحداكن إذا حاضت لا تصوم ولا تصلى ».

٣- الطواف حول الكعبة:

لأنه بمثابة الصلاة.

وهذه الثلاثة مجمع عليها بين الفقهاء.

٤- مس المصحف وحمله:

والجمهور يمنعون الحائض من مس المصحف ويجوز البعض لها ذلك.

٥- قراءة القرآن:

وإن كان هناك بعض الآئمة يرون أنه لا بأس بأن تقرأ الحائض القرآن وخاصة إذا كانت طالبة لها جزء مقرر عليها في دراستها أو تحفظ وتخشى تفلت القرآن أو نسيانه.

٦- الجلوس في المسجد:

يحرم عند الجمهور أن تجلس الحائض وفي المسجد لحضور درس علم ونحوه، وأجاز بعض العلماء لها ذلك إذا لم يخشى أن تلوث المسجد بدم الحيض.

****

أحكام يجب أن تعرفيها

- **لست نجسة:**

تعتقد بعض بناتنا أنها في فترة الحيض لا ينبغي أن تشارك الناس وأن تعتزل المجتمع حتى تنتهي هذه الفترة، والحقيقة أن جسم الحائض وعرقها طاهر وأنها يجوز لها أن تأكل وتشرب وتخالط الناس ولا حرج في ذلك. لقول النبي ﷺ لعائشة رضى الله عنها « إن حيضتك ليست في يدك » رواه مسلم.

- **قضاء الصوم لا الصلاة:**

الحائض إذا تركت الصوم والصلاة في وقت الحيض يلزمها قضاء الصوم دون الصلاة. والدليل على ذلك حديث معاذة قالت: "سألت عائشة رضى الله عنها فقالت: ما بال الحائض تقضي الصوم ولا تقضي الصلاة ؟ قالت كان يصيبنا (الحيض) مع رسول الله ﷺ فنؤمر بقضاء الصوم ولا نؤمر بقضاء الصلاة " رواه الجماعة.

- **إنتقال مدة الحيض:**

إن كانت الفتاة تجلس سبعة أيام مدة حيضها، ثم زاد حيضها ثلاثة أيام أخرى لا تلفت إلى ذلك ولكنها بعد السبعة أيام تغتسل وتصوم وتصلي حتى تعلم أنه حيض متنقل، وإنما تعلم ذلك بأن يعادوها الدم في تلك الأيام مرة وإثنين وثلاثة فإذا عاودها حيضها إلى هذا، فيكون حيضها عشرة أيام، فتعيد كل يوم صامته في تلك الآيام لآنها كانت حائضًا.

- **قص الشعر والخروج للسوق:**

يجوز للحائض قص الظفر وإزالة الشعر والخروج للسوق وذهابها للمدرسة والجامعة وزيارة أقربائها وصلة رحمها بدون حرج.

- **حضور صلاة العيد:**

إذا كانت صلاة العيد في الخلاء(خارج المسجد) يجوز للحائض حضورها لسماع خطبة العيد مع أنه لا يجوز لها الصلاة لقول النبي ﷺ : " تخرج العواتق وذوات الخدود والحيض وليشهدن الخير ودعوة المؤمنين ويعتزل

الحيض المصلى"

- **غسل واحد يكفى:**

يكفي غسل واحد عن حيض واحتلام أو عن جمعة وعيد إذا نويت الكل لقول رسول الله ﷺ : " وإنما لكل امرئ ما نوى ".

- **الغسل بدون وضوء:**

إذا إغتسلت من الحيض ولم تكونى قد توضأت يقوم الغسل عن الوضوء قالت عائشة رضى الله عنها " كان رسول الله ﷺ لا يتوضأ بعد الغسل ".

وعن ابن عمر رضى الله عنهما أنه قال لرجل قال: إني أتوضأ بعد الغسل فقال له لقد تعمقت.

وقال الإمام أبو بكر بن العربى: لم يختلف العلماء أن الوضوء داخل تحت الغسل وأن نية طهارة الجنابة تأتي على طهارة الحدث وتقضى عليها لأن موانع الجنابة أكثر من موانع الحدث، فدخل الأقل في نية الأكثر وأجزأت نية الأكثر عنه.

- **الإغتسال عريان أمام الناس:**

لا يجوز للمرأة أن تغتسل عريانة أمام أحد ولو كانت امرأة مثلها لأن كشف العورة حرام.

****

بلوغ بلا خجل

أسرار البنات

إنها حكاية كل فتاة.. تساؤلات واستفسارات حول التغيرات التي تحدث لها في الفترة التي تسمى (مرحلة البلوغ).. فما هو البلوغ ؟.. وما هي التغيرات التي تحدث بالجسم.. داخليا وخارجيا ؟.. وما فائدة كل ما يحدث ؟

صغيرتي.. التغيرات التي تحدث بجسمك.. أنت ورفيقاتك.. ما هي إلا فترة انتقال من كونك فتاة صغيرة إلى امرأة شابة.. انه أمر طبيعي للغاية وتتعرض له كل بنات حواء، ولكن باختلاف التوقيت قال رسول الله ﷺ للسيدة عائشة: (شيء كتبه الله على بنات آدم)

كل فتاة تنمو وتنضج حسب نظام داخلي خاص بها،فبينما تبدأ غالبية الفتيات بالبلوغ بين الثانية عشر والرابعة عشر يبدأ بعضهن في سن مبكرة أو متأخرة قليلا، وعندما تبدئين بالبلوغ (مبكرا أو متأخرا) فهذا لا يعني انك افضل أو اقل من زميلاتك..

ما السبب ؟

البلوغ هو إشارة (إرسال) من الغدة النخامية إلى المبيض لإفراز مادة كيميائية.. هذه المادة هي هرمون يدعى (إستروجين) وهو في الواقع هرمون الأنوثة !!.. وهذا الهرمون مسؤول عن العديد من التغيرات التي يشهدها جسمك خلال مرحلة البلوغ.

ما هي الدورة الشهرية او ما يسمى الحيض ؟؟

لكي تعرفي الدورة الشهرية تعرفي أولا على الجهاز التناسلي للمرأة.

تتكون الأعضاء التناسلية للمرأة من المبيضان وقناة فالوب والرحم والمهبل. إن المبيضين صغيرين جدا بيضاوين الشكل يقعان على جانبي الرحم يبلغ طول كل منهما حوالي ٢,٥ سم، تحتوي المبايض على العديد من خلايا البيض التي لا يتجاوز حجم كل منها راس إبرة،بعد البلوغ تؤثر إفرازات

الغدد النخامية على المبيض، وبالتالي يفرز المبيض بويضة واحدة لكل شهر تفرز البويضة في إحدى قناتي فالوب وتسمى هذه العملية (الإباضة.. بكسر الهمزة).. في حالة الزوجين قد تصادف البويضة إخصابا فيتكون الحمل عند المرأة.. بتحرك البويضة باتجاه الرحم فتنمو بداخلة طبقة إسفنجية طرية من الأنسجة والخلايا الدموية تدعى بطانة الرحم، يستقر بها الجنين فترة الحمل..

ولكن في اغلب الأحيان لا يصبح الإخصاب ولا يتكون الحمل فيصبح الغشاء الداخلي للرحم غير ضروريا فيأخذ بالذوبان على شكل سائل أحمر هو ما يسمى (الحيض) أو الدورة الشهرية..وتأخذ بالنزول من خمس إلى سبعة أيام.

ماهي التغيرات ؟

أولى المؤشرات هو ازدياد سريع في الطول والوزن

- ظهور الثديين.
- الحيض وهو آخر المؤشرات تقريبا.

كيف تتابعين دورتك الشهرية ؟

لا تندهشي صغيرتي إذا كانت دورتك غير منتظمة.. لان جسم الفتاة يحتاج إلى فترة سنتين تقريبا لتنظيم العملية، فلا داعي لأي قلق.. أو الضيق الذي يسببه لك النزول المفاجئ للدورة. فقط دوني تاريخ نزول وانتهاء الدورة الشهرية في مذكرة خاصة.. سينفعك ذلك في معرفة مدى انتظام الدورة شهريا.. وإذا تعدى فترة عدم انتظام الدورة اكثر من سنتين عليك بمراجعة طبيبك الخاص.. ذلك أن انتظام الدورة يسهل لديك عملية الحمل مستقبلا .

لا داعي للقلق:

تدوم فترة نزول الدوم من ٥ إلى ٧ أيام.. وهي فترة تختلف من فتاه لأخرى،يكون تدفق الدم أكثر في الأيام الأولى لنزول الدورة ثم يخف تدريجيا

حتى ينتهي تماما حينها يتوجب عليك (الطهارة من الحيض).

لا تقلقي من زيادة حجم السائل (الدم) لأن الدم النازل فائض عن حاجة الجسم كما يقوم جسمك تدريجيا بتعويض الدم المفقود..

آلام الدورة الشهرية

تشعر بعض الفتيات بانزعاج شديد خلال فترة الدورة بسبب الآلام الشديدة التي يعانين منها.

قد يكون الألم مستمرا خلال أول يومين لنزول الدورة، وربما تشعرين بثقل أسفل البطن والظهر.. حتى الآن لم يعرف السبب الحقيقي لهذه الآلام ولكن بعض الدراسات تشير إلى أن بعض النساء ينتجن الكثير من مادة (البروستاغلاندين) وهي نوع من المواد الكيميائية التي يفرزها الجسم، تؤدي هذه المادة إلى تقلص الرحم ينتج عنه الشعور بالمغص.

بإمكانك عزيزتي التخلص من هذه الآلام:

١- بممارسة بعض التمرينات الرياضية .

٢- الاستحمام بالماء الدافئ (سيعطيك إحساسا بالاسترخاء) .

٣- وضع كيس الماء الساخن على البطن .

٤- شرب المشروبات الساخنة (واحذري من شرب المشروبات الباردة) .

٥- تلجأ بعض الفتيات إلى استخدام المسكنات الطبية، حاولي أن تكون هذه أخر المحاولات حيث لا يجب أن يعتاد جسمك على تناول العقاقير وخاصة فترة الحيض

كما ستسمعين من البعض أن الاستحمام وممارسة التمرينات الرياضية ضار للفتاة في هذه الفترة وهذا غير صحيح حيث أن الدورة الشهرية وظيفة صحية وطبيعية من وظائف الجسم وعليك بمواصلة حياتك ونشاطك بشكل طبيعي.

تقلبات المزاج:

تشعر بعض الفتيات في مرحلة البلوغ بتقلبات حادة في المزاج حيث يشعرن بالسعادة في لحظة ويصيبهن الإحباط في اللحظة التالية.. السبب في ذلك أن الهرمونات التي تحدث تغيرات البلوغ تؤثر أيضا على المشاعر والأحاسيس فإذا مررت بمثل هذه التقلبات لا تقلقي كثيرا فسرعان ما سيهدأ جسمك وتشعرين أن الأمور باتت تحت سيطرتك.

صغيرتي.. بينما تدخلين عالم النساء بات عليك بعض المسؤوليات الشخصية.. حتى تكون أنثى طبيعية لابد من أن تتدربي على ممارسة مسؤوليات على أكمل وجه.. ودون رقيب.. !؟

صغيرتي.. بعد ان تصلي لمرحلة البلوغ يصبح الحجاب والاحتشام واجبا عليك يجب ان تلتزمي به وقد كرمنا الله تعالى بقوله في الآية الكريمة:

(وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنّ إِلّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا) وبذلك فأنت مسؤولة كل المسؤولية عن ستر جسمك ومفاتنك.. عن الطامعين والكائدين.. وفي ذلك لله تعالى حكمة.

العناية بالغذاء

في هذه الفترة قد يزداد وزنك وقد يقلقك الأمر مما يجعلك تلجئين إلى أوهام الفتيات والذي يسمى (الرجيم) عزيزتي أنت بحاجة إلى غذاء متوازن وخاصة في هذه المرحلة وهو يعني اختيار مجموعة متنوعة من الأطعمة من بين فئات الغذائية الأساسية:

١. مجموعة اللبن والأجبان .

٢. مجموعة اللحوم والسمك والبقول .

٣. مجموعة الفواكه.

٤. مجموعة الخضراوات.

٥. مجموعة الخبز والحبوب .

٦. مجموعة الدهون والسكريات .

قللي من كمية الوجبة ونوعيها.. إذا كنت ممكن يرغبن المحافظة على وزن معين.. ولا تهملي تناول وجبة الإفطار يوميا لان جسمك بحاجة إلى حيويته ليبدأ يومك بشكل طبيعي وصحي.

المظهر اللائق والإحساس الرائع

المحافظة على النظافة: من الطبيعي أن يفرز جسمك أكثر من ذي قبل نتيجة للتغيرات التي تحدث بداخل الجسم ونتيجة للنشاط الزائد للغدد العرقية.. وعليه فأنت بحاجة لحمام يومي ولا تهملي استخدام مزيلا للعرق بعد نشاط عضلي مثل درس الرياضة.. واحذري من استخدام أي مزيلا للعرق بديلا للاستحمام !!

صفاء بشرتك

من فوائد الاستحمام اليومي أيضا انك تتخلصين من الدهون التي تتراكم على بشرتك وتسبب ظهور بثور الوجه والكتف والظهر.. فمن الطبيعي أن الغدد الدهنية تصبح اكثر نشاطا ويزداد إفرازها في مرحلة البلوغ وتنتج هذه الغدد مادة تسمى (الزهم) فإذا ما سدت تلك المادة بشرتك وامتزجت مع البكتيريا فإنك تصابين بالبثور.

ماذا تفعلين اذا ظهرت لك البثور:

- أولا يجب غسل الوجه بلطف بالماء والصابون الطبي
- عدم فرك الوجه بالإسفنج أو الليف.
- عدم إزالة البثور باليد حتى لا تتشوه البشرة وتترك ندبة مكانها.
- عدم استخدام مستحضرات التجميل (وخاصة الرخيصة) التي تملأ لأسواق، استشيري خبيرة التجميل أو طبيبتك الخاص في نوع المستحضرات التي تتناسب مع بشرتك.

العناية بالشعر:

تكون الغدد الدهنية على فروة الرأس شديدة النشاط خلال مرحلة البلوغ مما يتسبب بجعل الشعر دهنيا باهتا وقابل للتساقط عند بعض الفتيات،

فحافظي على لمعانه بغسله بالشامبو المناسب لنوع بشرتك،وسرحيه أكثر من مرتين في اليوم على أن تمرري المشط من كل الجهات (من الأسفل إلى الأعلى ومن اليمين إلى الشمال.. وهكذا) ذلك يساعد على مرور الدم في جميع أنحاء فروة الرأس فيزداد شعرك حيوية وبريق

العناية بالفم

للحفاظ على صحة الفم والأسنان عليك باستخدام معجون أسنان غني بمادة (الفلورايد) كما يجب غسل الأسنان بالفرشاة مرتين على الأقل يوميا،وتأكدي من عدم وجود الفضلات بين الفتحات الدقيقة بأسنانك باستخدام (خيط التنظيف الطبي)

نظرة الاسلام للمرأة الحائض

لقد كانت الأديان السابقة تنظر للمرأة الحائض نظرة اشمئزاز كونها نجسا ولا يجوز ملامستها ومؤاكلتها ومضاجعتها.. وقد جاء عن اليهود في معاملة المرأة الحائض: (وكان بعضهم ينصب للحائض خيمة، ويضع أمامها خبزا وماء، ويجعلها في هذه الخيمة حتى تطهر).. ومازالت بعض الشعوب الهندية تتعامل مع المرأة الحائض بصورة مماثلة .

جاء الاسلام ليكرم المرأة وقد خص القرآن الكريم بالذكر في المرأة الحائض لقوله تعالى: (ويسألونك عن المحيض..)

وقد عرّف القران الكريم وسنة نبيه أحكام معينة للمرأة تتعلق بهذه الحالة وعلى الأمهات تعليمها للفتيات منذ الصغر وقبل البلوغ لتتعامل معها الفتاة بعقلية واعية نابعة من منهج الاسلام التربوي الحكيم.. لا من نظريات تربوية وضعية وما فيها من قصور في فهم الحالة..

حكم الصلاة خلال فترة الحيض

تعفى الفتاه من اداء فرض الصلاة خلال فترة الحيض (منذ ظهور الدم وحتى أخر يوم لانقطاعه) على أن لا تعوض ما فاتها من الصلاة.

الصيام

تفطر الحائض وتمتنع عن الصيام خلال فترة نزول الدورة الشهرية على ان تـعـوض ما فاتها بعد انتهاء شهر رمضان المبارك.. و لا يجوز لها تجاهل ما فاتها من صيام أو ان تتأخر في أداءه .

الدعاء

يجوز للحائض أن تقرأ الدعاء متى تشاء.. كما يجوز لها أن تلاوة ما تحفظ من القرأن الكريم دون أن تمس الكتاب الشريف.

ويجوز ان تتلقى دروس التربية الاسلامية والمرور على الآيات الكريمة في المدرسة بغرض تلقي العلم وليس العبادة.

****

التبدلات والتغيرات النفسية التي تمر بها المراهقة

وهذه هي أهم التبدلات النفسية التي تعاني منها غالبية الفتيات في سن المراهقة:

- قلق وارتباك وتبدل في المزاج.
- عدم الشعور بالاطمئنان وعدم الاستقرار.
- التغير السريع في المزاج.
- الشعور باليأس والاكتئاب والانعزال.
- نوبات من التصرفات المتسمة بالرعونة والخشونة والعنف تعقبها نوبات معاكسة من الكسل والانزواء.
- تصاب بعض الفتيات بخجل وحياء شديدين إلى حد التلعثم بالحديث واحمرار الوجه الشديد.
- العناد وعدم الاستماع إلى نصح من هم أكبر منها سنا مثل الأب والأخ والأخت، مما يؤدي إلى احتكاكات وصدامات معهم. فعلى الأم، في مثل هذه الحالة، ألا تستعمل الشدة إطلاقا مع البنت طالما أن العناد لم يصل إلى درجة تؤدي إلى الانحراف. وأنصح الأم بأن تجعل مراقبتها تصرف ابنتها تأخذ منحي الرعاية المكللة بالحنان بدلا من استخدام الخشونة والتوبيخ وكأنها تلعب دور الشرطي في البيت والأستاذ في المدرسة.
- الخوف من أمور تافهة مثل الظلام والحيوانات كالقطط والكلاب وتصور أشباح... فلا داعي لنهرها وإجبارها على عدم الخوف منها لأن هذه المخاوف سرعان ما تزول تدريجيا.
- اتساع مجال الخيال مما يجعلها في كثير من الأحوال لا ترضي بالظروف المعيشية التي تعيشها... وهذا أمر يجب على الأهل تفهمه. فالفتاة في هذه الفترة خيالية، حالمة، كثيرا ما تستسلم لأحلام اليقظة.

****

الصراعات الداخلية التي تعانيها المراهقة

تمر بعض الفتيات، في فترة المراهقة، بنوع من الصراعات الداخلية هذه أهمها:

الرغبة في الاستقلال المادي والعاطفي

فهي في الوقت الذي ترغب في الاستقلال والاعتماد على النفس والتحرر المادي بكل معنى الكلمة، نجدها في مجتمعنا محتاجة إلى الاعتماد على الأبوين للحصول على الأمان المعنوي والسند العاطفي والماديات التي يوفرها الوالدان والمحيطون بها في أقارب.

صراع البحث عن الذات

وفي هذه المرحلة تمر المراهقة بصراع البحث عن الذات، أو تحديد الهوية فهي تخاف من أن تكون لا شيء، وفي الوقت نفسه تخاف من تقليل صورة شخص آخر، وهي لذلك تنطلق لمواجهة العالم لتخوض بنفسها التجربة، ولكنها تجد نفسها مقيدة بالتقاليد والعادات والأعراف الأسرية العميقة تحيط بها كما يحيط بها البرج العالي بأمير الأحلام.

تضارب القيم بين ما تعلمته في الطفولة وآمنت به من تعاليم ومبادئ في المدرسة ومن الأسرة

وبين ما يمارسه الكبار في المجتمع والحياة اليومية من شواذات، يؤدي إلى وقوعها في حيرة من أمرها، فيدخل الشك في نفسها وتصبح عاجزة عن التفرقة بين ما هو صواب وما هو خطأ في الحياة.

انحرافات السلوك عند المراهقة

إن الاضطرابات والانحرافات السلوكية في سن المراهقة هي نتيجة للتربية العائلية الناقصة أو المحرفة والتوجيه السيئ، ورد فعل طبيعي

لمراحل اعتبرت فيها البنت، حتى بعد بلوغها، بأنها صغيرة لا تفهم، وعدم الاعتراف بأنها قد كبرت وكونت شخصيتها.

وقد تحدث هذه الاضطرابات نتيجة الفجوة بين الأجيال وعدم التفاهم بين الأهل والشباب، لأن شباب اليوم يفكر بمنطق قد لا يفهمه الوالدان، ويعتقد بأن الكبار قد فشلوا في تهيئة المجتمع المثالي المناسب لهم مثل عليا ومفاهيم عصرية جديدة وبيوت ملائمة ووظائف مناسبة، وكل ما يفكرون به هو ثورة عارمة على « التقاليد والنظم العائلية البالية والمختلفة برأيهم، وهذا ما يدفعهم للتعاطي مع أصدقاء ذوي تأثير سلبي على سلوكهم .

وقد تتخذ هذه الاضطرابات اتجاها عدوانيا، فنرى بعض الفتيات يكثرن من المشاجرة مع أخوتهن أو أهلهن أو أقاربهن مع ميل واضح إلى رفضهن سلطة الآخرين عليهن. لذلك، يلجان إلى الهرب من البيت أو يعتمدن التأخر خارج المنزل لاستثارة كل ما يمس ممتلكي السلطة، أي الأهل، وما يمثلون من عادات وتقاليد متعارف عليها في المجتمع الشرقي، وهذا بدوره قد يدفع بهؤلاء الفتيات، في الغالب، للوقوع فريسة سهلة بين أحضان شلل المراهقين المنحرفين، الذين يمارسون الفسق والانحراف ويتعاطون المخدرات أو الحبوب المنشطة التي تؤدي إلى الإدمان في الشقق وفي علب الليل.

وهناك العديد من الاضطرابات النفسية قد تبرز في مرحلة المراهقة، وبدرجات مختلفة، مثل الاكتئاب، والفصام الذهني، والهستيري، وكلها قابلة للشفاء على يد أطباء في علم النفس.

ويميل بعض الباحثين، على الرغم من اعترافهم بأهمية الأسباب الوراثية أو الهورمونية لهذه الأمراض والانحرافات، إلى الاعتقاد بأن للبيئة المنزلية، بشكل خاص، والمجتمع، بشكل عام، المقام الأول في التسبب بحدوثها، وتتلخص بعدم التكليف مع البيئة والمجتمع وبخيبة الأمل والإحباط عند هؤلاء المراهقين.

ونحن نوصي أبنائنا وبناتنا المراهقين بحسن الصلة بخالقهم وكثرة طرق

بابه بالدعاء أن يعينهم ويحفظهم وأن يحرصوا على الصحبة الصالحة وأن يتسلحوا بالعلم النافع وأن يعمروا أوقاتهم بالعمل المثمر وأن يمارسوا الرياضة وأن يحرصوا على مساعدة الاخرين (والله في عون العبد ما دام العبد في عون أخيه).

****

أسرار خاصة جدًا جدًا

هناك مناطق في البنات تعتبر من الأسرار الخاصة التي إذا أردنا الاقتراب منها فإننا نقترب من منطقة شائكة، مليئة بالألغام.

فالحياة الجنسية للبنات من أكثر الموضوعات حساسية وقد تظل الفتاة محتفظة بتساءلاتها في صدرها، وتظل حائرة بين آباء وأمهات يهربون من مواجهة أبنائهم وفي مثل هذه الأمور، أو صديقات يجهلن أكثر مما يعلمن ويفتين فيما لا يحسنون، ومن كتب ومجلات صفراء تقدم بضاعة مزجاه وتروج أحيانا للفحش، وسنحاول في هذا الباب أن نجيب عن التساؤلات التي أرى أن بناتنا في أشد الحاجة إليها وبيان الحقيقة العلمية والرؤية الشرعية والخلفيات النفسية.

وقد قسمنا هذا الباب لموضاعات رئيسية وهي:

١- نظرة الفتاة للجنس.

٢- العادة السرية.

٣- غشاء البكارة.

٤- الإفرازات الجنسية للمرأة.

وسنحاول عرض الموضوعات بشيء من الوضوح والبساطة علنا أن نضع بناتنا على الطريق الصحيح.

****

نظرة الفتيات للجنس

الإسلام دين الوسطية:

فهو لا يريد أن تنظر للجنس على أنه أمر مستقزر وأن التفكير فيه دنائة، أو أن تنبهر بالجنس وتتمحور حياتها حوله، ولا أن تستحى من الحديث عن الجنس حتى ولو إحتجنا إلى النصيحة والفتوى بل يفضل الصمت والكتمان.

وهو لا يريد للفتاة أن تتحدث عن الجنس بدون حياء بل وتفخر بمعلوماتها وربما بمغامرتها.

لا يريد الإسلام للفتاة أن يكون همها الأكبر جمع المعلومات عن الجنس ليلًا ونهارًا من مصادر طيبة وأخرى غير طيبة، ولا يريد فتاة لا تسأل عن الجنس إلا قبل ليلة الزفاف.

بل يريدها أن تعرف الجنس في وقته الصحيح ومن يد أمينة.

يريد الإسلام أن تعرف بناتنا:

• الجنس آية من آيات الله: فقد قال سبحانه وتعالى ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾.

• وأن الجنس حاجة طبيعية في الإنسان إذا مارسه الإنسان في إطاره الصحيح وهو الزواج فهو مأجور عليه، وإذا كان خارج إطار الزواج فهو إثم حيوانى وضيع.

• وأن الشهوة الجنسية دافع نفسي، وبيولوجي خلقه الله تعالى في الإنسان لتستمر الحياة والتناسل.

• وأن شهوة الجنس ابتلاء من الله جلّ جلاله كالمال والمناصب متى وجهها الإنسان في مكانها فهو خير وأجر ومودة بين الزوج وزوجته.

• أما إن وضعت شهوة الجنس في غير موضعها تحول الإنسان إلى منزلة أحط من منزلة الحيوان.

تعلم الجنس ليس عيبًا ولا حرامًا:

- بل هو ضرورة إن كان في إطار من الاحترام مع أخت أكبر تعلم وترشد بالأسلوب والتدرج المناسب ولم يكن مادة للتسلية وتهيج الغرائز.
- الجهل بالجنس كارثة ولكن الكارثة الأكبر هي تعلمه من مصادر غير موثوق وفي علمها ودينها.

وهنا ربما تساءلت يا بنيتي ما هي...

****

نظرة الإسلام إلى الجنس

لقد أصبحت قضية الجنس من أكثر مشكلات المراهقة تعقيدًا في هذا الزمان، إذ أن شهوة الجنس تتأجج في هذه السن لدى الفتيان والفتيات بسبب النمو الجسدي مع كثرة المثيرات في المجتمع ففي كل مكان تقع عليه أنظار المراهقين المراهقات نجد فتنة هوجاء ومزالق ومتاهات.

ومن هنا تشتد الحاجة إلى فهم هذا الواقع المرير وإلى حسن التفاهم مع طبيعة المراهق، ثم وضع التدابير التي تجنب الفتى والفتاة مواطن الإنحراف والغواية.

ولنا أن نتساءل هنا عن نظرة الإسلام إلى الطاقة الجنسية ودافع الجنس.

فإن ديننا الحنيف يعترف بالغريزة الجنسية ويوجهها ولم يكن الله الذي زود الإنسان بأجهزة التناسل وركب فيه غريزة الجنس ليحرم عليه إستعمال هذه الإجهزة بتاتًا، ولم يكن الله ليترك للإنسان حرية التصرف كاملة في هذه الأجهزة بلا ضابط فيكون كالحيوان.

فإن الدين الحنيف يوجه الغريزة الجنسية في الحلال الطيب الذي لا إثم فيه ولا حرمه وهو الزواج الذي فيه تكريم للمرأة والرجل والأسرة والمجتمع.

ليس للجنس مشكلة في الإسلام فقد خلقه الله ككل طاقة حيوية ليعمل لا ليكبت إنه يقره كا يقر الدوافع كلها ثم يقيم أمامها حواجز لا لتغلق مجراها ولكن ترفعه وتضبط مجراها.

وهي أشبه بالقناطر التي تقام أمام التيار النهري لتضبطه وتخفف من أضراره.

الفضول الجنسى عند المراهقين:

الجنس فطرة ومن طبيعة الناشيءة أن يتساءلوا: من أين يأتي الأطفال وعما يكون بين الرجل والمرأة من حيث تكوينهما الجنسي، ولما كانت المعلومات التي يحصل عليها المراهق والمراهقة من جماعة الرفاق معلومات تلقى عادة لأغراض الإستثارة والتشويق أو الإستغلال، فإنها كثيرًا

ما تثير القلق والمخاوف أو التأثم والشعور بالخطيئة أو الإحساس بالنقص والقصور.

وتلح هذه المشاعر على المراهق فيشعر بالحاجة الملحة إلى من يتحدث إليه من الكبار في هذا الشأن، ليتخفف مما يشعر به من توتر وضيق فلا يجد أحد غالبًا، ولكن المدرسة تستطيع من جانبها أن تقوم بدورها في هذا الصدد عن طريق دروس علم الأحياء والدين والأدب التي تعتبر من الأسباب الطيبة لإشباع ما يكون عند المراهقين من فضول طبيعي في هذه الناحية ولإشباع قواعد التربية السليمة وتطبع المراهق بالمعايير الخلقية والاجتماعية التي يدعو المجتمع إلى التقيد بها في هذا المضمار وللتخفيف من حدة القلق الذي يمازج الفضول في هذه المرحلة.

الإسلام علاج:

الإسلام يا بنيتي فيه الإجابات الشافية في قضية الجنس.

فقد روى النسائي عن زينب بنت أم سلمة عن أم سلمة أن امرأة قالت: يا رسول الله إن الله لا يستحي من الحق هل على المرأة غسل إذا هي احتلمت ؟

قال نعم إذا رأت الماء، فصحكت أم سلمة فقالت أتحتلم المرأة ؟ فقال رسول الله ﷺ : ففيم يشبهها الولد.

لقد أعطى رسول الله ﷺ معلومات مناسبة عن قضية الوراثة بأسلوب علمي وكانت صراحة الصحابية وحرصها على تعلم دينها من الحوافز التي لم تمنعها من السؤال.

ولا يفوتنا أن أم سلمة أخبرت ابنتها زينب بهذه الحادثة كنوع من التعليم والتوجيه، هذه يا بنيتي هي نظرة الإسلام إلى الجنس نظرة الفطرة السوية.

التربية الجنسية من منظور الشرع:

تأتي اليوم دعوات تهب رياحها من مجتمعات أخرى تنادي بتعليم التربية الجنسية، ونحن نعلم من واقع هذه المجتمعات.

ما المقصود بهذا العنوان.. بل ورأينا نتيجته في واقع تلك المجتمعات

ونحن نرفض أن تلخص التربية الجنسية في تدريب الفتاة على الإسلوب الذي تتفادى به الحمل أثناء العلاقات الآثمة في سن المراهقة أو الذي تتفادى به عدوى مرض الإيدز في هذه العلاقة المحرمة ولكن التربية الجنسية هي القيم والمبادئ التي من خلالها يعبر الشاب وتعبر الفتاة تلك المرحلة ليصلوا إلى بر الأمان والتي تتلخص في قوله تعالى:

﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ﴾ [المعارج: ٢٩،٣٠].

وقوله تعالى: ﴿ وَلاَ تَقْرَبُوا الزِّنَى إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴾ [الإسراء].

إن تربية الفتيان والفتيات على آداب الإسلام منذ الصغر ضرورة ملحة ليقفوا عند حدود الحلال والحرام فلا تهاون ولا تجاوز لهذه الحدود، وقد وضع الإسلام ضوابط تحد من إنحرافات الجنس وجعل هنالك تدابير شرعية تغلق باب الغواية من آداب الحجاب وغض البصر وآداب الإستئذان ومنع الإختلاط ولو اتبعت هذه المجموعات من الآداب والضوابط لحلت كثير من مشكلات المراهقين الجنسية.

****

لماذا تلزم الفتاة الصمت عند التحرش بها؟!

نرى كثير من الفتيات عند التحرش بهن لا يبلغون آبائهن أو أخوانهن بأنهن تعرضن للتحرش يعني أن الفتاة تلزم الصمت ولا تخبر أهلها بذلك ترى لماذا؟؟

السبب الاول:

إلقاء اللوم على الفتاة دون أي تفاهم...

يعني أن الفتاة تخاف من ردة فعل الأب أو الأخ أو الزوج الذي طبعا سيغضب عندما يعلم بأن أخته أو زوجته أو ابنته تعرضت للتحرش سواء بإعطائها الرقم أو تحرش من نوع آخر كيف تخاف يعني أن الأب أو الأخ أو الزوج يحاول أن يلقي كل اللوم على الفتاة مثلا لو أنك غطيتي عيونك لو أنك ما رحتي من هالطريق، لو أنك ما طلعتي لو لو لو إلخ أنت أيها المحرم تعرف طريقة ابنتك أو أختك أو زوجتك عند الخروج وراضي بها فلماذا تلقي اللوم عليها عندما تتعرض للتحرش من بعض الشباب القليلين مخافة من الله؟ المفروض أن تكون قريب من أختك أو زوجتك حتى تستطيع أن تتحدث معك بكل ما يجول بخاطرها المفروض أن تكون الزوج و الأخ و الصديق و القريب لا أن تكون المرعب المخيف التي تتجنبك أختك أو زوجتك خوفا منك ليس احتراما لك .

السبب الثاني :

أن تكون الفتاة خجولة ولا تستطيع أن تصرخ على الشاب وتوقفه عند حده

يعني أن الفتاة تلزم الصمت حتى ينصرف عنها من يتحرش بها أو يحاول معاكستها أو أنها تحس بالضعف وأنها مهما حاولت لإبعاده فلن تستطيع لأن قوة الرجل أكبر من قوة المرأة وبنيته أقوى من بنية المرأة .

السبب الثالث

خوف المرأة من أنها اذا حاولت إيقاف الشاب عند حده أن تكثر الإشاعات

عليها يعني أن الفتاة تخاف من الناس ومن الكلام الذي سيظهر عليها وأن الناس لا يرحمون من إظهار الإشاعات والظلم وهذه النقطة دائما ما تحدث وهذا موقف.

مرة من المرات حاولت إحدى الفتيات أن توقف شاب حاول معاكستها أكثر من مرة.

فما كان من أحد الجالسات إلا وقالت لا بد أنها هي من بدأت بإعطائه النظرات أو محاكاته

السبب الرابع

خوف الفتاة بأن يقوم أهلها بمنعها من الخروج والفتاة لابد أن تنفس عن نفسها بالخروج

طبعا لا أقصد الخروج الدائم لكنها تحتاج للخروج بين فترة وأخرى وتخاف بعد إخبار أهلها بأن يمنعوها من الخروج.

****

ضوابط شرعية في المسألة الجنسية

لا للإثارة:

يرفض الإسلام إثارة الغرائز سواء عن طريق القصة أو الصورة أو التلفزيون أو السينما أو الإنترنت أو أي وسيلة أخرى.

الحجاب:

لمنع الإثارة أوجب الإسلام على المرأة - إذا بلغت - الالتزام بالحجاب عند خروجها وجعل للعورة حدودًا فلا يُكشف من المرأة ما يثير فتنة ومن مواصفات لباس المسلمة أن لا يكون ضيقًا وأن لا يصف الجسم، و يشف عما تحته ولا يكشف أجزاء منه، وألا يشبه لباس لكافرات لأن المسلمة شخصيتها متميزة فلا تقلد كل موضة ولا تسير وراء كل ناعق وناعقة.

المخنثون والمترجلات:

كما أن لباس المسلمة لا يشبه لباس الرجال لأن المرأة المتشبة بالرجال تكتسب الكثير من أخلاقهم، ولقد لعن رسول الله ﷺ المتشبهين من الرجال بالنساء والمتشبهات من النساء بالرجال.

روى البخارى عن ابن عباس قال:

(لعن النبي المخنثين من الرجال والمترجلات من النساء وقال: أخرجوهم من بيوتكم).

واليوم من يراقب شباب العالم وفتياته في كثير من بلدان العالم التائه يجد أن اللباس يكاد أن يوحد بين الجنسين فالأساور والقلائد يتزين بها الجنسان من الذكور والإناث حتى بات يصعب على المرء التمييز بين الفتاة والفتى، وقد برزت طائفة وفي أوربا سميت الجنس الثالث، لا يتميز بصفات الذكور الحقة ولا الأنوثة السوية وأصبح عبئًا ثقيلًا على مجتمعه لا يجلب له إلا الهزيمة والدمار.

ومن الحجاب ألا تتعطرى:

ومن المثيرات المحرمة أن تتعطر المرأة وتخرج من منزلها.

روى ابن ماجة أن أبا هريرة لقى امرأة متطيبة تريد المسجد فقال يا أمة الجبار أين تريدين؟ قالت: المسجد،قال: وله تطيبت؟ قالت: نعم. قال: فإنى سمعت رسول الله ﷺ يقول:

" أيما امرأة تطيبت ثم خرجت إلى المسجد لم تقبل لها صلاة حتى تغتسل ".

وروى النسائى عن أبي موسى الأشعرى قال: قال رسول الله ﷺ

" أيما امرأة استعطرت فمرت على قوم ليجدوا من ريحها فهى زانية ".

منع الإختلاط بين الرجال والنساء:

الإختلاط سبب كل بلاء وقد أصيبت به المجتمعات قديمًا وحديثًا وحذرت منه الأحاديث النبوية تحذيرًا شديدًا.

روى البخارى عن أسامة بن زيد رضى الله عنهما عن النبي ﷺ قال:

"ما تركت بعدي فتنة أضر على الرجال من النساء"

وورد في مسند أحمد عن ابن عمر أن عمر بن الخطاب خطب الناس بالجابية فقال: قام فينا رسول الله ﷺ مثل مقامي فيكم فقال: **لا يخلون أحدكم بإمرأة فإن الشيطان ثالثهما.**

وإقرأ معي هذا الخبر العجيب الذي نشرته جريدة آفاق عربية:

فى الوقت الذي نصر فيه على الإختلاط بين الطلاب والطالبات في المدارس الحكومية بدأت الحكومة الفيدرالية وفي ولاية كاليفورنيا بأمريكا وفي تطبيق نظام الفصل بين الجنسين في خمس مدارس تابعة لها بهدف تقديم بديل للأهل القلقين من جراء تدني مستوى التعليم وإنتشار الإباحية بين الطلبة.

واسمعي يا بنيتي للصحيفة الأمريكية ميليسبان ستانسيرى التي زارت القاهرة وكتبت هذا الكلام تخاطب المجتمعات المسلمة:

" إن القيود التي يفرضها مجتمعكم على الفتاة صالحة ونافعة لهذا أنصح أن تتمسكوا بأخلاقكم وتقاليدكم، امنعوا الإختلاط وقيدوا حرية الفتاة فهذا خير لكم من إباحية وانطلاق ومجون أوربا " وتقول:

" لقد عانينا الإختلاط كثيرًا، ضحاياه يملئون السجون والأرصفة والبارات والبيوت السرية، إن الحرية التي أعطيناها لفتياتنا وأبنائنا جعلت منهم عصابات أحداث ومخدرات ورقيق ".

المصافحة:

يا بنيتي ينهاكي الإسلام أن تصافحي أحد من الرجال أو الزملاء فرسول الله ﷺ : لم يصافح النساء الأجنبيات قط.

ولا تخدعي بمن يقول لك إنهم مثل أخواتك فقد ورد نهى شديد من حبيبك النبي ﷺ الذي هو أحرص الناس عليك - عن مصافحة النساء فعن معقل بن يسار قال: قال رسول الله ﷺ :

"لأن يطعن أحدكم في رأسه بمخيط من حديد خير له من أن يمس امرأة لا تحل له "

الإلتزام بالعفة أدب إسلامى دعا إليه القرآن الكريم وإزدان به شباب الإسلام على توالي القرون، قال تعالى :

﴿ وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدونَ نِكاحًا حَتّىٰ يُغنِيَهُمُ اللَّهُ مِن فَضلِهِ ﴾ [النور: ٣٣].

وحكى القرآن الكريم قصة يوسف عليه السلام في مقاومته للإغراء الشديد والوعيد لمن هو في بيتها قال تعالى:

﴿ قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُنْ مِنَ الْجَاهِلِينَ ﴾ [يوسف:٣٣]

وفى حديث الغار كانت عفة أحد الشباب الثلاثة سببًا في نجاته:

[فقال الآخر اللهم إنك كنت تعلم أنه كان لى ابنة عم من أحب الناس إلىّ وأني راودتها عن نفسها فأبت إلا أن آتيها بمائة دينار فطلبتها حتى قدرت

فأتيتها بها فدفعتها إليها فأمكنتني من نفسها، فلما قعدت بين رجليها قالت: إتق الله ولا تفض الخاتم إلا بحقه فقمت وتركت المائة دينار فإن كنت تعلم أني فعلت ذلك من خشيتك ففرج عنا ففرج الله عنهم فخرجوا].

تدابير العفة:

وتربية الفتيان والفتيات على العفة يستلزم بعض التدابير منها: غض البصر، والتقيد بآداب الإستئذان، والإبتعاد عن مخاطر التليفزيون، والتورع عن المحارم.

****

العاده السرية

العادة السرية أو الإستمناء Masturbation يعني في الشرع " إنزال المنى بغير الطريق الشرعي".

ومعنى العادة السرية: العبث بالأعضاء التناسلية الخارجية بغرض الحصول على الإثارة الجنسية والوصول إلى ما يسمى رعشة الشبق.

ومعنى الإستمناء في اللغة الإنجليزية: ممارسة الإساءة للنفس، ومفهومه الجنسي " التدنيس باليد ".

ومعناه بالفرنسية: تعكير تصنعه اليد، أو قاذورات.

فوائد العادة السرية:

فوائد العادة السرية هي تحقيق المتعة الجنسية لغير المتزوجات مما يدفع عنهن ضرر الوقوع في الفاحشة، يحقق القاعدة الشرعية التي تفضل درء المفاسد عن جلب المصالح، خاصة في مجتمعنا الذي تأخر فيه سن الزواج حتى أواخر العشرينات أو أوائل الثلاثينيات بينما تتولد الشهوة الجنسية في سن الثانية عشرة تقريبًا، أي أنها تظل في حرمان جنسي لمدة تقرب من عشرين عامًا، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

الموقف الطبى:

إن الإمعان في الممارسة إلى حد الإدمان يمكن له أن يقلل من إنتاج المني كما أنه يُضعف من الأداء الجنسي في بعض الأفراد، ثم إن لبعض الوسائل عند الممارسة خطر في تكوين أفكار غير طبيعية عن الحياة الجنسية، تجعل الأداء الجنسي الطبيعي في المستقبل أكثر صعوبة، ولعل هذا وقوعًا في الأنثى منه في الرجل.

الحكم الشرعى للعادة السرية:

يقرر المحققون من علماء الحديث أن جميع الأحاديث التي وردت عن العادة السرية إما ضعيف أو موضوع لا أساس له: مثل حديث (ملعون من

نكح يده) وحديث (لا ينكح أحدكم نفسه بيده، فيأتى يوم القيامة وهي حبلى).

ولعل النص الوحيد الثابت الصحيح الذي له دلاله في هذا الموضوع قوله تعالى:

﴿إلا على أَزْوَاجِهِمْ أو مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴾.

وقد اختلف العلماء بناء على هذا النص على رأيين:

الأول: أنها محرمة تجريمًا قطعيًا، واستدلوا على ذلك ببعض الإستنباطات منها أن العادة السرية تدخل في (ما وراء ذلك) فإن من يرتكبها يكون من (العادون) وبالتالى فهي حرام.

والثانى: قالوا أنها تجوز بشرطين:

١- خشية الوقوع في الزنا.

٢- عدم إستطاعة الزواج.

كلام دقيق:

لضبط الأمر نقول أن ممارسة العادة السرية تجوز بضوابط وشروط وهي:

١- أن يلجأ إليها خشية الوقوع في الفاحشة.

٢- أن من يقوم بها غير متزوج.

٣- أن يمارسها لتصريف الشهوة إذا غلبته، وليس لإثارة الشهوة الكامنة.

٤- عدم الإفراط أو الإدمان حتى لا تتحول إلى سلوك دائم.

قالوا عن العادة السرية:

حتى الفقهاء الذين أجازوا العادة السرية بضوابطها انظري ماذا قالوا

- يقول الإمام الشوكانى رحمه الله " ولا شك أن هذا العمل هُجنة وخسة وسقط نفس وطرح حشمة و ضعف همة ".

أما ابن حزم فيقول عن هذا الفعل: " ليس من مكارم الأخلاق ولا من الفضائل ".

تتمثل خطورة العادة السرية فيما يلى:

١- التعود:

التعود على هذه الطريقة لخشية الإشباع الجنسى والتي يعيبها أنها:

• سطحية: مما يؤدي إلى صعوبة بعد الزواج للحصول على نفس المتعة بالطريقة الطبيعية وهي الإيلاج - الإدخال - مما يتطلب وقتًا للتعود على الطريقة الجديدة.

• ذاتية: حيث أن دورة الإثارة والإشباع تكون بين الفتاة ونفسها، فهي التي تشبع نفسها بنفسها بعد الإثارة، لذلك فعندما يظهر الزوج في حياتها الجنسية فإنه يشبه جسم غريب يدخل هذه الدورة، مما يؤدي إلى عدم تفاعلها معه.

وهذا أيضًا يستلزم وقتًا وتدريبًا حتى يأخذ الزوج مكانه في هذه الدورة ويصبح طرفًا فاعلًا فيها.

٢- السرية:

تمارس هذه العادة بصورة سرية وتستخفي بها المراهقة وذلك للشعور بالخطأ وليس الحياء كالعلاقات الزوجية، ولأنها سرية فهى مبعث من مباعث الخجل الشديد وهنا تكمن خطورة ملاحظة الآخرين للمراهق بعد مباشرتها، فيصيبها القلق والإضطراب والعزلة مما يؤدي إلى ضعف النمو الإجتماعي وتولد شعور بالنفور المتبادل بينه وبين من حوله.

وأيضًا لأنها سرية، ولأنها تصيب بذلك كله يفضل المراهق والمراهقة ألا يؤدي الواجب الديني بعد هذه العملية، وهو الإغتسال من الجنابة ويبقى على جنابته متأخرًا عن الصلاة، وعن الصوم، وعن تلاوة القرآن وعن الكثير من واجباته الدينية، وذلك حتى لا يكتشف أحد سره.

٣- التفكير المستمر في الناحية الجنسية:

مع إثارة خارجية بصورة أو قصص أو أفلام ومع التخفي تستشعر أنها جريمة، مع شعور بالإثم بعدها ومحاولة إزالة آثار فعلتك، هل بعد ذلك كله يكون هناك تركيز، ثم تسأل الفتاة نفسها لماذا لا أتقدم في دروسي؟ لماذا يحدث لي توتر عصبي مستمر، وشعور بالأرق والقلق ؟

ويحدث التفكير المستمر في الناحية الجنسية إذا ما رست الفتاة هذه العادة بشكل دوري مكثف ومنتظم، فتصبح عندئذ جزءًا من عاداتها وسلوكياتها وبالتالي يصعب عليها التخلص منها، وبدلًا من أن تكون بديلًا مؤقتًا مباحًا تلجأ إليه عند الضرورة حتى يحين الزواج، فإنها قد تستمر فيه حتى بعد الزواج طلبًا لقضاء الوطر.

٤- الإضرار بغشاء البكارة:

وذلك وفي حالة إدخال الإصبع أو أداة يمكن أن تفقد الفتاة عذريتها.

بنيتي هناك وسائل بالغة الأهمية تعينك على ضبط هذه الممارسة، حتى لا تلجئي إليها إلا عند الضرورة القصوى، وإذا لم تأخذي بهذه الوسائل - أو معظمها - تكوني قد وضعت نفسك في فريق المذنبين، فلا تقولي عندئذ أنك تمارسين العادة السرية مضطرة، وأنت قد قصرت أصلًا في محاولة تجنبها والتقليل منها....

وسائل مقاومة وضبط العادة السرية

وأهم هذه الوسائل:

١- حسن الصلة بالله:

فقد قال ربنا في كتابه:

﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾ وقال أيضًا:

﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلاَّ تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴾.

وجاء في الحديث القدسى **« من تقرب إلىّ شبرًا تقربت إليه ذراعًا، ومن تقرب إلىّ ذراعًا تقربت إليه باعًا ومن أتانى يمشى أتيته هرولة »**

فأكثرى من الدعاء والذكر والإستغفار والصلاة، ولا تقطعى صلتك بالله فهو تعالى مثبت القلوب والأبصار.

٢- الصيام:

قال رسول الله ﷺ : "**من استطاع منكم الباءة فليتزوج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء** ".

فلا تحرمي نفسك من الصيام، فهو يكسر من حدة الشهوة، وهذا أزكى للنفس وأهدأ للروح.

٣- تجنبي المهيجات الجنسية:

بعكس الذكور الذين يثيرهم الصورة والفعل، فإن الإناث - غالبًا - يثيرهم الفعل وليس الصورة ففي الفيلم العاطفي مثلًا، ربما لا تثيرك صورة أو شكل البطل، وإنما يثيرك المشهد العاطفي الذي يؤديه البطل، وكذلك في الأغنية العاطفية تثيرك كلمات المغني وأداؤه أكثر من صورته أو شكله، لذلك تجنبي المشاهد العاطفية المثيرة والأغاني الساخنة فهذه المهيجات هي التي تفجر بركان الشهوة الكامن وفي نفسك، وتجعل مرات هياجه أكثر

عددًا وأشد قوة وشراسة بعكس إذا اجتنبت المهيجات، فإن ثوراته تكون على فترات متباعدة.

٤- الصحبة الصالحة:

تذكرى يا بنيتي قول رسول الله ﷺ " **الشيطان مع الواحد، وهو من الإثنين أبعد** " **وقوله** " **إنما يأكل الذئب من الغنم القاصية (البعيدة)** ".

فلا تكوني وحدك، واحمي نفسك بالصحبة الصالحة التي تعينك على الخير وتدعوك إليه وإياك وصحبة السوء.

٥- الإكثار من أعمال الخير:

أكثر من أعمال الخير، والأنشطة المفيدة لك وللناس من حولك امسحي على رأس اليتيم، خذي بيد الفقير والمساكين، وأدخلي السرور على قلب المريض.

تذكري أن أبواب الخير كثيرة، وأنشطته عديدة ومتنوعة، تنتظر من يتطوع ويبذل، وإذا التحقت بهذه الأنشطة تكونى قد حقت مكسبين:

- المكسب الأول: هو شغل نفسك عن الإستعراض في شهواتها.
- المكسب الثانى: هو رضا الله تعالى وثوابه في الدنيا والآخرة حيث يقول الله تعالى

﴿ **وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ** ﴾ وقول نبيه ﷺ « **خير الناس أنفعهم للناس** ».

٦- ممارسة الرياضة:

يكاد يجمع الأطباء النفسيون والأطباء المتخصصون في المشكلات الجنسية أن الرياضة هي أهم وسيلة من وسائل ضبط الشهوة الجنسية، ذلك لأنها تستنزف جهدًا عضليًا عظيمًا، بحيث لا يكاد يتبقى جهد للجسد ليصرفه في النشاط الجنسى.

وكثيرًا من الفتيات التي تمارس الرياضة تحكين أنهن عندما يؤوين إلى

فراشهن ليلًا تخلدي إلى النوم بمجرد وضع الرأس على الوسادة فلا يكون هناك وقت أو جهد لآى ممارسة أخرى.

وأقول لك أن هناك وسائل متنوعة لممارسة الرياضة والجهد العضلي بما يتناسب مع القواعد والضوابط الدينية وبما يناسب كل المستويات الإقتصادية، بدءًا من التمرينات الرياضية وفي الصالات المخصصة للنساء والبنات وانتهاء برياضة المشي السهلة المتاحة المجانية.

٧- الترويح عن النفس:

لاتحرمي نفسك من قضاء بعض الوقت في الترويح الحلال " فإن القلوب إذا كلت ملت ".

وهناك مجالات متنوعة للترويح، مثل التنزه مع الصديقات أو مشاهدة بعض البرامج المفيدة والممتعة في التلفزيون، أو يشغل الوقت في تنمية مهارة أو هواية أوصقلها بالدراسة والتطوير، أو تصفح الإنترنت أو أقراص الكمبيوتر.

٨- الدراسة والقراءة:

قال رسول الله ﷺ : " **من سلك طريقًا يلتمس فيه علمًا سهل الله له طريقًا للجنة** "

ولا أقصد بالدراسة مناهج الدراسة في المدارس والجامعات فقط وإنما أقصد أن تتوجهي إلى دراسة حرة لعلم مفيد وممتع بالنسبة لك مثل اللغة أو الكمبيوتر أو الفنون أو أي قراءات أخرى في أي مجال ممتع أو مفيد.

ولعل هذه تكون فرصة بالنسبة لك لاكتشاف نفسك وتطويرها والتعرف على مواهبها وقدراتها.

أقول لكل من أدمت العادة السرية أو أفرطت في ممارستها ولم تحاول أخذ أسباب مقاومتها:

لقد أذنبت وتجاوزت ولك منا نصائح حتى تستطيعي التغلب على هذا التجاوز.

أ - ابدأي من الآن:

وفورًا في تحري الأسباب المعينة على مقاومة العادة التي ذكرنها سابقًا واعلمي أنه ما تأخر من بدأ.

ب- كيف نتعامل مع ذنوبنا ؟

التعامل يا بنيتي مع الذنوب يحتاج لحكمة وتوازن بين الخوف والغفلة فإذا غلبك اليأس.. تذكرى الرجاء والأمل وأن اليأس ليس من صفات المسلمين .

قال تعالى: ﴿ **إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ** ﴾

وقال أيضًا: ﴿ **قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ** ﴾

وإذا غلبتك الغفلة... تذكرى الخشية والتقوى، فقد قال تعالى:

﴿ **فَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ** ﴾

وقال أيضًا: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ لَهُم مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ** ﴾.

جـ- كيف نسيطر على أفكارنا ؟

من المهارات النفسية التي يجب أن تكتسبيها: القدرة على السيطرة على الأفكار السيئة.

الفكرة السيئة قد تبدأ صغيرة، ثم تنمو بالتدرج، ثم تحيط الإنسان بأذرعها التي تشبه أذرع الأخطبوط حتى تسيطر عليه تمامًا، وتشل كل قدره لديه على المقاومة، وتوصله لنقطة اللاعودة حيث يفقد إرادته ومقاومته تمامًا.

هذا ما تفعله بك الشهوة الجنسية عندما تنفردي بنفسك، ويجب أن تتعلمي كيف تسيطري عليها من اللحظة الأولى ولا تسمحي لها بالتمكن منك .

- استعيذي بالله من الشيطان الرجيم.
- اشغلى ذهنك - عندما تهاجمك الفكرة السيئة - بأيلم من أحلامك أو

هدف من أهدافك أو فكرة أو مشروع، وغوصي داخل تفاصيله حتى تنزعي نفسك نزعًا من الفكرة السيئة.

د- لا تيأسى:

مهما تكررت نوبات الفشل ومحاولات المقاومة عن العادة السرية فلا تيأسي. هناك مثل يقول:

لا باس إنه الفشل السادس عشر، لا بأس إنه الفشل السابع عشر، لا بأس إنه الفشل الثامن عشر، وتذكري أن أديسون حتى يصنع المصباح الكهربائى قام بألف تجربة فاشلة ولكنه نجح بعد الألف فشل.

واعلمي أن البشر لا ينقسمون إلى قسمين: قسم ينجح وقسم يفشل فالكل معرض للفشل، ولكنهم ينقسمون إلى قسم يعيد محاولته بعد كل فشل وقسم يستسلم.

فكوني من الثابرين المصريين على مقاومة العادة السرية أو التقليل منها، وإياك والتباطؤ بعد كل نوبة فشل، إذا سقطت فإنهضي فورًا، واعلمي أن المسافة بين السقوط والنهوض زمن ضائع من عمرك ولذلك قال تعالى: (" **فسارعوا..** " " **فسابقوا** ")

غشاء البكارة

غشاء البكارة عبارة عن غشاء موجود حول فتحة المهبل الخارجية وبه فتحة تسمح بخروج دم الحيض.

ويكون هذا الغشاء في أغلب الأحيان رقيقًا، إلا إنه في أحيان أخرى يكون سميكًا جدًا لدرجة الاحتياج لإجراء عملية جراحة لفضه عند الزواج، كما أن درجة مرونته وتمدده يختلف من فتاة لأخرى، وهناك نوع يسمى بالغشاء المطاطي المتمدد والذي يمكن معه إتمام الجماع بدون أن يتمزق.

ولغشاء البكارة أربعة أشكال حسب شكل الفتحة التي به:

١- الهلالي.

٢- الحلقي.

٣- الشبكي.

٤- المسدود ليس به فتحة، وهو نادر حتى أنه لا يسمح بمرور دم الحيض للخارج وتراكمه في المهبل في الرحم مما يؤدي إلى انتفاخ البطن وهنا لابد من التدخل الجراحي لشقة.

وفى حالة الغشاء الهلالي والحلقي: نظرًا لطبيعتهما المطاطية وشكل الفتحة بهما فيؤدي هذا إلى عدم نزول الدم إطلاقًا ليلة الزفاف أو نزول كمية قليلة جدًا منه مما يثير قلق الزوج الشرقي الذي يتصور أن نزول الدم هو الدليل الأكيد على عذرية الفتاة.

وكم من جرائم قتل ارتكبت باسم الشرف، وحالات طلاق وقعت نتيجة الجهل بهذه المعلومة.

معلومات مهمة عن غشاء البكارة:

١- يمكن حدوث حمل في العلاقات غير الشرعية رغم المحافظة على الغشاء وذلك إذا تسللت الحيوانات المنوية من الفتحة الموجوة بالغشاء والمخصصة لخروج دم الحيض.

٢- عند بعض الفتيات يكون غشاء البكارة سميكًا بدرجة كبيرة مما لا يمكن للزوج معه فضه رغم تكرار محاولاته.

وفى هذه الحالة لابد من تدخل الطبيب وإجراء جراحة بسيطة لفض الغشاء السميك.

٣- يتمزق الغشاء في ثلاث حالات:

أ- الإيلاج " إدخال العضو الذكرى " في ليلة الزفاف.

ب- إدخال جسم صلب.

ج- إدخال الإصبع بقوة عند ممارسة العادة السرية مثلًا.

د- الصدمات القوية كما في الحوادث.

وقد يصحب هذا نزول بعض قطرات من الدم، وكذلك بعض الألم، ولكن النزف لا يكون شديدًا، كما أن الألم يكون بسيطًا ومحتملًا لأن الشعيرات الدموية والعصبية التي تغذه الغشاء قليلة جدًا في عددها.

٤- كثير من بناتنا قد تتعرض وهي صغيرة لاغتصاب أو شبه اغتصاب وتظل وفي رعب شديد خاصة عندما تكبر والحل هو مراجعة طبيب أولًا فإن كان الغشاء سليمًا فالحمد لله وإلا فتتجه الفتاة إلى أحد العقلاء من أهلها وتطلب منه المساعدة.

هل يجوز الترقيع ؟

انقسم العلماء في مسألة جوز ترقيع غشاء البكارة إلى ثلاث أراء:

الفريق الأول:

حرم الترقيع مطلقًا، وقال يجب على الفتاة أو أهلها مصارحة الشخص المتقدم لها بحقيقة الأمر إذا توسموا فيه المروءة والشهامة، وأن يستحلفوه بالله أن يحفظ السر سواء قبل الزواج أم لا، فإن لم يقبل أحد الزواج فلتبقى بغير زواج محتسبة أمرها عند الله تعالى شأنها شأن من ابتليت بأي مرض منعها من الزواج.

ووجهة نظر هؤلاء العلماء:

أن الترقيع غش، وهذا مناف لآداب الآسلام، وأن هذا ربما يفتح بابًا واسعًا من الفساد، وأما من فقدته في اغتصاب أو حادث فهذا ابتلاء من الله وعلى صاحبته أن تحتسب أجرها عند الله.

الفريق الثانى:

قال أن حكم الترقيع يختلف بحسب الحالة:

فإذا كان تمزق الغشاء نتيجة فاحشة بإرادتها فلا يجوز رتقه، أما إذا كان التمزق نتيجة اغتصاب وغلب على ظن الفتاة أن هذا التمزق لن يقبل في مجتمعها يجوز عندئذ رتقه.

ووجهة نظر هذا الفريق:

أنه لابد من التفريق بين الضحية والمجرمة حيث يفصل للمغتصبة أن تستر نفسها لأن الستر أولى للمسلم من الفضح الفريق الثالث:

يرى أن يجب الستر سواء للمغتصبة أو حتى من زنت وتابت.

ووجهة نظر هذا الفريق:

أن الستر واجب بعد التوبة من الزنا، لذلك يجب على من زنت أن تستر نفسها ما استطاعت لذلك سبيلًا ولا تخبر أحدًا، لأن الضرر من الإخبار شنيع، فهو قد يؤدي بها إلى مزيد من الإنزلاق في الفاحشة، كما أنه يحول بينهما وبين الزواج، مما قد يعرضها للمزيد من الفتن.

وهذه هي آراء العلماء والمسألة محل خلاف ونقاش لحساسيتها من وجهة وأنها من المسائل المستحدثة من جهة أخرى.

وأقول لبناتنا ﴿ **وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا** ﴾.

حافظوا على أنفسكن والله يستركن في الدنيا والآخرة.

****

سنن الفطرة

وهي مجموعة من الخصال التي ذكرها النبي ﷺ في أكثر من حديث منها قوله ﷺ :

"**عشر من الفطرة: قص الشارب، وإعفاء اللحية، والسواك، واستنشاق الماء، وقص الأظافر، وغسل البراجم، ونتف الإبط، وحلق العانة، وانتقاص الماء**" رواه مسلم.

قال مصعب أحد رواة الحديث: ونسيت العاشرة، إلا أن تكون المضمضة وانتقاض الماء يعني الاستنجاء.

وجاء في حديث آخر قوله ﷺ : " خمس من الفطرة: الختان والإستحداد ونتف الإبط وتقليم الأظافر وقص الشارب" رواه البخارى.

ومعنى الفطرة: أن كل هذه الأفعال التي في الحديثين - لو فعلت - تدل على أن صاحبها على الفطرة التي استحبها الله لعبادة والتي لا يختلف عاقل في أنها أشياء طيبة تدل على الإنسانية والمدنية المتحضرة.

خصال الفطرة:

لو نظرنا وجدنا هذه الخصال منها ما يختص بالرجال ومنها ما يختص بالنساء ومنها ما يختص بهما. وسوف نتحدث هنا عما يخص النساء:

إزالة الشعر:

وهو الشعر الزائد وقد حددت أحاديث سنن الفطرة موضعين في الجسم هما: الإبط والعانة.

حلق العانة:

شعر العانة هو الشعر النابت حول الفرج.

قال العلماء: يستحب إزالة الشعر حول القبل والدبر وإن كان الحديث قد خصه بالحلق، إلا أنه يجوز بأي وسيلة، بالحلق والقص والنتف والنورة

[وهي عجينة تلصق بالشعر فتزيله وتعرفها النساء، أو طلاء يطلى به الجلد فيزيل الشعر معه، وهناك كريمات لهذا الأمر].

وقاية من المرض:

لا شك أن حلق العانة من أكثر الأمور الخاصة بالوقاية من الأمراض بجانب نظافة البدن وقمل العانة من أخطر ما يصيب هذا المكان إذا كثر شعره، مع كثرة الإلتهابات الناتجة من احتكاك الشعر بالفخذين بجانب تراكم العرق، وفساد الرائحة مما يؤدي إلى الإلتهابات.

وقت القص:

هناك حد أقصى مكروه أن يترك الشعر بعده دون قص وذلك فيما رواه مسلم من أنس بن مالك قال: " وقت لنا في قص الشارب وتقليم الأظفار، ونتف الإبط، وحلق العانة أن لا تترك أكثر من أربعين ليلة ".

ومعنى هذا أن أقصى مدة يمكن أن يترك فيها الشعر دون إزالة هي أربعون ليلة، وبعدها يكون الإنسان قد دخل في الكراهة التي توجب العقاب الرباني.

لا لكشف العورات:

لابد أن تعلمى يا بنيتي أنه لا يجوز كشف العورة المغلظة - وهي ما بين السرة والركبة - أمام بنات جنسك.

فلا يجوز أن تزيل الفتاة عانتها أمام أخرى، ولا يجوز أن تسمح لأخرى أن تزيل لها، والعجيب أن هناك نساء ذلك عملهن وهو حرام، حيث تنكشف العورات وتبدوا السوءات.

نتف الإبط:

ولا تقتصر إزالة شعر الإبط على النتف، فيجوز القص والحلق فقد دخل رجل على الإمام الشافعى وهو يحلق إبطه فقال الشافعى: " علمت أن السنة النتف ولكن لا أقوى على الوجع " ويستحب التيامن أي البدء بالإبط الأيمن.

الإستنشاق والمضمضة:

وهما من سنن الوضوء، ويستحب في غير الوضوء عندما يتسخ الأنف بسبب غبار الطريق أو غيره أو عندما تتغير رائحة الفم لأى سبب من الأسباب فيكون من الفطرة: الإستنشاق والمضمضة بالماء.

غسل البراجم:

وهي عُقد الأصابع ومعاطفها وما يلحق بها من أي ثنية في الجسم يظن فيها الإتساخ ولذلك كان من سنن الوضوء والغسل: الدلك ووصول الماء إلى ثنايا الجسم، وتخليل الأصابع (أي غسل ما بينهما)، حيث إنه مع غبار الجو وتراكم العرق وخاصة في الصيف - إذا لم يهتم الإنسان بثنايا جسمه - تتولد روائح كريهة، حيث يصبح منفرًا ومقززًا فيضع العطور ويمهل الإستحمام فلا يزداد إلا سوءًا.

انتقاض الماء:

هذه اللفظة يا بنيتي من الأدب النبوى، حيث يُعبر عن الأمور المستقبحة بالألفاظ المهذبة.

وقد فسرها راوي الحديث بالإستنجاء، وقد علمه لنا الإسلام.

عن سلمان الفارسي أنه قيل له: [**قد علمكم نبيكم ﷺ كل شيء حتى الخراءة؟ فقال: أجل، لقد نهانا أن نستقبل القبلة لغائط أو بول، أو أن نستنجى باليمين، أو أن نستنجى بأقل من ثلاثة أحجار، أو أن نستنجى برجيع أو بعظم**] رواه مسلم.

والإستنجاء يكون بالماء فإن لم يوجد فبالحجارة، والدليل على تقديم الماء حديث خصال الفطرة، التي ذكر فيها رسول الله ﷺ انتقاص الماء، ويعوض عن الحجارة بالأوراق المخصصة لذلك، والأفضل أن يجمع بينهمت ولا يقل عن ثلاث مرات.

ولا يخفى عليك النهي عن استخدام اليمين، في هذا الأمر وحكمته الصحيحة، كما لا يفوتنا التنبيه على غسل اليدين جيدًا بعد هذه العملية، وعلمى ذلك أولادك في المستقبل، حيث إن كثيرًا من أمراض الجهاز الهضمي تنتقل بالعدوى الشخصية من هذا الأمر.

والحقيقة أن غسل اليدين لا يمنع أحيانًا بعض العدوى مثل: الدودة الدبوسية، والإنتاميبا، وذلك بسبب عادات سيئة مثل عدم غسل الطعام جيدًا، وعدم غسل اليدين قبل الأكل وبعده.

التنزه من البول:

والأمر الأكثر أهمية - فقد يتجاهله البعض أو يؤديه بإهمال - الإستنجاء بعد البول.

عن ابن عباس قال: مر رسول الله ﷺ على قبرين فقال:

" أما إنهما ليعذبان، وما يعذبان في كبير أما أحدهما فكان يمشى بالنميمة، وأما الآخر فكان لا يستتر من بوله "

قال: فدعا بعسيب رطب فشقه اثنين، ثم غرس على هذا واحدًا وعلى هذا واحدًا، ثم قال:

" **لعله أن يخفف عنهما ما لم ييبسا** " رواه مسلم.

وفى رواية " **وكان الآخر لا يستنزه عن البول أو من البول** " وفي رواية: " **فكان لا يستبرئ** ".

والمعنى الواضح لقوله ﷺ: " **يستنزه من بوله** " هو الإستنجاء من البول ويدخل في الإستتار أو الإستبراء - المذكورين في روايات الحديث.

المحافظة من أن يصيب البدن أو الثوب شيء من رزازه، ولا تنسي استخدام منشفة نظيفة بعد عملية الاستنجاء بالماء، سواء من البول أو غيره، حيث إن بقايا الماء قد تسبب روائح غير طيبة مع اختلاطها بالغبار، وقد تسبب بعض الإلتهابات الناتجة عن الإحتكاك، خاصة في فصل الصيف.

وأنصحك باستخدام المطهرات المناسبة مع ماء الاستنجاء، وخاصة للقبل ولو مرة في الاسبوع، لتحمي نفسك من الالتهابات في هذا المكان، واستشيرى طبيبة أمراض النساء عند الشعور بأي حكة أو حرقان أو احمرار، حتى لا يتفاقم الخطر عليك.

نظافة الأسنان:

قال الحكماء: " **إن صحة البدن تبدأ من الأسنان** ". وقد أجمع أطباء الأسنان أن معظم ما يصيب الأسنان من التسوس هو بسبب بقايا الطعام، فينصحون بدعكها بالفرشاة بعد كل وجبة على الأقل يوميًا، بالإضافة إلى

مرة قبل الدخول إلى الفراش، ومرة بعد الإستيقاظ من النوم صباحًا.

ولن يصبح الأمر صعبًا إن ارتبط غسل أسنانك بمواعيد الصلوات اليومية، فعند الفجر يكون استيقاظك من نومك، وعند الظهر - تقريبًا - يكون موعد الإفطار، وعند العصر - تقريبًا - موعد الغذاء، وعند العشاء يكون موعد عشاءك ونومك.

روى البخارى عن أبي هريرة أن رسول الله ﷺ قال: " **لولا أشق على أمتي - أو على الناس - لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة** ".

وانصحك يا بنيتي بزيارة طبيب الأسنان ولو مرة كل ستة أشهر فذلك سوف يغنيك عن زيارته بعد ذلك أسبوعيًا.

قص الأظافر:

كما ورد وفي كلام أنس عن النبي ﷺ : إن أقصى مدة تبقى فيها الأظافر بدون قص هي: أربعون ليلة ويستحسن أن تقلم كل أسبوع مع الإستعداد لصلاة الجمعة وهذا من سنته ﷺ ولا يخفى عليك بنيتي ما تسببه الأظافر من أذى فهي:

أ - مصدر لتراكم الأوساخ والميكروبات مما يجعل من الصعب نظافتها فتؤدي إلى نقل الأمراض، وخاصة أمراض الجهاز الهضمي والتهاب العيون.

ب- تؤذي أولادك وزوجك في المستقبل في التعامل اليومي معهم من خلال أظفارك الحادة.

صبغ الأظافر:

تستخدم بعض الفتيات ما يسمى: " المانيكير أو الاكلادور " وهو:

١- من الزينة التي يجب ألا تبديها المرأة للأجانب عنها وداخله تحت قوله تعالى

﴿ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ﴾ [النور:٣١].

٢- أن هذه المادة المستخدمة تترك غطاء بلاستيكيًا يمنع وصول الماء إلى الأظافر وهذا يؤدي إلى بطلان الوضوء لوجود حائل يمنع وصول الماء إلى مكان يجب غسله في الوضوء.

استخدام المبرد:

وينصح باستخدام مبرد الأظافر برقة لتحديد الشكل المطلوب لها، وخصوصًا في الأظافر الجافة ويمكن الاحتفاظ بسطح الأظافر أملس، ببردها بالمبرد الخفيف، لأن الأسطح غير الملساء غالبًا ما تتشقق ويراعى عند استخدام المبرد استخدامه في اتجاه واحد، حتى لا يؤدي إلا تشقق أو كسر الأظافر.

واحذرى....

وقبل أن نترك تقليم الأظافر أنبهك يا بنيتي إلى الجلد الزائد على جوانب الأظافر، واحذرك من إزالته بالجذب، حيث يؤدي إلى ألم شديد جدًا والأفضل إزالته بالمقص بعناية شديدة.

****

اهتمي بالنظافة

ديننا يا بنيتي دين النظافة فهو يجعل النظافة عبادة يتقرب الإنسان بها إلى خالقه تعالى.

عن أبي هريرة عن النبي ﷺ قال:

" **حق لله على كل مسلم أن يغتسل في كل سبعة أيام يغسل رأسه وجسده** "
رواه مسلم.

النظافة هي أهم وسائل الوقاية من الأمراض ؛ فبدن غير نظيف وبيت غير نظيف وشارع غير نظيف هي أمور يترتب كل منها على الآخر وتؤدي وفي النهاية إلى أمراض تصيب الفرد، فتأثر على الأسرة وبالتالي على المجتمع.

نظافة البدن:

النظافة عبادة ولذلك فإن الإسلام يوجه كل عبادة مع الله إلى نظافة البدن.

فجعل لعبادة الصلاة شرط قبلها وفرضًا لا تتم إلا به وهو الوضوء وفي الوضوء تغسل الأطراف الظاهرة من الجسم والتي يكثر تعرضها للغبار وللإستخدام الكثير.

سنن الفطرة:

ثم الإهتمام بأعضاء معينة، مثل الفم والأسنان والأنف والإستنجاء والتنزه من البول كما بينا في سنن الفطرة.

اليد:

وهي أهم أعضاء البدن، والذي يحتاج لنظافة مستمرة، فنغسله قبل الوضوء ومع الوضوء وفي نهايته، ونغسله قبل الطعام وبعده.

ونغسلها عند الاستيقاظ من النوم ونغسله بعد الخروج من قضاء الحاجة سواء كان بولًا أم برازًا.

ومن السنة تثليث الغسل، أى جعله ثلاث مرات، وإستخدام الصابون مستحب لزيادة النظافة.

الغسل:

أما الجسد كله فقد أوجب الإسلام غسله غسلًا كاملًا مع التدليك للتأكد من وصول الماء إلى جميع أجزائه وثناياه في أحوال متعددة مثل الجنابة والحيض والنفاس للمرأة، وعند الإحرام للعمرة أو الحج.

ويسن الغسل في العيدين وفي الجمعة وقد رأى كثير من العلماء أنه واجب، حيث ورد الكثير من الأحاديث التي تأمر به منها قوله ﷺ: " **حق لله على كل مسلم أن يغتسل في كل سبعة أيام يغسل رأسه وجسده** "

وهكذا فلا يمر أسبوع بلا إستحمام.

وقمة النظافة أن يكثر الإنسان من هذا الإستحمام وخاصة في فصل الصيف.

نظافة البيوت:

بيوت المسلمين يا بنيتي نظيفة مرتبة ومن هنا حث النبي ﷺ على اتخاذ أكنفة – أى دورات مياه – ودعا إلى تنظيفها.

عن سعد بن أبي وقاص أن النبي ﷺ قال: " **إن الله طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة، كريم يحب الكرم، جواد يحب الجود، فنظفوا أفنيتكم ولا تشبهوا باليهود** "

رواه الترمذي ؛ وقد سن النبي ﷺ للمسلم عندما يأتى فراشه أن ينظفه بثوبه حتى لا تكون هناك حشرة ضارة فيه أو أى أذى.

عن أبي هريرة قال: قال النبي ﷺ :

" **إذا أوى أحدكم إلى فراشه فلينفض فراشه بداخله إزاره [طرف ثوبه] فإنه لا يدرى ما خلفه عليه** " رواه البخاري.

وهو إشارة إلى الإهتمام بالفرش وتهويتها وتشميسها وفرق كبير بين فراش تعرض للشمس، وآخر لم يرها ولم تره.

فبيوتنا يا بنيتي هي عنوان ودليل على ذوق أهلها وثقافتهم فاحرصى أن يكون بيتك نظيفًا مرتبًا.

من أشهر الإفرازات الجنسية المهبلية للمرأة:

الأول: المذي: وهو ماء أبيض رقيق لزج يخرج عند الاثارة الجنسية الناتجة عن النظر أو اللمس وغيرهما ولكن المرأة لا تشعر بعد نزوله بالإشباع الجنسي ونزوله من المرأة يوجب الوضوء.

الثاني: المني: وهو ماء أصفر رقيق وتشعر المرأة عند خروجه بالاشباع الجنسي وخروجه يوجب الغسل.

****

اسئلة خاصة للبنات

يغريني بالزواج وأنّه زوجي وكلّ شيء جائز بيننا !!

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر ثماني عشرة سنة أحبّ فتى لا يفوقني سنّا، والمشكلة أنّي لا أعلم ماذا أفعل في الوقت الحالي لأنّي فعليّا ألقى ضغوطات بشكل لا يصدّق من البيت وخصوصا أمّي وأبي لأنّهما يعقّدان الحياة بشكل غير طبيعيّ. كلّ شيء في نظرهما محرّم وممنوع ... أحببت رجلا أعطاني كلّ شيء أتمنّاه، عندما وقعت في عشقه مارست أمورا جنونيّة، حدث بيننا الجنس والاستحمام معا واعتدنا على هذه الأمور، لكن إلى حدّ الآن يغريني بالزواج وأنّه زوجي وكلّ شيء جائز بيننا، لكن في هذه الفترة مررت بضغط إلى درجة أنّي طلبت منه الانفصال فرفض بشدّة ولم يستمع لي وتغيّرت مشاعره فزاد في الحبّ والغرام. أنا الآن تائهة بينه وبين أهلي حيث أنّي أريد أن أنسى كلّ شيء حدث في حياتي، ولكنّي لا أستطيع الاستمرار لأنّي لا أقدر الزواج من رجل آخر علما أنّه ليس من نفس المنطقة التي أعيش فيها، ولكنّ مشاعره تشجّعني على التعلّق به.

مشكلتي الآن أنّي لا أعلم كيف سأخبر أبي بالموضوع لأنّه من النوع الذي لا يقبل الزواج عن حبّ وأمّي أشدّ تعقيدا منه

أنا الآن في حيرة من أمري لا أعلم ماذا أفعل، حقّا لا أستطيع ترك الرجل وأعيش حياة جديدة ولا أستطيع تقبّل الواقع لأنّ أهلي سيرفضونه بشدّة.

الجواب:

حقيقة ما فهمت رسالتك كيف أصبح هذا الرجل زوجا وتمارسين معه الجنس ثمّ تقولين أريد أن يخطبني من أهلي؟!!

لذلك أقول وبالله التوفيق:

أوّلا: أوصيك بالاستغفار والتوبة إلى الله ولزوم الصلاة والرفقة الصالحة والانشغال برضا الله ثمّ بمستقبلك فأنت ما زلت صغيرة والحياة أمامك فلماذا تفعلين بنفسك هذا. .

ثانيا: هل كلّما شعرت بمضايقة من أهلك تلجئين إلى الحرام والعياذ بالله؟

أين الإيمان بالقدر؟ أين الصبر والاحتساب؟ أين مشاورة الصالحين؟ أين وأين ليس حجّة لنا وعذرا لنا عند الله أنّ كلّ واحدة منّا تضيق بها الدنيا تتّجه للحرام.

ثمّ ماذا أعطاك هذا اللصّ الذي سرق منك عرضك؟

كيف سينقذك الآن من مشكلتك؟ تخيّلي لو والدك لم يوافق

كيف سيعيد إليك ما سرق منك؟ كيف يوهمك أنّك زوجة له؟ وأيّ شرع الزواج لا يتمّ إلاّ بأركانه؟

لذلك أنّ الله سيهدم بيتا قام على معصيته ومع ذلك اطلبي منه أن يتقدّم لخطبتك بدون ذكر أنّ هناك علاقة بينكما، وإذا لم يوافق والدك اتّقي الله وتوبي توبة نصوحا واهتمّي بدراستك، تعلّمي واحصلي على وظيفة وفكّري في نفسك ومستقبلك إذا كنت في مكانه ووظيفة، ستحصلين بحول الله على كثير من الخطّاب المحترمين واتركي هذا خلف ظهرك فما ربطه بك إلاّ الشهوة وبطريقة محرّمة للأسف أعوذ بالله من الشيطان الرجيم.

أسأل الله أن يحفظك ويغنيك بحلاله عن حرامه وبفضله عمّن سواه.

تحبّني ولكنّها لا تريد أن تخطئ معي!

السؤال:

اسمحوا لي "أن أفضفض" عمّا يدور في قلبي.

أدرس "تحفيظ القرآن الكريم" ووجدت أختا في الله وتعلّقت بها وأحببتها وهي كذلك، ولكنّ حبّي لها حبّ شهوة أشتهيها وهي تقريبا في عمري أو أصغر قليلا. حاولت أن أبتعد فلم أستطع وكذا مرّة أطلب منها قبلة فترفض وتقول حرام ولا يجوز، أحببتها وملكتني وهي ملتزمة ومحافظة تحبّني ولكنّها لا تريد أن تخطئ. أريد إن شاء الله أن أقبّل شفتيها وأبتلع ريقها لترتاح نفسي. إنّي صابرة منذ سنة ونصف وأنا أحاول أن أردع نفسي لكنّي لم أستطع، أحبّ الحديث عنها ورؤيتها ماذا أفعل أريد نسيانها؟

الجواب:

قد ذكرت في رسالتك ما حدث في خيالك ناحية هذه الصديقة وهذه المشاعر غير السويّة في مستوى الخيال وغير مستندة إلى أشياء سويّة. ما يدور بخاطرك هو نوع من أنواع الاضطراب فلا تجعليه يأخذ شكلا أكثر من الخيال وردّدي دائما أنّ هذا خطر واحذري من التمادي فيه.

بعض الخطوات الأوّليّة سوف تحتاجين إلى تنفيذها منها ترك المكان وبتر هذه العلاقة.

أتمنّى بالتركيز على الروحانيّات أقصد العلاقة مع الله وليس مجرّد أداء فروض دينيّة، هذه الروحانيّات تنمو بالدعاء والصلاة.

الهدف من ذلك هو النظر إلى أنفسنا من الداخل ونتأكّد من أنّ هويّتنا ليست في الانجذاب الخاطئ، هويّتنا هي أنّنا مخلوقون أصحّاء محبّون إلى الله.

لعب الرياضة المنظّمة شيء مهمّ جدّا.

عليك بتوسيع الدائرة الاجتماعيّة فتعدّد الصديقات أمر مهمّ جدّا بالنسبة لك ويجعلك تفكّرين في الصديقات في شخص صحّيّ ولا تنحصري في

شخص واحد أو فكرة واحدة.

أتمنّى الذهاب إلى أحد المعالجين النفسيّين أو طبيب نفسيّ لأنّك تحتاجين إلى ذلك ولا تنزعجي من ذلك.

بسبب الفراغ أدمنت النت ومكالمة الشباب!

السؤال:

أنا بنت عمري أربع وعشرون سنة أدمنت النت حوالي ثلاث سنوات دردشة وشات وغيرها، حاولت الإقلاع عن مكالمة الشباب ولكنّي لم أستطع التوقّف بل وصل الأمر أن أعطيهم صوري.

أنا الآن مرتبطة بشخص يعيش في ألمانيا وطلب منّي صورا فأعطيته، لكن نتحدّث في أمور جنسيّة ووعدني أنّه حذف صوري .

أريد التوبة، أريد أن أعيش هادئة وأرغب في الانفصال، لكنّي خائفة على صوري وأن يفضحني ...لا أعرف ماذا أفعل؟

الجواب:

معرفة الخطأ يسهّل علينا الطريق لمعالجته، وفي رسالتك ذكرت الأسباب التي أدّت إلى مشكلتك.

- الفراغ العاطفي.
- الوحدة.
- عدم وجود أهداف تشغلين وقتك فيها.
- ضعف الإرادة في التغيير.

والحلّ بيدك أنتِ لا بيدي أنا ولا أحد غيرك، حين تبدلين السلوك السيّئ بآخر طيّب وسويّ ستجدين نفسك تخلّصتِ من المشكلة بدون ضيق أو مشقّة.

كيف يكون ذلك؟

- تعرّفي إلى صديقات في عمرك، أو عزّزي من علاقاتك القديمة.
- اشغلي وقتك بهوايات محبّبة إليك، سواء في البيت أو في الإنترنت، فالإنترنت عالم فسيح، وجهتك هي التي تحدّد مدى الفائدة التي تجدينها.

• هناك مواقع تدريب عن بعد، تستطيعين أن تلتحقي بها وتطوّري مهاراتك وذاتك، ابحثي عنها وستجدين فيها ما يسرّك ويلهمك.

• كذلك اليوتيوب بحر زاخر لكلّ من أرادت أن تطوّر ذاتها وتنمّي مهاراتها الشخصيّة، القصد من هذا التعداد أنّ الإنترنت لا يعني فقط هدر الوقت بمحادثات تافهة أو علاقات محرّمة.

• ارسمي لنفسك أهدافا، وضعي خطّة لتحقيقها، وكافئي نفسك كلّما حقّقتِ شيئا منها، طالما تريدين التوبة والتغيير فطريق التوبة يتوجّب الفعل لا القول وحده.

• إن كان في مدينتك برامج خاصّة لمن هنّ في سنّك التحقي بها، ستطوّرين فيها جوانب كثيرة من شخصيّتك اجتماعيّة ومهاري ونفسيّة.

• بالنسبة للشخص الذي تودّين قطع علاقتك به، أخبريه أنّك لا تودّين الاستمرار في العلاقة واطلبي منه حذف صورك وإن أبى فهناك جهات تستطيع أن تأخذ حقّك بدون تشهير أو فضيحة، أي لا تدعي المخاوف وحدها تعيفك على التغيير، التفكير فيها وحده هو المعوّق الحقيقي لنا.

• وفّقك الله تعالى، وبارك لك في أوقاتك كلّها.

صديقتي تحبّني ومتعلّقة بي كثيرا!

السؤال:

تصرّفات صديقتي تضايقني، كيف أتعامل معها علما أنّي أغضب وأتضايق منها وأتركها أيّاما لا أحادثها جرّاء تصرّفاتها، سبق أن قلت لها إنّي لا أتقبّل شيئا هو في الأساس يجوز بين بنت وبنت فكنت أقول لها إنّه شذوذ. إنّها تحبّني ومتعلّقة بي كثيرا بل بلغت مرحلة العشق والهيام والغيرة الشديدة عليّ عندما أحادث غيرها. محادثاتها لي لا تكاد تخلو من كلمات الحبّ والغزل والأشعار والقبلات والصور وغيرها، فأنا لا أطيق كلّ هذا ولا أتقبّله نهائيّا فأنا بنت مثلي مثلها علما أنّ معرفتي بها فقط عبر الإنترنت فهي في بلد وأنا في بلد آخر. وبصراحة حتّى فكرة أنّي ألتقي بها لا أريد أن يكتبها الله لي إذا كانت ستغضبه ، فهي تلمّح بأنّها ستفعل بي كلّ ما يدور في خلدها ولا تريد أن أقول لها ممنوع أن تتعدّي الخطوط الحمراء معي ، لقد نصحتها أكثر من مرّة أن تعود إلى رشدها فكانت تتوقف فترة ثمّ تعود لأنّها تشتاق إلى ما تقوله وتفعله ، أمّا أنا فلا أتقبّل منها هذه الأمور وهي تعلم أنّي أغضب عندما ترسل إليّ هذه الأشياء ، فبمجرّد التفكير في كلامها وما تريده منّي أشعر بغثيان وأكره نفسي ، فأنا محطّمة بسبب هذه التصرّفات علما أنّها في بداية معرفتي بها لم تكن كذلك وكنت أحبّها كأخت وصديقة ولم أتخيّل أنّها ستكون هكذا .. أرجوكم ساعدوني ... ما الحلّ المناسب؟

الجواب:

نسأل الله أن يبصّرك بالصواب والحقّ ويعينك عليه، إنّه نعم المولى ونعم النصير.

الحمد لله الذي وضّح لنا وبيّن الحقّ من الضلال وعرّفنا الصواب من الخطأ.

والعاقل من اتّبع الحقّ وفاز بالدنيا والآخرة، والعبد المؤمن من عرف فلزم.

تحرّي الحلال والحرام واتّقاء الشبهات مسلك كلّ عاقل صالح

وهيّا بنا صغيرتي نقيس الأمر بمعايير الشرع والحكمة،

في الأساس ما هي فوائد الصحبة والإخاء؟

الإعانة على الحقّ والتواصي بالخير، صديقة تعيينك على نفسك وتذكّرك بالتقوى وتثبّتك عليها وإن زلّت قدمك تردّك وتحذّرك وتأخذ بيدك إلى الحقّ والصواب.

قال تعالى:

(...هارون أخي اشدد به أزري وأشركه في أمري كي نسبّحك كثيرا ونذكرك كثيرا....)

ثمّ إنّ هناك صفات لاختيار الصديق.

علّمنا رسولنا الكريم محمّد صلّى الله عليه وسلّم كيف نختار وحذّرنا من سوء الاختيار لأنّ الصاحب ساحب وهو أسرع وسائل التغيّر إمّا يجرّك إلى الحقّ أو ينزلق بك في الباطل، قال رسول الله صلّى الله عليه وسلّم (المرء على دين خليله فلينظر أحدكم من يخالل).

وما شاء الله عليك وقد هداك الله وبصّرك بالحقّ وأنت على خوف وحذر من هذه الصديقة وما تقوله وما تفعله معك

فلم التردّد ولم الانتظار؟ (دع ما يريبك إلى ما لا يريبك)

وأنت في سنّ حرج وليس عليك الالتزام بدعوتها وإصلاحها

هذا الأمر يتكفّل به من هو أكبر منك عمرا وحكمة وخبرة

لا نخشى عليه الفتنة والركون إلى ما تدعوه هي إليه،

(عدوى السيّئات أسرع انتشارا من عدوى الحسنات).

استخيري الله وتوكّلي عليه وخذي بالأسباب ويقينا ينجّيك الله ويحفظك وندعو الله أن يهديها.

لا تتّبعي خطوات الشيطان وتلبيس إبليس كلّما وسوس لك وأقنعك أنّك تتخلّين عنها أو تكتمين دعواتها وهذا حقّها عليك

لا بل استمرار تواصلك معها ودوام علاقتك بها هو الخطأ عينه والخسائر القادمة أشدّ من الحاليّة.

لابدّ أن نعترف أنّك أخطأت الاختيار، سوء اختيار الصديقة، ولمّا ندرك ذلك وجب علينا سرعة التحرّك في الاتّجاه الصحيح، ومن الجهل والغفلة أن نتجاهل الحقيقة ونعيش الوهم.

استغفري وتوبي إلى الله واستعيني بالله بالدعاء وصلاة الحاجة أن يرشدك ويبصّرك (اللهمّ أرنا الحقّ حقّا وارزقنا اتّباعه).

لقد حاولت معها واجتهدت في إصلاحها وردّها عن غيّها وهواها ولم تستجب .

هيّا بادري بقطع كلّ تواصلك معها، بثبات وثقة ودون تراجع أو رجعة وبلا ضعف أو شفقة.

لو أنّك تجدين وسيلة نصح أو ردع لها تقومين بها افعلي

بالتلقين أو التحذير أن تدلّيها على بوّابة تتلقّى فيها وتقبل النصح والإرشاد.

إيقاظ الإيمان المخدّر لديها بتكرار الخوف من الله ومراقبته

أن تشغل كلّ أوقات فراغها في أعمال مفيدة.

أن تجد نفسها وشخصيّتها في دراسة أو هواية وتنجح وتتفوّق

أن تتطوّع لخدمة الناس في أيّ مجال نافع تشعر بذلك بالإنجاز والسعادة عندما تسعد غيرها.

تحقّق ذاتها وتجدّد إيمانها وتراقب ربّها وتستقيم، لو أنّها تحرّكت وتغيّرت واستجابت فأهلا ومرحبا.

شجّعيها وخذي بيدها ولك أجر وثواب، الدالّ على الخير كفاعله، وفي حالة عدم الاستجابة الواضحة منها والإصرار على الذنب والتمادي في الخطأ والشذوذ فلها الله وعليك بنفسك وندعو الله لها بالهداية.

الساعات والأيّام ليست هباء ولا تضييعا في كلام لا طائل منه. إمّا لك وإمّا

عليك؟ فأين أنت وماذا تجنين من الوقت معها؟

ماذا ولماذا وكيف ومتى ومن؟

لابدّ من إجابات لأدوات الاستفهام عند كلّ حركة وفعل نقوم به.

فهيّا حدّدي ذلك وحدّدي أيضا مميّزات هذه الصديقة والإيجابيّات التي تعود عليك من الأخوّة بينكما، كما لابدّ من رصد العيوب والسلبيّات التي تعود عليك جرّاء استمرار العلاقة بينكما.

أعتقد أنّ خلاصة ذلك مع الاستخارة سوف يعجّل بتحرّكك تجاه البعد عنها وقطع كلّ وسائل التواصل والاتّصال بينكما.

(اللهمّ أجرني في مصيبتي وأبدلني خيرا منها)

تذكّري أنّ من ترك لله عوّضه الله خيرا ممّا ترك.

يبدلك الله بصحبة خير صديقة تقية تعينك وتذكّرك بالحقّ.

تعلّمي في القادم توخّي الحذر والتأنّي وحسن الاختيار.

ليست شبكة الإنترنت ووسائل التواصل الحديثة مصادر موثّقة ولا موثوقا بها ولا نركن إليها لعقد وإقامة زواج، إخاء، بيع وإلى غير ذلك من العلاقات والمعاملات بيننا.

صغيرتي أين والدتك أو أخت لك أكبر ممّا يجري بينك وبين صديقتك؟ للأسف هذا حال الكثير من الفتيات تسرّ إلى صديقة وتصحبها في كلّ أمورها وتخفي عن أمّها وأسرتها أبسط الأمور. وقد حذّرنا ديننا ورسولنا من هذه الآفة المهلكة: أن تبرّ صديقك وتعقّ أمّك.

أمّك أفضل صديقة لك خذي خبرتها ورأيها وهي سرّك ومن يحمل عنك، تفديك بنفسها لك ولراحتك، اقتربي منها وتقبّلي نصحها وعتابها فهو لك ولمصلحتك.

اشغلي نفسك عنها واهتمّي بحالك مع ربّك وحالك مع نفسك وحالك مع أسرتك وكوني دوما في صحبة خير وصديقات صالحات ناجحات ومجلس علم وذكر ونفع.

اغتنمي شبابك ووقتك أعانك الله على أمر دينك ودنياك.

المشكلة تغيره علي واهماله الشديد

السؤال:

خطبت لشابّ من أقربائي في نفس عمري أحبّني بشدّة وفعل المستحيل ليحصل عليّ وفعلا خطبني وعمري تسع عشرة سنة منذ أكثر من سنة، لم أكن أحبّه وتعذّب كثيرا محاولا أن يصل إلى قلبي ومع الأسف وصل إليه بالطرق غير الشرعيّة أي أوقعني معه في الحرام والمكروه. عوّدني على العادة السرّية فعلاقتنا كانت منفتحة واعتدنا على التعامل كالأزواج رغم رفضي الشديد في البداية إلاّ أنّني استسلمت.

بعد سنة كاملة بحلوها ومرّها الشديد انفصلت عنه في لحظة غضب، انهرت وقرّرت الانفصال رغم محاولة تهدئة والديّ لي لكنّي لم أقبل أن يأتي ونتفاهم ونحلّ المشكلة والتي هي تغيّره وإهماله الشديد!

تزوّج أخوه الأكبر ابنة خالي وصديقة طفولتي، لم تتزوّج أخاه عن اقتناع وإنّما من أجل المال، بدأت تتقرّب منه في البداية وكان يخبرني بانزعاجه لكن بعدها عندما أعاتبه يجيب بحزم بأنّها مثل أخته ومصلحتها تهمّه كونها فردا من أفراد أسرته! أصبحت تشتكي له عن زوجها وعن مشاعرها تجاهه (علمت ذلك عندما راقبت حسابه الخاصّ خلسة) لم أستطع تقبّل علاقتها المقرّبة حتّى وإن كانت مجرّد شكوك ولم أستطع الاحتمال فانفصلت بسببها!

انقضت ستّة أشهر كاملة بعد الانفصال وأكثر لكنّي لم أستطع تخطّي الأمر. بدأت أشعر أنّني أخطأت عندما انفصلت بتعجّل وبطريقة غير لائقة وبدأت أبحث عنه وأراقب حساباته (بما أنّني أعرف كلمة المرور الخاصّة به) حتّى اضطررت أن أتواصل معه، أخبرني أنّه شغل نفسه بأمور كي ينسى فراقي الذي آلمه، أخبرني أنّه سيرجع إن أردت أنا ذلك لكن ليس الآن لأنّه غير جاهز وعاطل عن العمل، لكنّه إلى الآن يهملني جدّا ولا يهتمّ ولا يسأل أبدا. أعاتبه وأجنّ وأحلف له أنّي أكرهه ولن أعود إليه بسبب إهماله لكنّي بعد فترة أضعف وأرجع إليه من جديد عسى أن يكون قد تغيّر وعرف قيمتي!

لقد تعبت كثيرا وأصبحت أفكّر في الجنس والعادة كثيرا معه وأتخيّله. بعد الانفصال تواصلت معه مرّتين ومارسناها بالهاتف (علما أنّي تبت) أتوب ثمّ أعود إلى ذنبي، مللت من هذه الحالة.....

في المرّات الأخيرة لم يكن يتجاوب معي حتّى في الجنس يدّعي أنّه لا يمارس الاستمناء مطلقا وأنّه تغيّر لكنّي أشكّ في ذلك لأنّه مجنون ومهووس به.

أشعر أنّي بلا قيمة حقّا فقد وقعت في مستنقع قذر كلّما خرجت منه أعود... أخبرت أمّي بما حصل وأنّني خرجت معه وتقابلنا سرّا وحصلت بعض التجاوزات (مقدّمات الزنى)، هي الآن تكرهه جدّا حتّى إن عاد لن توافق عليه مطلقا أو أردت أنا ذلك...

ما يجعلني أتمسّك به هو خوفي أن أكون مخطئة في شكوكي وأخاف أن أتوهّم اهتمامه ببنت خالتي! وأيضا قد مارست الرذائل معه وأخاف تركه فيفضحني. حاليّا لا يهتمّ بي، أخاف أن أتزوّج غيره فأرتفع في نظره فيعود مجدّدا لإفساد سعادتي. هو أيضا تجربتي وحبّي الأوّل أخاف ألاّ أستطيع نسيانه، حتّى إن تزوّجت لن أستطيع نسيان علاقتي به!

واجهته بكلّ هذه الشكوك لماذا لا تهتمّ بي؟ يجيب لأنّك فتاة وأخاف أن يرى إخوتك رسائلي إليك.

واجهته لم لا تحبّني مثل السابق؟ أجاب لأنّك لست معي لسنا في علاقة ولا متزوّجين في بيت واحد فكيف أهتمّ؟

تعبت جدّا فهو في أحلامي باستمرار، أحلم بممارسة الجنس معه وأحيانا أحلم أنّي تزوّجته ....

عقلي يخبرني أنّه ليس الشخص المناسب لأنّي جامعيّة أمّا هو فلا ولأنّ بيئتي نقيّة أمّا بيئته فمليئة بالحقد والمشاكل، إضافة إلى أنّ أهله لم يرغبوا في شخصي لأنّي جامعيّة أمّا هم فلا. يريدون له فتاة جاهلة مربّية فقط.

هل الشيطان يزيّنه في عيني؟ أم أنّي فعلا أحبّه؟ أخبرته بعدم موافقة أهلي لأمرنا فقال: إن كنت تريدينني ستقفين في وجوههم أنت ضعيفة

الشخصيّة! لست ضعيفة إنّما مشاعري متأزّمة ولست واثقة به لكي أضحّي وأواجه أهلي.

إن علم والدي أو إخوتي بعلاقتي به حتما سيقتلونني، لا أستطيع أن أتخيّل ما قد يحصل، أحيانا أفكّر في الزواج منه رغم كلّ الصعاب فقط كي أضمن أنّني في ستر.... ساعدوني أنا محتارة جدّا في أمري، عمري عشرون سنة وأدعو الله أن أتزوّج عاجلا غير آجل رغم ذكائي وطموحي ومكانتي عند عائلتي وأمام الناس... أشعر باكتئاب شديد انعكس سلبا على مستوى دراستي وحياتي اليوميّة...أصبح أبي شديد القلق... السؤال إذا تعرّض لي خطيبي أو حاول الوصول إليّ ماذا أفعل؟ هل أتزوّجه كي أرضي ضميري ؟! آسفة جدّا على الإطالة لن أستطيع وصف ما أصابني من قهر وألم مهما كتبت ...

الجواب:

بداية إنّ من أسوا ما تتّخذه الأسرة عند الموافقة على خطيب ابنتهم، أنّهم لا ينظرون إلى دينه وخلقه، وكذلك الفتاة، عندما تتغلّب عاطفتها على عقلها وتتّبع شهواتها فإنّها لاشكّ تخسر كثيرا في الدين والدنيا.

شابّ خطبك وكان معك على ما ذكرت من المعاصي والذنوب، كما تقولين (خطوبة منفتحة) بلا عقد ولا شرع، فبأيّ حقّ تسمّين هذه خطبة، الحقيقة المرّة أنّها علاقة محرّمة كان ثالثها الشيطان.

فقد قلت كلاما خطيرا: (مع الأسف وصل إليه بالطرق غير الشرعيّة. أي أوقعني معه في الحرام والمكروه. عوّدني على العادة السرّية. فعلاقتنا كانت منفتحة، اعتدنا على التعامل كالأزواج). ما هذا. هذا حرام وكبيرة من الكبائر. ثمّ تقولين إنّك تندمين على انفصالك. هل ما زلت عاقلة. ؟!!!

فضلا عن العيوب التي أشرت إليها من أنّ خاطبك من أسرة كذا أو كذا، وكذلك المؤهّل العلمي الذي يحمله لا يعجبك ولا يروق لك، وأنّك غير مقتنعة به شخصيّا.

يا ابنتي. احمدي الله الذي نجّاك. فأنا أرى أن تصرفي النظر عنه خاصّة

أنّ هذه المسائل لا يمكن علاجها، سوء الخلق. ارتكاب كبائر الذنوب معك. مستوى المؤهّل العلمي، ماذا تصنعين برجل لا خلق ولا دين ولا علم. الأمر ليس سهلا؟ كذلك فيما يتعلّق بمستوى أسرته؟

لذا نرى ما دامت الخطبة قد انتهت، فأرى أن تصرفي النظر عنه، وأن تتوجّهي إلى الله تبارك وتعالى بالدعاء والتوبة ممّا ارتكبت من كبائر الذنوب والمعاصي مع هذا الوغد البشري... عسى الله تعالى أن يمنّ عليك بزوج أفضل منه، والله تبارك وتعالى قادر، وإن كنت حقيقة أرى الأمر سهلا فأنت ما زلت في سنّ العشرين فقط.

عودي إلى ربّك وتوبي من ذنوبك فالله تعالى يقبل توبة التائبين، ويعفو ويغفر للمذنبين، وأكثري من الطاعات.

إنّه ذئب بشريّ ينتظر الوقت المناسب!

السؤال:

أنا بنت عمري أربعة وعشرون عاما أحبّ شابّا معي في الجامعة. يعلم أنّي أحبّه ويقول إنّه يحبّني لكنّي لم ألاحظ عليه ما يبيّن أنّه يحبّني. منذ أيّام قال لي: لا أحد يوجد في البيت فلماذا لا تأتين؟ فكّرت أن أذهب حتّى أعرف هل يحبّني؟ فقلت أجيء لكن شرط ألاّ تلمسني أبدا، فقال لماذا لا تقبلين؟ فقلت "لا ما يصير لا يمكن أن يكون الآن إلاّ بعد أن تخطبني من أهلي" فقال "لا، إذا جئت لا بدّ أن نفعل أشياء حتّى تبقى ذكرى إلى أن يأتي وقت الزواج". إنّي لم أقتنع بكلامه وقلت له: لا أسلّم نفسي لأيّ أحد ...المهمّ أنّي لم أذهب إلى بيته ولم أوافق أن نفعل شيئا ...قال: إذا لم تقبلي لا تأتي ... ما رأيكم. ؟؟ هل ما فعلت جيّد وفيم يفكّر ؟؟

الجواب:

ابنتي الغالية... لا شكّ أنّكِ أحسنتِ التصرّف حينما رفضتِ الذهاب معه إلى بيته، وقد ظهرت لكِ نيّته السيّئة، واتّضح ما يسعى إليه هذا الشابّ، إنّه يوهمكِ بالحبّ حتّى يستدرجكِ إلى الحرام، ويستغلّكِ حتّى يُشبع رغبته

وشهوته، إنّه ذئب بشريّ ينتظر الوقت المناسب حتّى يفترسكِ، ويتركك بعدها محطّمة ومنكسرة، أرجو أن تكوني استفدتِ من هذا الموقف وعرفتِ أنّ من يحبّ بصدق لا يمكن أن يؤذي حبيبه، أو يسبّب له ألما، أيرضى هذا الشابّ لأخته أن تذهب مع الشباب وتمارس الحرام؟ ابنتي لابدّ أن تعلمي أنّ العلاقات بين الشباب والفتيات أثناء الدراسة ما هي إلاّ وسيلة تسلية للشباب، يتسلّى الشابّ بالبنت باسم الحبّ، وهو يبحث عن متعته فقط، وهذا الشابّ عندما يريد الزواج يبحث عن فتاة عفيفة وطاهرة لم تدنّس بالخطيئة، أمّا البنت المسكينة مثلكِ فهي تبحث عن الحبّ، ولا تدري أنّها تجري وراء وهم وسراب، الحبّ الحقيقي هو ما كان في الحلال، الحبّ الذي يرضى الله عنه ويباركه، أمّا الحرام فلا بركة فيه ولا سعادة، وليس بعده إلاّ الندم والألم. فانتبهي يا ابنتي لنفسكِ وحافظي على طهارتكِ واحتفظي بقلبكِ نقيّا تقيّا إلى أن يأتيكِ زوج صالح يبحث عن الحلال فيحبّكِ ويعفّكِ ويسعدكِ. فاحمدي الله أن أنقذكِ وحفظكِ من الهلاك, واعلمي أنّ هذا الشابّ في داخله تأكّد أنّكِ إنسانة شريفة طاهرة, وإن ظهر عليه الضيق والتبرّم لرفضك الذهاب معه؛ وأودّ أن أنبّهكِ إلى أنّ بعض الشباب يختبر الفتاة ويطلب منها الخروج معه ليتأكّد من أخلاقها ، فإذا طاوعته وخرجت معه سقطت من نظره, فتركها غير آسف عليها, وإن رفضت عَلِمَ أنّها على خلق فيتمسّك بها ويتزوّجها؛ فانتبهي إلى نفسكِ يا ابنتي, ونصيحتي الأخيرة لكِ أن تبتعدي عن العلاقات مع الشباب الأجانب عنكِ , حتّى وإن كانت العلاقة مجرّد حديث وكلام فقط, لأنّها ستتطوّر وتزيد وقد يحدث المحظور -لا سمح الله- . فاتّقي الله وابتعدي عن خطوات الشيطان، قال الله سبحانه:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾

سارعي يا ابنتي بالتوبة والاستغفار وابتعدي عن الشبهات فذلك أبرأ لدينكِ وعرضكِ.

أسأل الله الكريم أن يحفظك ويستركِ ويرزقك بالزوج الصالح.

معلمتي أخبرتني أنّها تحبّني وتريدني بشدّة!

السؤال:

أنا طالبة في الثانويّة، هناك معلّمة تدرّسني أخبرتني أنّها تحبّني وتريدني بشدّة اتّضح لي أنّها شاذّة، ولكنّي لا أستطيع التخلّص منها لأنّ درجاتي بيدها وأحتاج إلى الدرجات بشدّة، فبدأت أجاريها وأجلس معها وأنا بداخلي رافضة ما يحدث وما يحصل ...

ماذا أفعل؟

الجواب:

ندعو أن ييسّر لك سبل تقواه في السرّ والعلن بصدق اللجوء إلى الله والاستعانة به سبحانه ثمّ الأخذ بكلّ الأسباب وعلى الله قصد السبيل

بنيتي يقينا لو اجتمع أهل الأرض أن يضرّوك لن يصيب المؤمن إلاّ ما قدّر الله عليه فاطمئنّي ولا تخافي.

درجاتك، نجاحك، رزقك كلّ أمرك وأحوالك بيد الله وحده

وأقصى تدابير البشر أن يصيبك ما كتب الله لك.

إيّاك أن تخافي في الحقّ لومة لائم.

خافي من الله (ففرّوا إلى الله).

نفرّ من الله إلى الله.

استعيني بالله يعنك على أمر دينك ودنياك والنيّة صادقة لله، إنّها تقوى والتزام بشرع الله، والحلال بيّن والحرام بيّن وبينهما أمور مشتبهات، ومن ترك لله عوّضه الله خيرا ممّا ترك.

احذري يا بنيتي من أن يلبس عليك إبليس خدعه ﴿**يا أيّها الذين آمنوا لا تتّبعوا خطوات الشيطان**﴾.

لا تجارى معلّمتك ولا تستجيبي لها بأيّ أنواع الاستجابة ولا أدنى صورة، وقولي لها قولا ليّنا وانصحي لها وذكّريها بالله مع الثبات على الرفض التامّ

لكلّ صور هذا الإثم، وثقي بالله وعونه لك وأنّه معك وناصرك.

راقبي الله وكوني له كما يحبّ يكن الله معك فوق ما تريدين ﴿ومن يتّق الله يجعل له مخرجا﴾

تقرّبي إلى الله بالنوافل بعد الفرائض، الزمي الدعاء والاستغفار والصلاة على رسول الله محمّد صلّى الله عليه وسلّم.

الدعاء سلاح المؤمن ولن نهزم بصدق الدعاء والتوكّل على الله.

الحقّ معك والحقّ منتصر على الباطل وقوّة الحقّ فوق كلّ شيء، فلا تضعفي والله معك يعزّك ويقوّيك ويؤيّدك بجند من عنده، ابحثي وتوخّي الدقّة أن يعرف معك المشكلة قريبة أو شخصيّة مخلصة ذات خبرة وثقة، تعينك وتشدّ عضدك وتذكّرك وتثبّتك.

ولو وصل الأمر أن تذكري لمعلّمتك إن لم تبتعد عنك سوف تكشفين أمرها وتعلمين الإدارة تهديدا لعلّها تتوب وترجع.

تذكّريها في الدعاء تكوني سببا في هدايتها وتوبتها، فلعلّ الله يهديها ويصرفها عن الفاحشة ...

كلّما وجدت منك النصيحة والتذكرة مع الصدّ والنفور والثبات على الحقّ سوف تلين أو تملّ وتتركك.

ادخلي إليها من الباب المفتوح ما تحبّ، هواية عندها امدحيها لا تنفردي بها ولا تسمحي لها أن تختلي بك، اصطحبي زميلة لك دوما بأيّ حجّة حتّى لا توفّري لها الظروف والأسباب.

كوني دوما مشغولة وتعذّري واعتذري.

هناك من أسرتك من يجب أن تصارحيه وتصلا معا إلى خطوات لحلّ هذه الأزمة، حتّى إذا وقع منها تعسّف عليك أو اتّهام بالزور يكون هناك من هو على علم بما سبق ويدافع عنك ويساندك.

نسأل الله أن يردّها إلى الحقّ ويدفع ويدافع عنك ويحفظك من الشيطان وأعوانه.

أشعر أنني سأضيع بسبب نظراته المتكررة لي!

السؤال:

أنا سأموت من الانتظار عمري ٣٠ سنة متزوجة من حوالي ٤ سنوات ليس لدي أطفال أعيش حياتي بشكل لا بأس به مشكلتي بدأت عندما انتقلت لمسكن جديد بجانب محل لبيع الأكل الخفيف في البداية لم أكن أهتم لما يدور حولي لكن فيما بعد لاحظت أن صاحب المحل بدأ يراقبني باستمرار أحس أنه يعشقني من خلال نظراته كلما خرجت يلاحقني بنظراته أنا لم أهتم له لكن مع مرور الزمن بدأت أحس بالسعادة عندما يراقبني وأخرج من أجل أن يراني ماذا أفعل أرجوكم أنا لا أريد أن أضيع مع هذا الشخص أبدا أرجوكم أرجوكم

الجواب:

بنيتي الكريمة... لا يجوز شرعاً أن تكون المرأة زوجة لرجل وتفكر في غيره، إذ لا يُعقل أن تعيش مع زوجها جسداً بلا روح، وهو زوجها الحلال الذي أحله الله لها، وفي نفس الوقت تعيش بروحها وقلبها مع رجل أجنبي عنها، وهذا وإن كان الآن مجرد تعاطف قلبي، فمن يدري في المستقبل ماذا سيكون؟

بنيتي اعلمي أنه قد ورد في الحديث الصحيح أن الشيطان يكون على عرش على الماء ويبعث أتباعه في الناس ثم يأتون إليه مرة أخرى، فيسألهم ماذا فعلوا فيقولون بعضهم: لا يزال به (أي بالعبد) حتى يوقعه في المعصية والآخر يقول لا أزال به حتى أوقعته في البدعة، إلى أن يقول الأخير: لا أزال بهما حتى فرقت بينهما (أي الزوجان) فيدنيه الشيطان ويلبسه تاجاً. إذاً من أعظم ما يقوم به الشيطان هو التفريق بين الأزواج وهدم حياتهما، وأرى أن الشيطان قد اختارك هذه المرة لهذا العمل، فانتبهي لذلك واعلمي أنك على خطر عظيم قد تخسرين به ثواب الدنيا والآخرة، واعلمي أن تعلقك بهذا الرجل هو زيادة في العذاب والعناء وركض خلف سراب، فخير لك أن تفكري في كيفية التقرب إلى زوجك، واحمدي الله كثيراً على نعمة الزواج والاستقرار، فكم من فتاة تتلظى بنار العنوسة.

استدركي نفسك فما زلت في بداية الطريق، فأوصيك بالتوبة والرجوع إلى الله ولن يتحقق ذلك إلا بالإقلاع الصادق الكامل عن هذه المعصية بالتوبة والرجوع عنها، إقلاعاً تأخذين العزم فيه على عدم النظر لهذا الرجل، وصرف انتباهك عنه، وكوني زوجه صالحه وفيه لزوجك، يقول الله عن الصالحات: (فالصالحات قانتاتٌ حافظاتٌ للغيب) فوصف الله الصالحة أنها من تحفظ زوجها في غيابه، فاسألي نفسك: أين أنت من هذه الآية، وأنت تشغلين قلبك وعقلك بشخصٍ آخر؟!

أنصحك ابنتى الحبيبة أن تستغلي بالطاعات، وتستعيذي بالله كلما مر بك وسواس، واقتنعي بما في يدك من النعمة، ولا تفكري بهذا الرجل، ولن يتأتى ذلك إلا بالإكثار من تلاوة القرآن والوقوف عند معانيه العظيمة ومخاطبة النفس بها، ذُكر عن ابن القيم رحمه الله قوله: "إن في القلب وحشة لا يملها إلا الأنس بالله" نعم أختي الفاضلة إذا لم يملأ القلب بحب الله وذكره ومحبة أوامره ومحبة اجتناب ما نهى عنه وتلاوة كتابه الكريم وحسن تدبره فصدقيني لن يمتلئ هذا القلب أبداً، وسيظل يلهث خلف السراب كمن يشرب من ماء البحر فلا يزيده ذلك إلا عطشاً.

وأخيراً احذري من إتباع الهوى (أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ أَفَأَنتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلاً) ولك مني إن شاء الله دعوات في ظهر الغيب، وأتمنى أن أقرأ رسالة قادمة تبشر بالخير وتغير الأحوال.

ابنتى الغالية... تذكري محاسن زوجك، وحاولي جذب اهتمامه بك، فاهتمي بنفسك وبمظهرك البسي ومارسي الرياضة، حاولي أن تهيئ له ما يحب ويرغب بالحلال وتعلمي حركات الدلال، واستعملي النظرات واللمسات، وتابعي الجديد من خلال القراءة والاطلاع، وتؤجرين أنت وهو في هذا، ونظرًا لعدم معرفة البعض لأسرار فن التعامل مع الزوج قد تتعثر الزوجة في جذب قلب الزوج إليها، حاولي أن تجعليه يتمنى دائما القرب منك والتحدث معك.

وأخيرا أختاه اعلمي أن الله يراك، ويبتليك الآن؛ ليرى ماذا تصنعين، فأري ربك منك الخير والطاعة، وسيتولى هو إسعادك، وأكثري من الدعاء بأن

يصلح الله لك زوجك ويهديك ويهديه. ويحفظكما من نزعات الشيطان وتوهينه. وأن يريكما جميعاً الحق حقاً ويرزقكما إتباعه. والباطل باطلاً ويرزقكما اجتنابه ولا تستبطئي الإجابة.

وفقك الله وحماك من كل سوء. وسدد على طريق الخير والحق خطاك.

دون أن أشعر انجرفت في طريق الظلام!

السؤال:

أنا فتاة عمري ١٨ سنة طالبة في كلية الهندسة. ووالدي. منفصلان منذ طفولتي لم أر والدي ولا أعرفه. لدي أخت واحدة متزوجة. أمي توفيت وأنا في عمر الـ ١٦ نتيجة إصابتها بالسرطان أصبحت وحيدة وفقدت كل معاني الحب والحنان الذي منحتني إياه أمي ومن دون أن أشعر انجرفت في طريق الظلام وبدأت ممارسة العادة السرية ومشاهدة الأفلام الإباحية وبعد أن كنت من المتفوقين بين أقراني صرت في آخر الصف ورسبت في السنة الأولى في الكلية. حاولت التوبة مرات عديدة فما كانت إلا أيام قليلة وعدت إلى المعصية. تعرفت على شاب محترم وخلوق أعجب بي وأحبني ويرغب بالزواج بي وأنا أحببته وتعلقت به ومع ذلك لم أترك عادتي وأشعر باليأس من نفسي. بماذا تنصحوني؟ وهل على أن أبتعد عن هذا الشاب؟ لأنه يستحق من هي أفضل مني؟

الجواب:

أعانك الله يا بنيتي، ورزقك التوبة الصادقة النصوح.

• أغار عليك والله. وأرجو الله أن يعينك على ما ابتلاك. وأن يخفف عنك ما تجدين وما تحذرين.

• رحم الله والديك، وأعانك ووالله أسال الله هذا بلسان ناطق وقلب صادق.

• نعم. إنه ابتلاء من الله جل في علاه، ليعرف أتصدقين وتشكرين، أم تملين و.

• آمل أن تتوجهي إلى الحي القيوم في الهزيع الآخر من الليل كل يوم، ولمدة (٤٠) أربعين يوما على الأقل، وتطلبي منه ملحة وصادقة ومستغيثة وباكية وضارعة أن يعينك على التوبة الصادقة.

• أنت قوية وقادرة ومؤمنة أيتها الأخت المباركة، وألمح هذا من عزمك

على التوبة كل مرة.

• اصدقي. تصدقي. تمسكي بحبل الله المتين: القرآن الكريم. أكثري من ذكر الله. انظري لنفسك بعد ممارسة تلك العادة القبيحة. وانظري تفاهة ما قمت به. ويمكنك تحقيق أفضل من ذلك بكثير من خلال "الجماع مع الذكر بالحلال".

• قفي وتأمل نفسك. تأملي الخسارة التي تجنيها من البعد عن الله وممارسة تلك العادة القبيحة.

• انظري: إنها مجرد عادة سيئة قبيحة. يمكنك تركها والتغلب عليها. استعيني بالله.

• أعتقد بأنك يجب أن تكفي عما تفعلين، وتتابعي قبول خطبة ذلك الشاب، وخاصة بعد أن تتأكدي أنه صالح، وتنذري له نفسك ووقتك وكل ما لديك من حب.

• اسألي الله الحي القيوم أن يبدلك خيرا مما أخذ منك، وأن يعوضك عن والديك وحبهما رجلا صالحا يحبك ويرعاك ويعتني بك ويهبك من فضل الله الذرية الصالحة المحبة المحبوبة.

• إليك بعض النصائح العامة: ابتغ ابنتى فيما آتاك الله الدار الآخرة، ولا تنسي نصيبك من الدنيا، وأحسني كما أحسن الله إليك.

• الزمي باب الله الكريم، وأكثري من الاستغفار سرا وعلانية، وارج ما عند الله من فضله، وأكثري من صلاة التطوع والنافلة وقيام الليل في الثلث الأخير من الليل وفي كافة الأوقات المباركة والمسموح بالصلاة فيها، وأكثري من قول: "اللهم إني أمتك، بنت أمتك، ناصيتي بيدك، عدل في حكمك، ماض في قضاؤك، أسألك بكل اسم هولك سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحداً من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن والذكر ربيع قلوبنا، وذهاب غمومنا وجلاء أحزاننا، اللهم علمنا منه ما جهلنا، وذكرنا منه ما نسينا، وارزقنا تلاوته آناء الله وأطراف النهار على الوجه الذي يرضيك عنا، وسيعطيك الله ما يرضيك أنت وزوجك.

• ابتغ بكل أعمالك وجه الله والدار الآخرة، حتى اللقمة تصنعينها لزوجك وولدك في المستقبل.

• ابذلي ما تستطيعين لخدمة زوجك المستقبلي ورعايته والعناية به لوجه الله، وابتغ بذلك وجه الله والدار الآخرة.

• أشعريه بحبك الصادق له، واحدبي عليه، وارعه، وصونيه، وأكثري الدعاء له بظهر الغيب أن يهدي الله قلبه ويقنعه بما آتاه، ويحفظ عليه دينه وبيته وزوجته وأولاده، ويبارك لك فيه، ويبارك له فيك، ويبارك لكما في أولادكما.

• اصدقي مع الله في كل عمل تعملينه.

• تصدقي، ولو بالقليل بنية إصلاح قلبك وحياتك، وبنية أن يهدي الله قلبك إلى الخير والحق والهدى والرضى.

• ارض بما قسم الله لك، تكوني أسعد الناس.

• أكثري من ذكر الله، وتلاوة كتابه الكريم، وذكر الموت: هادم اللذات ومفرق الجماعات.

• حافظي على صلاة الفجر والعشاء في وقتهما بعد الأذان مباشرة ٤٠ يوماً على الأقل، والصلوات الخمس، واحرصي أن تكثري من الدعاء.

• اتصلي بنا بعد هذه المدة، وسنرى التغيرات في وضعك بعون الله، واسألي ما بدا لك من أسئلة، وزودينا بمزيد من المعلومات عن حالتك ووضعك لنعطيك مزيداً من التفاصيل والتوجيه، وفقنا الله وإياك لخيري الدنيا والآخرة.

حاليا أشعر بأني مثل الشاب الأول خائنة!!

السؤال:

أنا طالبة عمري ٢٠ سنة، تعرفت على شاب من الإنترنت من ٤ سنوات تقريبا، في بادئ الأمر رفضته مرارا حتى وسوس لي الشيطان ووجدت نفسي

أحادثه. وذات مرة كنت ألعب في الإنترنت وإذا بشخص آخر يريد أن يتعرف علي! رفضت أيضاً مرارا ثم أخذ يحدثني على الماسنجر محاولا إقناعي به. وأخذ يكلمني في الجنس وأنا في نيتي وتفكيري كيف أستطيع التخلص منه لأن في حياتي إنسان آخر ولا أريد خيانته! وعند هذا الحدث كان عمري ربما ١٦ سنة أي فترة مراهقة ولم أكن أعي لما أفعله وأخذت أحاول التخلص منه في أسرع وقت ففعلت بعد يومين أو ثلاثة. وأنا الآن أشعر بالذنب على ما حدث مع هذا الشاب خوفا من الله أولا وخوفا بأن ما فعلته سيرجع لي ذات يوم. علما بأني تركت الشاب الأول والثاني وتبت إلى الله، فالشاب الأول كان إنسانا متفاهما في البداية وبعد سنة من علاقتنا كان دائما ما يطلب مني أشياء لا ترضي الله، وهذا ما لا أريده، وكثيراً ما يستهزئ بي وأكثر من مرة وقعت به يحدث فتيات لا يعرفهن حتى الوقت الحالي! وغيره من الكلام والتصرفات الجارحة وأمي تعلم بعلاقتي مع الشاب الأول. والله يعلم بأني كنت أحبه حبا جما، ولا أريد خسارته الشاب الأول، ولكن حاليا أشعر بأني مثل الشاب الأول خائنة!! فهل أنا فعلا خائنة؟ وأشعر بالذنب!! فهل توبتي إلى الله تكفي؟ علما بأني تحدثت إلى الشاب الثاني في بداية علاقتي بالشاب الأول. لا أريد من الله أن يسخط علي؟ ولا أريد أن أشعر بالذنب؟ فهل أنا مظلومة؟

الجواب:

ابنتي. الحمد الله كثيرا الذي هداكِ للتوبة من هذا العبث المحرم الذي كنتِ فيه، والحمد لله أن أيقظ ضميرك وقلبك وأنار بصيرتك فعرفتِ الحق قبل فوات الأوان، لا شك أنه لا يجوز للمرأة المسلمة أن تقيم علاقات مع الشاب الأجنبي عنها، ولا يجوز أبداً أن تكون الفتاة المسلمة مشاعا للرجال اليوم مع هذا وغداً مع ذاك، هذه خيانة حقيقية ليست خيانة للأول ولا الثاني، بل هي خيانة لله ولشرع الله، وخيانة للأمانة فأهل البنت المسلمة وثقوا فيها وأعطوها مساحة من الحرية فإذا بها تخون هذه الثقة وتستغل حريتها أسوأ استغلال!!

ابنتي. أمامك باب التوبة مفتوح فاستغفري الله كثيرا وتوبي إليه وافتحي

صفحة جديدة, صفحة بيضاء ناصعة البياض, تكونين فيها مثالا للعفاف والتقى, تكونين تلك الفتاة المسلمة طاهرة القلب التي لا تسمح لأحد أن يعكر طهارة قلبها وجوارحها بهمسات مسمومة أو كلمات ماجنة يدنس بها طهارتها, كوني تلك الفتاة المسلمة الواعية التي تعرف جيداً كيف تحمي نفسها من الدنس, وكيف تحتفظ بمشاعرها وعواطفها ولا تبثها إلا لمن يستحقها, ومن يستحقها هو رجل طاهر نظيف يدق بابها ويطلبها زوجة له, إنه رجل يخاف الله عرف الطريق الوحيد للحب الحلال فسلكه.

ابنتي. يقول الله تعالى: ﴿**ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ**﴾ [غافر٦٠] فأكثيري من الدعاء والتضرع إلى لله واسأليه سبحانه أن يرزقكِ زوجاً صالحاً يسعد قلبكِ ويعينكِ على دينكِ ودنياكِ، ويقول سبحانه:

﴿**فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا**﴾ [نوح: ١٠-١١-١٢]، فعليكِ بكثرة الاستغفار لأنه مفتاح الرزق.

أريد طريقة تنجيني ودون فضيحة أو معرفة أهلي!

السؤال:

أنا فتاة سقطت في الوحل في ١٩ من عمري، كانت لي قصص جنسية في طفولتي أثارت لدي الجنس طوال حياتي، لدي والدان لا يتفاهمان ولديهما جفاء، خطبت من عام وخطبتي كانت سببا في عودتي للماضي وانحرافي مرضت جدتي وتوفيت وبسبب ذلك انتكست حالتي وكلمت عدة شباب استمر حالي لشهرين ونصف.

قررت التوبة والتحقت بدار تحفيظ ولكن أحدهم أخذ يهددني بصوري إن لم أستمر معه في ممارسة الجنس بالهاتف ولكني تبت.

ماذا أفعل أريد طريقة تنجيني ودون فضيحة أو معرفة أهلي أنقذوني أكاد أنتحر. علما أني من بيت محافظ جدا. جدا.

الجواب:

مرحبا بك ابنتي الكريمة، وأسأل الله لنا ولك الإعانة والتوفيق.

فترة الطفولة يجب أن لا تؤثر عليك فهي ماض تأخذين منه الحكمة في كيفية تعاملك مع أطفالك مستقبلا.

والمصائب التي تحدث للإنسان كفقد عزيز عليه يجب أن تكون فرصة للتقرب إلى الله واللجوء إليه بكثرة الاستغفار والتسبيح وقراءة القرآن والصلاة وغير ذلك من الطاعات وليس بوابة للعودة إلى المعاصي .

رحم الله جدتك، وهذا طريق نحن سائرون عليه، والمهم كيف سنلقى الله؟ لماذا اسمك (فتاة سقطت في وحل)؟

بل اسمك (فتاة أنقذها الله من وحل) هكذا انظري بإيجابية وأحسني ظنك بالله أنه منجيك، والله عند حسن ظن عبده به.

الحمد لله أنك قررت التوبة والتحقت بدار التحفيظ، فالقرآن ملجأ وملاذ للحيارى والآمنين على حد سواء، ابحثي عن صحبة صالحة، واشتركي في أنشطة دعوية وثقافية في الدار.

لا تتراجعي عن قرارك مهما حدث واحذري أن تكوني سببا في أن يجعل

والديك رأسيهما في الأرض طيلة حياتهما، احذري أن تكوني سببا في فاجعة عظيمة تصيبهما في عرضيهما. احذري أن تكوني سببا في أن يتمنيا موتهما بسبب العار.

أما تهديد الشاب فهو تمحيص الله لك ليرى ثباتك وصدقك في التوبة فاحرصي ألا يرى الله منك إلا خيرا. عليك بالدعاء في أوقات الإجابة أن يصرف عنك السوء، والثلث الأخير من الليل، وأكثري من الاستغفار والتسبيح والصلاة على النبي، وقرري عدم العودة مهما حدث.

لا تدخلي مع الشاب بأي نقاش مهما كان صغيرا، وغيري رقم جوالك، ولا تلتفتي لأي تهديد منه أو من غيره. وإن استمر على التهديد تواصلي مع الهيئة وأخبريهم بالقضية كاملة وهم سيتصرفون معه دون أن يعلم أحد.

أكملي دراستك، واستمري بالدار، واشغلي وقتك في البيت بالدراسة أو هواية أو طبخ، ومارسي الرياضة الخفيفة بشكل منتظم.

استعيني بالله، وانظري للحياة نظرة من وُلد من جديد. واعقدي النية على صفحات بيضاء تملأ حياتك.

هل هذا الشخص فعلا لعاب؟

السؤال:

حضرت دورة وكان المدير شابا في السابعة والعشرين تقريبا. كان يتواصل معنا للتسجيل. وتسليم الشهادات إلخ. عن طريق الواتس أب.. مدة الدورة أسبوع فقط، أي خمسة أيام، في آخر يوم كان يمدحني ويثني على تواصل معي ليومين فقط ثم بدأ بالثناء على أنا لا أنكر أن أسلوبي كان محترما وخلوقا لكنني لم أتجاوز حدود الأدب. ثم سأل عني في الدورة وعن أخلاقي. فمدحوني له. ثم حين انتهت الدورة بدرت منه عدة تصرفات تشبه تصرفات اللعابين أو الطائشين. في البداية طلب أن يكلمني ثم قال لي أحبك ثم طلب مني أن آتيه البيت وحاول أن يقنعني أن اركب معه بالسيارة. ورفضت طلباته.

وكان يقدم لي هدايا. وأرفض لكنه يصر. ثم صرح لي أنه معجب ويريد الزواج. فسألت عنه فمدحوه وأثنوا عليه. لكنني شخصيا لا أرتاح لوجهه لا أعرف لماذا؟ خصوصا عيونه. لم يعجبني طوله ولا صوته ولا شكله مع أنه إنسان رائع ومعطاء وقد يكون حالما بعض الشيء.

لكنني أظن أني غير منجذبة له. لا أفكر فيه. لكنني أجده فرصة وليس اختيارا.

هو يعتقد أنني أبادله الحب أو ما شابه وفي الحقيقة أنا لا أشعر بميل أو انجذاب له. كنت فقط أعامله بنفس مستوى تعامل الراقي معي لا أكثر.

هل يحدث أحيانا أن ننجذب لإنسان لا يناسبنا وغير جيد بما فيه الكفاية ونترك إنسانا قد يكون أفضل وفيه مميزات لا بأس بها لأننا لا ننجذب له.

فتركت الآن الأمر معلقا بالنسبة له طلبت منه ألا يتواصل نهائيا معي إلى أن يأتي بالطرق الشرعية من الباب. لأنه قال لي إنه أعطى كلمه لفتاة وخلال ثلاث أسابيع سينهي الموضوع فقلت له كيف تعدني بالزواج وأنت لن تغلق الباب الأول. هذا التصرف أزعجني. ليس حبا فيه لكن أنا أرفض هذا الشيء تماما.

أحيانا أشعر وكأنه يلف ويدور لكيلا أعلم أهلي لكن يشاء الله ويعلم أهلي بأي تصرف أو ما شابه. ولماذا الشخص يلف ويدور ويظل يعمل في الطرق المظلمة. تصرفاته مريبة بغض النظر عن نواياه.

وكلما أحرجته وسحبته للنور يتضايق يتهمني أني أخرب عليه. وأخذت رقم أهله لكي استعملها كأداة في صالحي في حين تجاوز حده معي. وأعطاني رقم والدته.

هل هذا الشخص فعلا لعاب؟ لأني سمعت أنه جاد في الزواج والبحث عن الفتاة المناسبة. وكيف أتعامل معه هل أخبره أني لا أميل إليه؟ وأنا أرغب وأميل أن يخطبني ويختارني شخص بنفسه لذاتي أنا. لكن بذات الوقت يكون جادا. ويأتي بالطرق الشرعية.

الجواب:

ابنتي الكريمة:

أحسنتِ صنعاً عندما قابلت تصرفات هذا الشاب بالرفض والصد, وهذا يدل على رجاحة عقلك وحسن تربيتك, فالرجل تصرفاته تقدح في أخلاقه ودينه , فلديه تهاون كبير بالقيم والمبادئ والأخلاق الإسلامية, فما صدر منه من تصرفات تجاهك كأن يتحدث معك بهذه الجرأة ويقول إنه يحبك ويطلب منك أن تذهبي معه لبيته أو تركبي معه السيارة, هذه التصرفات لا يقبل هو أن أحداً يفعلها مع أخته, ثم عندما ترفضين طلباته, وتطلبين منه أن يسلك الطريق الشرعية إذا به يتحجج بأنه مرتبط مع فتاة أخرى, محاولاً الهروب من الموقف, وهذا دليل على أنه ما أراد الحلال , بل كان يريد أن يتسلى ويلهو بك ظناً منه أنك سهلة المنال, وعندما لم يجد منك استجابة, تحجج بما قاله لك.

بنيتي. أحدثك بصراحة أرجو أن تقبليها مني: يقع عليك بعض اللوم فيما حدث ، فأنتِ تعاملتِ معه بصورة خاطئة وهو ما أسميته أنتِ في رسالتكِ بـ (التعامل الراقي), وهو في الحقيقة تساهل منك في حق نفسك, وليس له علاقة بالرقي, فهذه الصورة من التعامل جعلته يطمع فيكِ, ويطمح في أن تستجيبي لرغباته السيئة, والرقي كله يا أختي يكمن في طريقة التعامل التي شرعها ديننا الحنيف للمرأة المسلمة مع الرجال الأجانب, ومنها أن يكون الحديث مع الرجال في أضيق الحدود وللضرورة وبطريقة جادة لا يحدث معها أي نوع من التساهل في الحديث أو الخوض في كلام غير مباح كالتعبير عن المشاعر والأحاسيس, بل مجرد أن تعطيه الفرصة لأن يتكلم معك ويعبر عن مشاعره لك فهذا خطأ منك وتساهل, أو حتى الحديث عن الزواج, وطريق الزواج معروف, لو كان يريد الزواج فكان عليه أن يذهب لأهلك مباشرة, يقول الله تعالى: (فَلا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلاً مَّعْرُوفًا) والخطاب موجه من الله سبحانه إلى نساء النبي صلى الله عليه وسلم، ومن بعدهن إلى المسلمات كافة: أن لا يكون حديثهن بحضرة الرجال الأجانب رقيقاً ليناً مرخماً تظهر فيه أنوثة

المرأة التي بها تميل قلوب الرجال وشهوتهم إليها، بل يكون كلامهن فصلاً غليظاً بغير رفع للصوت، ولا كثرة كلام، إنما يكون كلامها على قدر الحاجة، كالجواب المختصر على سؤال، فإن ألنّ القول وأكثرن الكلام بدون داعي وضعن أنفسهن موض ريبة وشبهة, ومعنى: (الذي في قلبه مرض): الذي في قلبه تشوق لفجور، وهو الفسق والغزل .

فالبعد عن الريبة والشبهة هو الرقي الحقيقي، فالمرأة المسلمة لا تجامل الرجال الأجانب عنها ولا تفتح لنفسها باباً من أبواب الفتنة.

وأرى إن هذا الرجل لا يصلح لأن تختاريه زوجاً، وقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه)، فالرسول صلى الله عليه وسلم وضع لنا معايير اختيار الزوج وهي الدين والخلق، كأساس الاختيار، وهما لا يتوفران عند هذا الرجل.

أسأل الله الكريم أن يحفظك ونساء المسلمين من الفتن ما ظهر منها وبطن، وأن يمنّ عليك بالزوج الصالح.

يقترح علي مرافقته للمنزل!

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر ٢٦ سنة تعرفت على شاب منذ بضع شهور وما زالت علاقتنا مستمرة إلى اليوم، أهلي يعرفون بذلك، في البداية كان كل واحد منا يتعرف على مزايا الآخر وخصائصه وكان دائما يلمح لي بأنه يريد الارتباط بي، لكن في الآونة الأخيرة يقترح على أن أرافقه إلى المنزل أو إلى أي مكان بعيد عن الأنظار حيث نكون فقط معا لنمارس الجنس السطحي، في كل مرة أرفض لكن يقول لي إذن أنت لا تحبينني ولا تشعرين بي.

في الحقيقة لا أدري ماذا أفعل؟ ولا أدري إلى متى سيستمر على هذا الحال؟

الجواب:

لا تنفك إحداكن إلا أن تضع نفسها عبرة لغيرها وشماتة لكل شامت لو تفكرت فيما سبقك في تلك المسارات الموغلة في التيه والخداع وما وصلن له من عواقب كارثية.

لما خطوت ولو خطوة في طريق موحش كهذا وأنت تحسبينه مفروشا بالورود الموصلة للسعادة والحياة الهنيئة.

مثل هذا الشخص المخادع الماكر لا يستحق أن تمنحينه تلك الثقة العمياء ما أنت فيه استغراق عاطفي طمس كل قنوات للتفكير العقلاني الموضوعي.

أدركي نفسك أخية وانجي بعرضك وعفافك من هذا الدنيء فمؤشرات علاقته معك تريد نيل مبتغاه منك بالخديعة والاستدراج حتى تقعين في حبائله وبعدها لا ينفع الندم.

مشورتي المخلصة لك أن تقطعين علاقتك به فورا وبلا تردد ولا تكترثين لتوسلاته المخادعة فلا هنا حب ولا صدق ولا أدنى وفاء وثلة كثر لا كثرهم الله.

الزواج له طريق مع الأبواب المفتوحة وليس بتلك الزوايا المظلمة.

وما أثار استغرابي ودهشتي قولك إن أهلك على علم بتلك العلاقة فسلام على تردي المسؤولية الأسرية التي وصلت لهذا الحد وقد كان حري بأهلك تبصيرك بمواطن الشر والخلل في تلك العلاقة.

هذا الشخص بصريح العبارة لا يصلح زوج البتة ولا يرقى أن يكون محل أدنى ثقة فاتركيه غير مأسوف عليه وانتظري رزقك دون تعجل وحينما يأتي لك خاطب يطرق باب أهلك.

ورضيتم دينه وخلقه فاقبليه بعد تقصي وسؤال عنه وتوكل واستخاره.

وفقك الله وألهمك رشدك ورزقك العفاف والستر والحياء وزوج صالح تقي نقي تسعدين معه في الدنيا والآخرة.

أبحث عن العفاف الذي أضعته. والطامة الكبرى صوري!

السؤال:

أخجل من نفسي ومن أفعالي. كنت دوما أخاف الله كثيرا. إلا في بعض الليالي التي أستحي أن أذكرها أو أتذكرها عمري٣٢ سنة غير متزوجة وجامعية ومن عائلة محافظة والداي متوفيان أقيم مع إخوتي وغير مقيمة في البلد بطريقة شرعية. وهو أيضا قال لي إنه بلا هوية ولا ينتمي لأي بلد فقد تنازل عن هويته لأجل الجنسية السعودية كنت وللأسف الشديد عندها في فترة الدورة الشهرية أستمع كثيرا للأغاني وأدخل على الشات ليس للتعارف. فقط للتسلية مع البنات والشباب وفي يوم طلع لي فجأة صفحة إعلانية عن شات كآم وياء حسرتي دخلت. أكثر الشباب يفتحون اللكام ويعرضون عرواتهم. للأسف جذبني المنظر رغم بشاعته تكررت أكثر من مرتين تقريبا. وفي يوم توقفت عن دخول الشات ومنعت نفسي عن تكراره ودخلت ألعب بلياردو مع أخي وولد أختي بعدها خرجا جلست وحدي ألعب دون تعارف أو كلام. وكان في واحد عارض حاله من تريد تشاهد. اخترته للعب واكتفيت بالسكوت حتى حاورني وقال لي أتريدين أن تري فاشترطت عليه ألا يطالبني بفتح الكاميرا أيضا فوافق. وبعدها رأيته وكان سهل الانقياد كان يفعل ما آمره به حتى أنه كشف عن وجهه. فاستغربت لجرأته لكشف

هويته وبعدها أحسست بالذنب وهو أيضا وأخذ يحكي لي أنه لا يستطيع التحكم بشهوته وبدأنا نتعارف وحكيت له قصتي فرأيته مصمما على مساعدتي. دون أن أطلب منه كان لطيفا. وكنت سعيدة بمعرفته وتمنيت من الله أن يهديه ويهديني. ولا أنكر أنني أعجبت به كثيرا لأنه كان بسيطا. وثقت به أحببته وأحبني كثيرا وكان يطلب مني أن أساعده في شهوته فقط بسماع صوتي. وكنت أراه يتعذب وجعلت من نفسي مسكنا لشهوته. كنت لا أقبل أن أتعرف على أي شاب ولكن لا أعرف ما أقول. ولا أبرر لنفسي وأقول الشيطان شاطر لأنني كنت أتهرب من التوبة وأتهرب من عذاب الضمير فأصبحنا نتواعد للزواج رغم العقبات أحسسني أن لا قيمة لدي بأن سني عائق أمام أهله كانت تصرفاته توحي بالشك في الفترة الأخيرة. وأخيرا قال إنه سيخبر أمه أن تخطبني وأمه رفضت أن تزوجه غريبة فابنة خاله وخالته موجودات. لا أعلم ما صنعته بنفسي من دوامه فأنا لازلت أحبه وأعشقه تقدم لي ثلاث أشخاص ورفضتهم لأجله رغم الضغوطات النفسية. وتقدم بعدها آخر فاستشرت شيخا فقال لي أخبريه فقد تواعدتما وأقسمتما بالله فمن رده ستعرفين أنه صادق أو كاذب.

ثار قليلا ولكنه لم يتمسك بي أبدا. حتى أنه لم يكلف نفسه العناء. تخلي عني. وتخليت عن رغبتي في كل شيء لا أريده ولا أريد غيره... أبحث عن العفاف الذي أضعته. والطامة الكبرى صوري. أعتذر لطول الشرح.

الجواب:

أصلحك الله وغفر الله لنا ولك وهداك ربي،

لم يا بنيتي صنعت هذا؟ ما كان لمثلك أن تعمل ما عملت

أسأل الله أن يصلحك ويهديك سبيل صراطه المستقيم ويزين الإيمان في قلبك.

الطريق الذي سلكت طريق خاطئة ومحرمة كما أقررت أنت بذلك.

اعذريني إن أسهبت في ردي عليك وتشعبت في أمور أخرى لأجل الفائدة ولكي يستفيد منها جميع القراء،

واسمحي لي أن سميت هذا الرجل بالذئب مع ظني أنك لا تريدين مثل هذه التسمية لكن عذرا لا بد أن أسمي الأمور بمسمياتها الحقيقة

بداية انظري أخيتي كيف تدرج الشيطان فيك من معصية لمعصية فمن تشات إلى رسالة إلى ماسنجر إلى مكالمات هاتفية إلى تبادل صور إلى كلام فاحش إلى تبادل صور للعورات إلى ممارسة للجنس الالكتروني والهاتفي ...

احمدي الله ربك وخالقك ومصورك ألا يزال هناك لديك بقية من إيمان لا زالت تقرع قلبك،

ألم تعلمي أن المعصية قد تودي بصاحبها للكفر البواح حين لا يجاهد نفسه بالتخلص منها.

اسمحي لي إن قلت إنك خلال علاقتك بهذا الذئب البشري والذي لم يراع محارم الله وحدوده فلا أشك أنكما وقعتما في أمر عظيم بالإضافة لما وقعتم فيه من مكالمات وهو أنكما أخرتما صلوات وصلوات ما دمتم بهذه الحال واسمحي لي إن قلت لك أن هذه المعاصي التي كانت بسبب تساهل منك وانطلقت منك فأنت مسؤولة عنها أمام الله.

نعم قد يكون هناك أسباب وظروف ساعدت على ما وقعت فيه لكن الحساب يكون عليك أنت لا على غيرك

ابنتى أنت كنت في امتحان رسبت في جزء كبير منه ونجوت من جزء منه ولا يعني هذا فشلك الكامل بل نجاتك من الوقوع في ممارسة الزنا هي منة من الله عليك وهي دلالة خير أنه لا يزال فيك بقية من إيمان تردعك.

لقد منّ ربي عليك بسلامتك من الزنا والانسياق وراء هذا الذئب البشري الذي لا يريد سوى قضاء وطره منك ثم يتركك مرمية كأنك جيفة في قعر صحراء مقفرة.

اعلمي ابنتى أنك جوهرة مصونة عفيفة طاهرة لكن خدشت جزءا من هذه الجوهرة بدخولك لعالم المشاعر المحرمة دخلت لعالم الحب الوهمي دخلت لعالم الجري وراء السراب والذي يخدعك برؤيته ولا يروي ظمأك ولا

يطفئ مشاعرك العطشى (كسراب بقيعة يحسبه الظمآن ماءا حتى إذا جاءه لم يجده شيئا ووجد الله عنده فوفاة حسابه والله سريع الحساب).

تعلمين ابنتى أن أكثر ما يدخل الناس الفم والفرج كما أخبرنا نبينا صلى الله عليه وسلم كما في الحديث الصحيح من حديث سهل بن سعد:

(من يضمن لي ما بين لحييه وما بين فخذيه أضمن له الجنة) اضمني هذين فمك وفرجك من الحرام يضمن لك حبيبك ورسولك الجنة

ابنتى الدنيا دار اختبار (الذي خلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملا) لابد أن تكون حياتنا متوافقة مع ما يحب الله لابد تكون سائرة حسب منهج الله لأن الله خالقنا ورازقنا والمتفضل علينا هو أعلم بما يصلحنا لأنه هو خالقنا (ألا يعلم من خلق وهو اللطيف الخبير).

ثم أي أسلوب تحبينه في هذا الذئب حين قلت إنك أعجبت بطريقة تعامله وأسلوبه وهو من ساقك للحرام،

أهو الأسلوب الذي نزع حياءك وأخرجك منه أم هو أسلوب تبادل صور العورات.

ابنتى آن لك أن تفيقي آن لك أن تستيقظي من رقدة الغفلة آن لك أن تدركي الخطر الذي يواجهك.

عليك الآن بالتوبة النصوح والإقبال على الله بصدق وجد وحزم مع النفس فالأيام تمضي والتوبة يسوف بها فعليك إذن

أولا: -استعيني بربك واعتصمي به والجئي إليه وفوضي أمرك لله تعالى ورددي هذه الآية :(وأفوض أمري إلى الله)

ثانيا: -ادعي ربك أن يكفيك شره وأن يعصمك من خطره وكرري دعاء :(اللهم اكفنيه بما شئت)

ثالثا: -ادعي ربك كثيرا بدعاء (اللهم قني شر نفسي وشر الشيطان وشركه وأن أقترف على نفسي سوءا أو أجره إلى مسلم)

رابعا: -وجهي قلبك لله، من الضروري أن تتوجهي لله فتشعري بمدى

تقصيرك في حقه تعالى،

خامسا: -استشعري نعمه عليك ظاهرة وباطنه وتقلبك في هذا النعم يبادرك بنعمه وتبادرين ربك بمعصيته فوجهي قلبك لربك والشعور بالافتقار إليه والحاجة لمدده ونصره وتأييده.

سادسا: -اعتني بصلاتك وحافظي عليها في وقتها ستجدي فيها لذة عظيمة تنسيك كل ما أهمك

سابعا: -اجتهدي في أن تقرئي جزء ولو يسير من القرآن لأنه سيكون له أثر جميل على قلبك وعلى سكنك وطمأنينتك وارتياح نفسك.

ثامنا: -ربّ نفسك على أن تحافظي على الأذكار وأن تذكري ربك كلما سنحت لك الفرصة والاستغفار وهذه ستجدي أثرها على نفسك من الراحة والطمأنينة (ألا بذكر الله تطمئن القلوب)

أعرف أن بداياتك سيكون فيها نوع من التنازع الداخلي مع نفسك ومع شيطانك لكن ابدئي ولو بالقليل ولو كان هناك بعض الأشياء منك لكن المهم ابدئي الطاعة والقرب من الله ولو على القليل المهم البدء ولا تتواني وتسوفي وتقولي غدا أو بعد غد بل مباشرة من قراءة إجابتي ابدئي مشوار البعد عن هذا الذئب والبعد عن المعصية وبدء مشروع للقرب من الله والأوبة لله والرجوع إليه بأول خطوة منك بصلاة واجبة وبذكر لربك وبقراءة ولو صفحة من كتاب الله،

تاسعا: -حاولي دائما تكوني متطهرة وعلى وضوء فهذا مما يبعد الشيطان عنك

عاشرا: -تجنبي الجلوس لوحدك وشاركي من حولك جلساتهم و منا سبا تهم .

ساعدي من حولك وحافظي على متابعة القنوات التعليمية الهادفة كقناة المجد العلمية وليكن لك درس تتابعينه، وتجنبي جميع القنوات الهابطة الفاسدة والمفسدة.

حاولي جاهدة ألا تنامي إلا وقد صليت ٣ ركعات أو على الأقل ركعة ونامي على طهارة مع قراءة أوراد النوم.

تجنبي حاليا نوم القيلولة واشغلي نفسك بمشاغل الوالدة أو مشاغلك الخاصة.

حاولي أن تصومي نفل ولو يوما في الشهر ثم حاولي بعدها صوم أيام البيض فالصوم وجاء لكل شاب وشابة من الجري في درب الشهوة.

وأما أمر الصور فوجهي له رسالة بإتلافها وخوفيه بالله وذكريه أن له محارم من أخوات وغيرهن وغدا سيكون له بنات وزوجة فليتق الله بهنّ ولا يهتك سترك ويفضحك فإذا قلت له هذا فحينها فوضي أمرك لمولاك وادعي ربك أن يكفيك شره وأن يتلف ما لديه من صور

أحسست أنه يريدني خيال له يمتع نفسه فيها!

السؤال:

أنا موظفة لم يسبق لي الزواج عمري ٢٨ كل الخطوبات تفشل لا أعرف هل لأني أبحث عن ما يرضي طموحي أنا مثقفة وأحلم لإكمال دراستي وأحلم بذلك واضحة جداً وجادة جداً أحببت أو أعجبت بشخص لا أعرف أن أتواصل معه طبعا لأن الحياء يمنعنا وعاداتنا وتقاليدنا رغم أنه يعمل معي بدأت أعود نفسي على فقدانه لأنه لا يعيرني أي اهتمام وبدأت أقنع نفسي بأن أفكر بواقعي وتطوير نفسي أكثر خلال معاملاتي مع أحد المكاتب الاستقدام كان أسلوب صاحب المكتب مختلفا وطلب بعد فترة أن يتعرف علي لأني وضعت له حظر وبعدها رجع وطلب التعرف وسأل عن سبب وضعي الحظر وأخذنا المحادثات ربما ليلتين أو ثلاث لكن لاحظت طول المحادثات أن أنا الذي أجاوب وهو يسأل لكن لاحظت بعدها أن حديثه عن الجنس وعن العادة السرية وكان يريد يعرف أكثر عنها وعن طبيعتها عند النساء وطلب صور جنس طبعا أنا رفضت وقال أنت لست ثقة أنا قررت

أقطع علاقتي معه رغم أن فيه مواصفات كثيرة جيدة ومتعلم ومطلق لكن أنا ما أرى الحديث في الجنس. حرام أو ما أرتاح أو أتردد أو أرى أن قبل الزواج المفروض ما يكون في حديث مثل هذا. هل أنا صح أو خطأ أحسست أنه يريد يتركني متعة حديث وخيال له يمتع نفسه فيها.

الجواب:

ابنتى الحياء الذي منعك عن التواصل مع الأول كان ينم عن تربية فاضلة تربيت عليها فلا تنظري إليها بأنها مجرد عادات وتقاليد، لأننا عندما ننظر لها بهذا التصور فإنها لن تلبث أن تزول كما زالت عادات وتقاليد غيرها، لكن أنظري إليها أنها دين وأن الله عز وجل أمرك بعدم مخالطة الرجال أو الحديث معهم وأن ما شرعه الله لنا هو خير وصلاح وحماية لكي لا نزل أو نقع في الشر.

دعيني أبين لك ذلك.

قال صلى الله عليه وسلم (خَيْرُ صُفُوفِ الرِّجَالِ أَوَّلُهَا وَشَرُّهَا آخِرُهَا وَخَيْرُ صُفُوفِ النِّسَاءِ آخِرُهَا وَشَرُّهَا أَوَّلُهَا).

هذا البعد في الصلاة فكيف في غير الصلاة والجلوس معهم في أوقات العمل الساعات الطويلة، أليس هذا أخطر وأشنع؟

يقول الله تعالى: (وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ).

بالله عليك أختي الكريمة أيهم أطهر قلوب الصحابة وأمهات المؤمنين أم نساء هذا العصر؟

ومع ذلك يأمرهم بالسؤال من وراء حجاب حرصا على طهارة قلوبهم، بل حتى في الرد على الإمام إذا أخطأ فالمرأة لا ترد بل تصفق حرصا على ألا تقع الفتنة من صوتها في الصلاة فكيف بالمحادثات خلال العمل وغيره.

أما الزوج فهو رزق من الله تعالى، وما عليك إلا الرجوع لله عز وجل وسؤاله العفاف فقد قال صلى الله عليه وسلم: ثلاث حق على الله إعانتهم. وذكر

منهم المتزوج يريد العفاف.)

فلا يخدعنك الشيطان بالميل مع الرجال والحديث معهم وكسب العلاقات بهم واحذري كل الحذر من ذلك فمن كان صادقاً في الزواج بك فإنه يطلبه بالذهاب لأهلك لا بالمحادثات المحرمة.

أختي الفاضلة ارجعي إلى الله وسأليه التوفيق وابتعدي عن مواطن الشر والرذيلة والمرأة بعفتها وبحيائها يقبلها الرجال، أما من تخالطهم وتحادثهم فإنهم لا يطمعون بها زوجة بل أقصى ما يريدونه منها أن تكون عشيقة في الرذيلة، أعيذك أختي أن تكون مطية لهم.

الخوف من الفضيحة يسيطر عليها والندم لا يفارقها!

السؤال:

لدي صديقة تعرفت على شاب عن طريق الإنترنت تحدثا وخدعها بكلام الشباب المعتاد أحبك وسأتزوجك. وبعد فترة طلب منها ممارسة العادة السرية معه عن طريق الهاتف وتم ذلك بوسوسة من الشيطان لها.

مع الوقت ادعى حبه الشديد لها وإصراره على الزواج. بعد أن أحست بخطئها توقفت عن ذلك ولكن بعد أن فات الأوان وارتكبت المعصية عبر الهاتف. بعد أن تم الفراق بطلب منها. أصبح الندم والشعور بالذنب يسيطر عليها وخوفها من الفضيحة عبر أخبار الشاب العالم بما فعلته معه. يجمعهما مكان واحد في إحدى المجموعات عبر الإنترنت وبحكم عدم استطاعتها ترك المجموعة لوجود أصدقائها وأقربائها فيها. فهي تتذكر الشاب وما فعلته معه باستمرار والندم والخوف من الفضيحة أمام الأصدقاء والأقارب كبير.

يسيطر على فكرها إنها فتاة وسخة لا تمتلك أي جزء من الأدب والشعور بالذنب بأنها أمام أصدقائها الشريفة ولكن ليتهم يعملوا الذنب التي اقترفته من خلفهم.

الخوف من الفضيحة يسيطر عليها والندم شعور لا يفارقها ...

أرجوكم أرشدوها فقد دمرت نفسيتها.

الجواب:

أوجه في إجابتي لصاحبة المشكلة مباشرة أيما كانت فأقول:

عزيزتي أول خطوات الحل هي الندم والتوبة، وهو ما فعلته أيتها الكريمة، أسأل الله أن يقبل توبتك ويعينك على الثبات والهداية،

ثم يكون تابع للخطوة الأولى الخروج من العالم الذي قد يعيدك للذنب، ويكون بتغيير رقم الهاتف إن كان خاصا بك أو تجنب الاتصال ثم الابتعاد عن وسائل الاتصال بمن يدعوك لها، اخرجي من المجموعة عبر الإنترنت ولك أن تتصلي بأقاربك في غيرها أو تبحثي عن حل آخر المهم أن تخرجي من أجواء المعصية.

كما عليك أيضا أن تقرئي عن أضرار ما فعلت عليك وعلى مستقبلك وحكمه في الشرع لتبشع في نظرك وهو ربما ما تشعرين به فلا تفكري في العودة.

وخيرٌ مبعد عن المعاصي وما يوسوس به الشيطان الانشغال بما ينفع من ثقافة واطلاع وكتب، أو دورات تتعلمين فيها مهارات تنفعك أو حتى ممارسة هوايات وطلب العلم وحفظ القرآن، أشغلي نفسك بالحق لكيلا تشغلك بالباطل.

ولا تخافي من قول الناس ما دمت تبت وأصلحت، أسأل الله أن يغمرك بستره والمسلمات جميعا.

وأسأل الله أن يتوب عليك ويغفر ذنبك ويصلح حالك وحال المسلمات ويعينك على التوبة والثبات على الحق ويبعد عنك الشيطان ووساوسه وسبله ويرزقك الهدى والتقى والعفاف والغنى.

لا تنس أن تلتجئي لله في كل وقت وتكثري من الطاعات والدعاء فهي من المعينات على الثبات.

كيف أعود بكرا فقد أضعت عمري وخسرت عذريتي؟

السؤال:

لا أعرف كيف أبدأ لكن أنا فتاة عزباء في بداية العشرين كنت أبحث عن عمل منذ فترة طويلة ويوم الله كتب لي رزقا في عمل جيد فرحت كثيرا بعد شهر تقريبا لاحظت مديري الأجنبي في الشركة يتودد لي ويعمل حركات وأنا على طبيعتي أعامل الكل سواء لكن هو تفكيره شيء ثان مع مرور الوقت صرت أنا وإياه أصحاب قام يتقرب مني ويحاول يلمسنى ويحاول يضمني على الرغم من أنه متزوج وعنده (عيال) ويحب زوجته كثيرا لكن أنا ما أدري لماذا ما صددته لكن هو بدأ يلمسنى مع مرور الوقت وأنا بنت ما أخفي أني أحب أحد يهتم بي ولكن هو تفكيره غير.

ملاحظة: هو يكبرني تقريبا بـ١٠ سنوات على عمري

المهم أنا انجذبت له وما كنت أصده كنت أقضي الوقت معه بعد الدوام في المكتب وكان يتقرب مني ويتلمس وعقب شهر من التودد بينا قمنا نمارس الجنس بشكل سطحي وبعدها بفترة بدأنا نمارس الجنس من الدبر وأنا أعطيته هذا الحد فقط هو ما كان يريد يؤذيني كي أظل بنت المهم الشيطان شاطر لعب بعقلي وجعلني أكون معه قلب وقالب وبعدها سافر ورجع وصرت أذهب له شقته وقت زوجته ليست موجودة وكنا نمارس الجنس من الدبر ومع الوقت قررت أنهي العلاقة لكن هو قال يريد يتفاهم معي وظللنا مع بعض لكن أحببته وهو وعدني أن يدخلني عذراء لكن كان يحاول يتلمس المنطقة بعضوه ومع مرور الوقت كان يحاول ويحاول لكن أنا ما أرضى لكن في مرة نزل مني دم لمدة يومين وظننت أني لست بنتا كنت خائفة وكثيرا لكن هو يطمئنني لو صار شيء نعمل ترقيع ويمشي الحال لكن بعد فترة أفقدني عذريتي دون أن نحس نحن الاثنان غير الدم في كل مكان وبعدها امتنعت عنه والآن نمارس الحميمية مثل المتزوجين.

أنا أريد أتركه لكن المشكلة أراه كل يوم في الشغل وهو ما يتركني في حالي وأنا الشيطان العياذ منه يجعلني ما أفكر إلا فيه لكن لا أعرف ماذا أفعل؟

إذا تركته ماذا أفعل؟ هو وعدني أن نعمل ترقيعا لأن أنا لم يسبق لي الزواج ومجتمعنا العربي مجتمع محافظ عكس مجتمعه لكن أنا ما أريد أدخل على زوجي أني لست بكرا وكل ما أطالع وجهه أني وأريد أحس بالندم لا أعرف كيف أوقف هذا؟ ومن يوم صرت أجاريه ما صرت أصلي أهملت صلاتي خير شر وما أتقرب من الخالق....

أفيوني ماذا أفعل؟ أريد أجعله وهذه الحالة لكن غير قادرة ما الحل؟ وكيف أرجع بكرا مرة ثانية أحس أضعت عمري ونادمة على خسارة عذريتي أخاف من المجتمع العربي ما يرحم.

ملاحظة: هو مسيحي أجنبي وأنا مسلمة يعني ما ينفع نتزوج وهو ما يريد هذا الشيء ولا يريد يغير ديانته لأجلي ما أدري يريد يضيع وقت معي لكن أنا ضعت يوم أعطيته نفسي وغير قادرة أرجع لما كنت أحس الهم ذبحني ساعات أفكر في عقاب الخالق لكن أرجع للذنب نفسه... الله يقبل توبتي.

كيف أرجع لربي ليقبل توبتي من الزنا وكيف أرجع مثل ما كنت متدينة قلبا وقالبا؟

السؤال:

أصلحك الله وهداك وكفاك شر نفسك وإبليس وأتباع الشيطان.

إنا لله وإنا إليه راجعون. دعاء يلزمك تكراره مع دعاء اللهم أجرني في مصيبتي واخلفني خيرا.

بنيتي لقد أقحمت نفسك في مواطن ما كان لبنت الإسلام مثلك أن تقترفه.

قد رضيت بالله ربا وبالإسلام دينا وبمحمد صلى الله عليه وسلم رسولا ومقتفيه أثر سلف الأمة وأتباعهم بإحسان.

عفا الله عما سلف وليس أمامك إلا التوبة النصوح والتي تجب ما كان من كبيرة اقترفتها.

والحمد لله الذي جعل التوبة لعباده إن هم اقترفوا إثما فباب التوبة مفتوح

ومشرع لا يغلق إلا بطلوع الشمس من مغربها.

بادري بنيتي بالتوبة النصوح والتي من شروطها ندمك على ما مضى وعزمك على عدم الوقوع فيما سبق ثانيا وتركها في الحال بابتعادك عن كل ما يسبب لك الوقوع في الإثم من تجنب موقع عملك والاحتكاك بهذا الرجل.

وسؤال يتبادر لذهني وهو أين المطبلون لعمل المرأة بجوار الرجل؟! أين هم عن هذه الأمثلة والوقائع والأحداث والتي ما كانت لتكون إلا بسبب الاختلاط بالرجل الأجنبي في العمل.

أين المنادون بعمل النساء بجوار الرجال في بيئة مختلطة ليقرئوا هذه النماذج والوقائع التي حصلت فانتهكت فيها أعراض المسلمات وأبيحت.

فلا نقول إلا حسبنا الله ونعم الوكيل.

عليك بنيتي بعمل خطوات عملية ومنها هجر مكان المعصية وسببها وهو عملك والبحث عن موقع آخر ليس فيه أي رجل حفاظا على دينك وشرفك وعفتك لهذا يلزمك طلب نقل وتجنب الاحتكاك بالرجال الأجانب.

بقاءك سيربطك بالمعصية ومكانها وسيظل يتكرر أمامك المشهد في كل لحظة.

يجب عليك المبادرة بترك عملك حفاظا على دينك وشرفك وعفتك.

وأذكرك تذكيرا بأنك اليوم مستورة ولا يعلم بعملك إلا خالقك ومولاك فتخيلي معي لو علم أهلك ومن حولك بما أقدمت عليه وكيف هانت نفسك عليك بأن سلمتها لرجل لا يحل لك وليس أهلا لك وظفر قدمك خير منه.

أما جاء في ذهنك ماذا سيكون لأخواتك من تجنب خطبتهن بعلم الناس بجريرتك وصنيعك.

أما جاء في ذهنك أمك وأبيك وكيف هي حالهما حين علما بما اقترفت فبنتهم التي خلفوها وتعبوا في تربيتها وتنشئتها وسعوا بكل ما يملكون لإسعادها تأتي لتسود وجوههم بفعل محرم.

أما جاء في ذهنك أن يوقعك هذا الرجل في المخدرات وشبهها لتقعي أسيرة ذليلة تابعة خانعة له ثم تريدي الفكاك فلا تستطيعي.

أما جاء في ذهنك أن تحمل أحشاؤك طفلا يكون مآله لدور الحضانة لا يدري من أمه ولا أبيه ويعيش حياة البؤس بين الناس بفعلك المشين مع زميل عمل لم يراعي أي قدر من الرجولة والمسؤولية.

أما جاء في ذهنك كيف ستكون حياتك وأنت بين الناس وقد برز بطنك بطفل قد حمل سفاحا.

أما جاء في ذهنك أن يحصل لك مع هذا الرجل مصيبة وقارعة تحل بكما وأنتما في وضع لا يرضي الله تعالى ثم تبعثين على ما مت عليه.

تحملي كلامي بنيتي وأعرف أني قسوت عليك لكن لا بد لي من فتح عينيك على مصيبة أنت تمشين إليها وإلى طامة تجرين خلفها قد أعماك الحب والتعلق عن رؤية مستقبل مظلم أمامك لا تدرين ما نهايته.

تحملي كلامي فأنا ناصح ومشفق عليك.

المطلوب منك دون تردد طلب نقل عن بيئة العمل المختلطة لمكان فيه خصوصية للنساء أو الانتقال عن هذا العمل بالكلية والبحث عن بيئة عمل نظيفة ليس فيها سوى نساء.

فإن لم يتيسر لك فعليك بطلب الاستقالة وتركه لوجه الله وحينها أبشري برضوان الله وأبشري برزق الله فقد وعد ربنا ووعده الحق (ومن يتق الله يجعل له مخرجا ويرزقه من حيث لا يحتسب).

وتذكري قول نبينا عليه الصلاة والسلام: (من ترك شيئا لله عوضه الله خيرا منه).

وتذكري قول نبينا صلى الله عليه وسلم: (من التمس رضا الناس بسخط الله سخط الله عليه وأسخط عليه الناس ومن التمس رضا الله بسخط الناس رضي الله عنه وأرضى عنه الناس).

بادري بنيتي بفعل ما يحب ربك لتصفو حياتك ويهنأ قلبك ويفتح رزقك

وتسعدي.

وكلمة أقولها لك تجنبي ما يثير شهوتك وما يدفعك للحرام وأنت إذا بادرت بطلب ما تحبين بما لا يرضي الله فقد يؤخر الله عنك هذا المحبوب وهو الزواج الشرعي بسبب معصيتك لله بالزنا الذي حرمه ربنا بقوله:

﴿ **ولا تقربوا الزنا إنه كان فاحشة وساء سبيلا** ﴾ اسمعي كلام ربك بنتي بقوله:

﴿ **ساء سبيلا** ﴾. ووعد تعالى التائبين منه بأن يغفر لهم ويبدل سيئاتهم حسنات بقوله

﴿ **والذين لا يدعون مع الله إله آخر ولا يقتلون النفس التي حرم الله إلا بالحق ولا يزنون ومن يفعل ذلك يلق أثاما يضاعف له العذاب يوم القيامة ويخلد فيه مهانا إلا من تاب وآمن وعمل عملا صالحا فأولئك يبدل الله سيئاتهم حسناتهم وكان الله غفورا رحيما** ﴾.

استري على نفسك لا تخبري أحدا بما كان منك وتنبهي لو خطبت لا تخبري أهلك ولا خاطبك بما كان منك المهم أقبلي على ربك بقلب منيب وأبشري بوعد ربك:

﴿ **وأزلفت الجنة للمتقين غير بعيد هذا ما توعدون لكل أوب حفيظ من خشي الرحمن بالغيب وجاء بقلب منيب ادخلوها بسلام ذلك يوم الخلود** ﴾.

اقطعي كل ما يربط بالرجل وأتلفي وأحرقي كل الذكريات الموجودة لديك منه باختصار كل ما يذكرك ويربط بالرجل أتلفيه أو أحرقيه المهم تخلصي منه بشكل تام بحرق أو رمي في البحر ولا تترددي بقول هذا غالي أو جميل أو غير ذلك

كما أنصحك بتغيير رقم هاتفك والطلب منه صراحة بقطع التواصل بكل أشكاله عبر الإيميل أو الفيس بوك أو تويتر أو واتس أب أو برنامج كاكاو أو غيره من برامج التواصل.

وعليك بالإكثار من العبادة والاستغفار والإقبال على القرآن تعلما وتعليما وقراءة وتدبرا وحفظا والدخول مع الصالحات التقيات في المدارس أو الحي

والارتباط معهن بكل ما يقرب إلى الله وفق منهج السلف الصالح منهج أهل السنة ولجماعة

واجتهدي في صوم النفل فهو حاجز ومانع جميل عن انطلاق الشهوة من النفس.

كما أوصيك بقراءة كتاب أخي الشاب كيف تواجه الشهوة للشيخ محمد الدويش وقراءة كتاب ابن القيم الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي.

وعليك بالدعاء خصوصا في وترك من صلاة الليل أوتري قبل النوم وادعي ربك في سجودك وخلواتك بدعاء.

اللهم قني شر نفسي وشر الشيطان وشركه.

ودعاء: اللهم آت نفسي تقواها وزكها أنت خير من زكاها أنت وليها ومولاها وكذلك لا تنسي الأدعية التي ذكرت لك في بداية الرسالة.

وقعت في المحظور مع حبيبي فهل أخبر أهلي؟

السؤال:

أرجو الرد على مشكلتي بدون تجريح لأني يعلم الله أني أعاني من الندم ما لا يتحمله بشر.

أنا بنت عندي ٢٦ سنة مرتبطة بشاب من عمري منذ ٧ سنوات وهو يحبني وأحبه واتفقنا على الزواج... وخلال فترة ارتباطي به علمت والدتي واختلفت معي بسببه وقالت لي أن أتركه ولكني لما أستمع لها واستمرت علاقتي به وكانت علاقة محترمة...

وجاء يوم وأخبرت أبي برغبة حبيبي في التقدم لي ولكن أبي قال إنه لابد أن يكون عنده شقة أولا فأبلغت حبيبي بذلك وقال إنه سيوفر الشقة في خلال ٤ أو ٥ أشهر.... وبدا تقدم العرسان لي في هذه الفترة ولكني كنت أرفضهم من أجل حبيبي وأمي كانت تعنفني من أجل ذلك وتضربني وتجبرني على مقابلة العرسان والكلام معهم بغرض التقرب لهم وجاء عريس غني وأمي أكثر شيء تبحث عنه في عريس ابنتها هو الثراء وطبعا الخلق لجانب ذلك وأنا رفضته بشدة وبالرغم من ذلك أعطته أمي رقم تليفوني وأرغمتني على الكلام معه ولم أقدر أبلغه بحقيقة مشاعري خوفا من أمي وقسوتها ولكن بعد فترة أعلنت العصيان وقلت لن أكلمه مرة أخرى ولكن ماما ضربتني وقالت لي تتزوجي غصب عنك ولعب الشيطان وقتها برأسي وقررت الهرب من البيت ولكن حبيبي رفض هذا فطلبت منه أن يتزوجني عرفي مجرد كلام على ورق حتى لا تزوجني أمي غصب عني ورفض أيضا ولكني هددته بالهرب إذا لم ينفذ طلبي ووافق مع التعهد بعدم حدوث أي شيء بيننا وجاء يوم وقررت عمل آخر محاولة مع أمي لرفض العريس وتدخل أبي وقال لو ما تريدينه لا مانع ولكنك لن تتزوجي بحبيبك كذلك... وانتهى الموضوع.

وبعد ٦ أشهر وكان الوضع هذا في بيتنا ولكن أمي كانت تكرر لي أني لن أتزوج من حبيبي لأن ظروفه عادية مثل أي شاب في بداية حياته... وطلبت من أبي مقابلة حبيبي وإعطائه فرصة لكي يثبت حسن نيته وجديته في

الزواج بي ولكن أمي كان مسيطرة على أبي سيطرة تامة لدرجة أن أبي أخبرني أنه ما له دعوة بالموضوع هذا وقال لي قولي لأمك وطبعا أمي رفضت...

مرت عدة أشهر أخرى واتصل حبيبي بأبي لعله يكون قد حن لنا ولكن فوجئت بأبي يقول لي لو تريدين تتزوجيه اجعليه يجهزك بالكلام وبعدها يأتي يتزوجك ولا نريد نعرفك ثانيا كل هذا وحتى أبي لم يرد أو يسأل عن حبيبي مرة واحدة وغضبت بشدة من إصرارهم بالرفض وتجاهلهم لمشاعري ووافقت على طلبهم قلت لهم موافقة أني أتزوجه بالشكل هذا لكن على قدر مقدرته وغضبت أمي وضربتني بشدة لدرجة أني كدت أموت نفسي وبالفعل بدأت في قطع شرايين يدي ولكنها لحقت بي وضربتني ثانيا وقررت يومها ترك البيت وذهبت لحبيبي بعدها وكنت منهارة جدا وللأسف وقع بيننا المحظور ولكنه طمأنني أنه سيظل معي حتى يوافق أبي عليه ولن يخبره بما حدث...

وفي شهر رمضان الماضي فاتحت أبي في الموضوع مرة أخرى وكأنه يأس من إصراري ووافق أخيرا على مقابلته مع استمرار رفض أمي وجاء من في البيت هو وإخوانه الرجال ولكن أمي قابلتهم أسوأ مقابلة بغرض (تطفيشهم) ولاحظوا ذلك وقرروا عدم الحضور مرة أخرى ولكن حبيبي أصر على أهله وجاء مرة ثانية مع أبيه وأمه وطبعا ماما قابلتهم أيضا مقابلة سيئة حتى تضايق كل أهله من الموضوع ورفضوه ولكنه أصر عليهم وذهبنا لزيارتهم ولكن أمي لم تذهب معنا وأم حبيبي أحست برفض أمي لابنها وأخذت منها موقفا عدائيا وأخيرا اتفقنا على موعد الخطبة ثاني يوم عيد الأضحى ويوم وقفة عرفات اتصل حبيبي وأهله يهنئونا بالعيد وكلموا أبي وسألوا عن أمي لكنها كانت تصلي وبعد انتهائها من الصلاة طلبت منها الاتصال بحماتي حتى ترد لها الاتصال لكنها رفضت وأخبرني حبيبي بأن أمه متضايقة من تجاهلها بهذا الشكل...

وجاء أول يوم العيد وطلبت حماتي أعيد عليها وأحرجت أمي وأخبرتها أن حماتي تريد التحدث معها وبعد التهنئة قالت حماتي لأمي اتصلت بك أمس ما كان من المفروض تكلميني بعد ما أنهيت الصلاة وكلمتها أمي بأسلوب

بارد وتطور الأمر إلى مشادة انتهت وقرر أهل حبيبي عدم الحضور لخطبتي وانقلبت حياتي وطبعا أمي سعدت بهذا التطور وظلت تشتمني وتوبخني بدلا من مواساتي لأني كنت مدمرة نفسيا...

وأخيرا أهل حبيبي رفضوا التقدم لي مرة أخرى.... أخبرني حبيبي أن أفضل حل أن أخبر أبي بما حدث بيننا ولكني لا أقدر على ذلك ولا أقدر على فراق حبيبي بحكم ما حدث بيننا وأصبحت أفكر كثيرا بالانتحار ولا أعلم ماذا أفعل ؟

آسفة على الإطالة لكن أحببت أوضح جميع النقاط.

أرجو منكم التفكير في حل لمشكلتي لأني لم أعد أقدر على احتمال معاملة أمي السيئة لي مع أني والله العظيم لا أتطاول عليها بشيء وأنا المسؤولة عن كل شيء في البيت من تنظيف وطبخ وكل الأعمال المنزلية لأن أمي موظفة وأختي صغيرة بالدراسة.... لا أقول إنها لا تحبني ولكنها قاسية جدا معي ومتسلطة برأيها وتتعمد إهانتي بشكل مستمر والحديث بطريقة سيئة عني من خلفي.... يا رب الهداية لي.

هل أواجه أهلي بما حدث ؟

الجواب:

ابنتى العزيزة... حقيقة تألمت لألمك ونبض قلبي لهمك فترجمت ما شعرت. بهذا الدعاء أن يرفع الله عنك البلاء ويرزقك الخير.

الآن وبعد هذه الفترة من الشدّ والرخي من موقف أهلك وأهله. وبين ما حدث معك... أصبح لابد من حسم مهما كان قاسياً. إذ لابد من نهاية لأي قصة .

هذا الشاب كونه تقدم لخطبتك وكلم أبوك وأحضر أهله هذا حسن ونقطة قوية في صالحه أما كونه سمع كلامك وتهديدك بالهروب كان لابد أن يكون موقفه غير ذلك ولا يرضخ لتهديداتك، ووقوعه في الخطأ الأكبر معك جعل موقفه ضعيفاً. لكن يبقى موقفه الأكبر الآن في تحدي العالم لكي يرتبط بك ويتمم الزواج وهذا يتطلب مواجهة أهله أولاً. هل سيعود ويقنعهم أم

يستسلم لهم ويتركك. ثم مواجهة أهلك هل سيبذل الجهد لكي يقنعهم أم سينسحب؟ كلها أمور ممكنة وغير ممكنة.

وما أراه الآن هو... أن تنسحبي قليلاً من الساحة وتعطي نفسك راحة من الحديث عن الزواج أو الحديث مع هذا الشخص أو الحديث مع أهلك عن الزواج. حبيبتي أنت بحاجة إلى إعادة تأهيل فكري. حتى تهدأ نفسك وتعرفي كيف تفكري. أنت مرهقة فكرياً بداخلك شخص منهار وتحتاجين أن تقوي علاقتك بالله وتتقربي منه أكثر وأكثر، تدعينه وتشكين إليه وتبكي بين يديه والله ربنا وحده من يشعر بعظم ما أنت فيه لذا هو وحده من سيخلصك من هذه المشكلة. أنت بحاجة إلى أن تقولي لمن حولك stop وانشغلي بتهدئة نفسك قد يبدو الأمر صعباً لكن حاولي كي ترتاحي وسيأتيك الفرج من الله.

- ثم ليحاول حبيبك كما تقولين يكلم أبوك خارج المنزل ويحاوره ويتقرب منه لعله يقتنع به ويكون له أثر عليه بالموافقة.

- وممكن يتحدث مع أمك ويسألها لماذا الرفض؟ لماذا لا تعطيه فرصة؟ ويحاول أن يثبت لها صدق رغبته فيك وإصراره على الارتباط بك.

- ثم بعد ذلك يبدأ بتصحيح المسار مع أهله، والسؤال هنا ماذا لو ضغطوا عليه وأصروا على عدم الموافقة مرة أخرى؟ ما موقفك؟

- المحطة الأخيرة. ممكن تخبري أبوك برسالة إن لم تستطيعي المواجهة تخبريه بما حدث وأنك تنتظرين عفوه ووقوفه معك.

ثم ثقي بنيتي أن ما كتبه الله لك لا مفر منه... فبعد هذه الحروب الطاحنة وهذه الغلطة ممكن لا يكون هذا الشاب من نصيبك ويكون نصيبك شخصا آخر تسعدين معه؟ لا نعرف أين الخير. لكننا نحاول الأخذ بالأسباب. وفي النهاية الحمد لله على اختيار الله.

توكلي على الله واستعيني بالصبر والصلاة...

شاهدت ما تكتبه في الماسنجر فصعقت مما رأيت!

السؤال:

مشكلتي تكمن في ابنة أختي الكبرى ١٢سنة وهي جميلة جدا كنت أعتقد أنها على تربيتنا ولكن في يوم من الأيام رأيت ما تكتب في الماسنجر إما أن تتحدث مع شاب أو صديقاتها في المدرسة أو اللاتي تعرفت عليهن في الإنترنت وصعقت مما رأيت!؟

مرة تدخل على القربات العامة في الإنترنت وتتحدث مع شاب ولكن حديث عادي جدا ولكن لا ينبغي عليها فعل ذلك اليوم حديث عابر وغدا ... أو تتحدث في المسن فتقول إحداهن (من تقدر تدخل ولد معنا) وابنة أختي تسأل واحده منهن عن ولد تحبه والأخرى تسألها (ابنة أختي) وكيف عبود؟ فأخبرتها أنها تركته فتقول لها أحسن لك يا فلانة وأخذت تذكرها بكلام معلمة لهم كانت تنصحهم على هذا الشيء ونفس هذه الفتاة أخبرتها بأنها تركت صديقها والآن تحب فتاة مثل الأولاد والعجيب أنها في بعض المحادثات تذكر اسمها بالكامل دون حذر! صعقت مما شاهدت وتألمت وأخبرت أختي الكبرى وأمها لم نكن نتوقع منها هذا..... لم نمنعها من الإنترنت لثقتنا العمياء بها جلست أحادثها لكي أعرف ما يجول في خاطرها وما أستطيع إصلاحه أصبحت تكلمني وتقول لي إنها وهي في الصف السادس بعض بنات الفصل كانوا يتحدثون مع شباب بالماسنجر ويغنون باسم الحبيب جهرا في الفصل وانضم بعض البنات لهذه الشلة علمت المعلمة وأخذت تنصحهم وطبعا هي ليست منهم في بداية السنة الجديدة أول المتوسط حدث هذا الكلام وكنا حذرين فمنعناها من الإنترنت فهي لا تستخدمه إلا بوجود شخص كبير أو أن تكون وسطنا في هذه السنة تعرفت على بنات والله أعلم لسن جيدات أبدا أخذت تحدثني عما يحصل في المدرسة وأن هناك فتاتين عندهم في الفصل وتذكر لي بطولات إحداهن مع الشباب في المعاكسات وأن واحدة قبل أن تخرج من المدرسة تضع المكياج وأيضا الفصل الآخر البنات يقولون كلاما سيئا للغاية (وقالت لي) ولكن فصلها كالعادة محترم ماعدا البنتين! ويوجد كذلك كلام سيء

في الحمام اسمحوا لي أن أقولها وآسفة (.....) وكذلك بنت تكتب على السبورة إيميلات للتعارف مع الشباب دائما هي هكذا ليست منهم وأنها تعرف الخطأ ولا تعمله باختصار إنها تدعي المثالية تكذب وتكذب، وتكذب، وتكذب لا أعلم ماذا أفعل أكاد أجن؟ ..... تعمل نفسها أمامنا أنها لا تخالط البنات السيئات ولا تتحدث معهن وأنها تقطع العلاقة مع أي فتاة بهذه الصفات وأعتقد أنها عكس ذلك فمن خلال استدراجي لها أيقنت أنها ذات صلة بهن تغيرت كثيرا فعندما ذهبنا إلى السوق أجبرتها بأن تلبس النقاب وأن تغلق العباءة من الأمام (لأنها تفتحها ..... ونحن قمنا بخياطتها إلا أننا تفاجئنا بفكها للخياطة وهذه للمرة الثانية!)

في السوق كانت تفتح عينيها بحجه أنها لا ترى ولكن أرغمتها وغضبت وأخبرت والدتها (للعلم أن والدتها نفس التربية) وكانت في صفنا دائما تتذمر من التربية وتذكر صديقاتها أن أهلهم يثقون بهم ولديهم جوالات ويستخدمون الإنترنت ويشاهدون الأنمي في الإنترنت والأفلام والمسلسلات ، علما أنها مهووسة باليابان وبالأنمي وتريد مشاهدتها وقراءة الروايات وقد وجدت في لاب توب أختي حلقة من أنمي بالإضافة إلى ما وجدناه لديها ورقه بها أسماء لمسلسلات أنمي وبعضها ذو طابع رومانسي أصبحت تلوم أمها في عدم الثقة مع أنها تركت لها الحرية المطلقة في أي شيء حلال وقد أوضحت لها ذلك بقولها أنا ما أحرمك من الحلال حتى لو عرفيا غير مرغوب مثل وضع الكحل والروج في المدرسة، وتقول لها إن السبب في فقدان الثقة بها هي خالتها الكبرى آخر ما حدث اشترت لها لاب توب فطلب من أمها استخدام الإنترنت لتحميل ألعاب فوافقت بشرط أن تكون مع أختها الصغرى ١١ سنة ولكن وجدتها في غرفتها مغلقة الباب على نفسها ونائمة باللاب توب غضبت أختي ووبختها وقالت لها لقد رأيت ما كتبت في الماسنجر! رغم أننا كنا نحب أن نحتفظ بهذا السر حتى نستطيع استدراجها للعلم أمها على نياتها كانت تصدقها لكننا لم نكن نطمئن نحن خالاتها لها لأننا نعلم أنها تكذب وأبوها لا يعلم شيئا، وأيضا دهشت عندما رأيت أنها حذفت المحادثات السيئة وتركت الباقي وأخبرتني يوما أنها كانت مع قروب فتيات في الإنترنت ولكن لأجل كلامهم السيئ تركتهم ودهشت

أيضا بتغيير الرقم السري للإيميل وتركت الرقم السري القديم لحسابها في الفيس بوك (مع العلم أن والدتها أخبرتها بحذف الإيميل وإلغاء الفيس بوك) لا أعلم كيف فعلت هذا ومتى؟!

هي عندها إبداع في الكتابة وكثيرا ما تقرأ قبل البلوغ والآن لا. شغلها الشاغل الإنترنت والتقنية وهي مبدعة فيه أيضا معلماتها كانوا يقولوا لأختي عنها مبدعة وكانت تدخل أنشطة في الإذاعة المدرسية.

الجواب:

ابنة أختك تعاني مما يعاني منه غالب الجيل، هذا الافتتان في التقنية والإنترنت والروايات والأنمي تبدأ دائما بالبحث عن المتعة والترفيه ثم تنتهي بتغيير للثقافة والاهتمامات والانحدار تدريجيا، ولكن هذا لا يعني أن الوضع غير قابل للتصحيح. هناك خطوات لابد من عملها:

١-التحدث معها بصراحة عما رأيتموه وإفهامها لماذا هذا الموضوع خطير جدا وكيف يمكنه أن يؤثر على مستقبلها وحياتها ويمكن في ذلك ضرب أمثلة وقصص حقيقية وأن كل القصص من غير استثناء تبدأ بثقة الفتاة من نفسها وأنا تستطيع التحكم في الموضوع ولكن في النهاية تقع في المشكلة.

٢-الاتفاق معها على مجموعة شروط مثل ساعات الجلوس على الإنترنت، عدم إدخال أي ولد للمجموعة مهما كان، أن تعطيكم رقمها السري بحيث يمكن لكم في أي وقت الدخول للاطمئنان وذلك لفترة مؤقتة فقط.

الأهم من ذلك:

٣-احتواءها أسريا وعاطفيا إشغالها معكم في مشاريع عملية أو حتى واجبات أسرية وعدم إبقاءها في البيت لفترة طويلة لوحدها وإحساسها أن لها أهمية ووجود وأنه يؤخذ برأيها (هذه النقطة مهمة في العلاج) أن لها أهمية كقدوة لمن تحتها وأنها تحمل مسؤولية نفسها وأسرتها.

٤-العمل على ترقيتها إيماناي من خلال إقناعها بالمشاركة في مراكز تحفيظ القرآن الخاصة بعمرها. مع توصية المربيات والمعلمات بالاهتمام

بها وتحبيبها في الجو العام لبيئات الصلاح. محاولة بناء علاقات بينها وبين فتيات صالحات. وتشجيعها على المشاركة معهن في مشاريع هادفة.

٥-دعاء الله لها، واستودعها الله أن يحفظها ويبعد عنها الشر وأهل الشر، كثرة أعمال المعروف والصدقات تحفظ الأبناء والذرية.

ملحوظة صغيرة: من المهم ألا تحس دائما أنها متهمة في أعينكم، بل على العكس يجب إن تمتلئ إحساسا بأنكم تحبونها وواثقون بها جدا أنها لا يمكن أن تنحرف أو ترضى بالشر والسوء مع بقاء الحذر والحرص والمراقبة لها من غير أن تشعر فالمؤمن لا يلدغ من الجحر مرتين.

حفظ الله لكم ابنتكم من كل شر، ووقاها من كل سوء، وأقر أعينكم بصلاحها وبرها.

دائما يذكرني بالماضي السيئ.

السؤال:

أنا أعاني من اكتئاب وأريد حلا لقصتي أرجوكم لقد تعبت.

قصتي أنا كنت أخرج مع صديقات علموني الشرب والذهاب إلى الحفلات، وفي يوم ما تعرفت على شاب وكنت أخرج معه قليلا لكن حدث ما حدث لقد قال لي تعالي معي إلى هذه الحفلة وأنا وافقت كالمجنونة لقد أعجبت به جدا وهو لم يقل لي إنه سيأتي معنا صديقه.

المهم لقد ذهبنا إلى الحفلة ونحن في الطريق كنا نشرب الخمر ووصلنا إلى الحفلة وأنزل صديقه من السيارة وتبادلنا القبلات وأنا لم أتذكر شيئا لكن الحمد لله لم يلمسني وبعد ذلك اليوم لم نتكلم إلى بعض ومرت الأيام وتعرفت على شاب معي في الجامعة لقد أحببته بالفعل كما يقولون الحب أعمى هو ليس لديه ذلك الجسم اللواتي يحلمن به الفتيات لشريك عمرهم هو عادي جدا لكن بعد مرور الأيام أدركت أن الشاب الذي كنت أرافقه كان صديقه وفي يوم ما رأى صوري عندما كنت أشرب مع صديقاتي وتركنا

بعض لكن رجع لي وحللنا المشكلة.

عندما نخلص من مشكلة تأتي الأخرى لقد عرف من الشاب الذي كان يرافقنا أنا والشاب الذي تعرفت عليه قال لحبيبي كل شيء عن يوم الحفلة وحبيبي دمعت عيناه قال لي لماذا لم تقولي لي أنك كنت هكذا لو قلت لي لما كنت أحببتك وهو قال عن علاقتنا لأمه وعماته وكل الأهل يعرفون عن علاقتنا هو يحبني بالفعل وأنا أحبه لكن دائما يذكرني بالماضي كل مشكلة تقع يقول لي أنت هكذا وهكذا لقد حرمني من صديقاتي ليس لهم علاقة بالشرب ولا شيء لقد حرمني من كل شيء ومن الخروج من المنزل إنه لا يثق في أبدا وأنا الحمد لله لبست الحجاب وتبت ولكن لا يوجد فائدة يعاملني مثل من قبل أن ألبس الحجاب قال لي تعالي معي إلى الفندق وذهبنا ولكن الشيطان شاطر شهواتي غلبتني بات يقبلني وفعلت ما لا يرضي الله وحصل ما حصل لكن لم أفقد عذريتي بل من الخلف يا الله أستغفرك والله إني نادمة ندما شديدا لكن ما زلنا على علاقة لم يتركني إنه يحبني جدا ولكن عندما تقع المشكلات يضربني ويسبني ويهينني ويسب أهلي.

أنا تعبت والله أنا تغيرت وليست كالماضي هو دائما يذكرني بالماضي السيئ لقد تعبت أريد أن أتركه لكن كيف دائما يقول لي أنا عرفت عنك كل شيء والآن تريدين أن تتركيني وأنا لم أتركك لقد أعطيته مجالا وأصبحت أكره تصرفاته.

يا رب استرني فوق الأرض وتحت الأرض ويوم العرض، أنا لقد أصبحت شهيتي قليلة ولا آكل جيدا تعبت من التفكير وقلبي يوجعني جدا أنا نادمة جدا على ما فعلته معه وما فعلته من قبل لكن ماذا أفعل؟

الجواب:

بنيتي الكريمة:

تمعنت بقراءة قصتك وتأملت فصولها، وأشعر بحجم مصابك فتح الله عليك وألزمك طريق الهدى والنور.

تلك الخطوات التي أورثتك متاعب التي ابتدأت من رفقة السوء وتسلط

هذا الشاب بامتهان إنسانيتك وكرامتك.

غاليتي من شؤم المعصية وضررها أنها تصيب القلب بالقسوة وظلمته وضيقه وحزنه حتى تهلك صاحبها ونجاتها بتوبة صادقة تحيل الهم والحزن جنة سعادة ورضا. حقيقة!

لا يوجد هناك حب(عفيف) إلا بالطريق المشروع (الزواج)، تأملي ما خطته أناملك تغير نظرة من أسميته (بالحبيب) عندما علم بما كان لك من ماضي (رغم علاقته معك تعد محرمه شرعا) فلا يمت لك بصلة فهو أجنبي عنك وحذرنا نبينا الكريم (ما خلا رجلا بامرأة إلى والشيطان ثالثهما)

جرأته في أهانتك وإذلالك وشتمك وأسرتك وتسلطه عليك بلا حق مشروع؟!

فما يفعله حب (واهم زائف) لا صحة له؛ عزيزتي لا يريد إلا إشباع نزوته، وما يردده من ماضيك قد يكون من باب إخضاعك وسيطرته عليك،

فلو كان صادقا لتقدم لخطبتك؛ وعاملك باحترام وتقدير بالتزام حدود الله في ذلك.

لذا يا غالية آن لك أن تطوي صفحة الماضي بتوبة صادقة مع الله محققة شروطها، ليفتح لك الله آفاق نقية صافية في رحاب الله وطاعته بالتزام أوامره واجتناب نواهيه. فالعودة إلى طريق السعادة والأمان والنفسي. (لله أشد فرحا بتوبة عبده)

شروط التوبة:

أولها: الندم: وهو الأسف على وقوع الفعل منه وكرهه بعدما فعله. وحقيقته أن المذنب يدرك أن ما فعله، أو فرط فيه مما لا يجوز له أن يقع منه، فيتحسر على ذلك ويندم أن كان فعل ذلك، ويتمنى أنه لو لم يفعل ذلك، أما إذا لم يندم فذلك دليل على رضاه به وإصراره عليه وهذا ذنب آخر عليه أن يتوب منه، فإن الندم شرط لصحة التوبة، وقد ورد في الحديث عن عبد الله بن مسعود -رضي الله عنه -عن النبي -صلى الله عليه وسلم -أنه قال: (الندم توبة)

ثانيها: الإقلاع عن الذنب التوقف عن إتيانه: وهو أظهر معاني التوبة، ولا تتضح ولا تصح إلا بالإقلاع عن الذنب، أما التوبة مع الإقامة على الذنب والاستمرار فيه فهي كما قال المنذري: هذه توبة الكذابين.

روى أبو هريرة -رضي الله عنه -عن النبي -صلى الله عليه وسلم -أنه قال: (إن المؤمن إذا أذنب كانت نكتة سوداء في قلبه، فإن تاب ونزع واستغفر صقل قلبه وإن زاد زادت حتى يعلو قلبه ذاك الرين الذي ذكر الله عز وجل في القرآن: ﴿ كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ﴾ سورة المطففين: الآية ١٤.

ثالثها: العزم على ألا يعود: هذا من دلالة صحة التوبة وصدقها أن يعزم المذنب على ألا يعود في ذلك الذنب الذي أذنبه وتاب منه.

رابعها: أن يؤدي الحق إلى أصحابه: إذا كان الذنب فيه مظلمة لآدمي فإن توبته منه أن يؤدي ذلك الحق لصاحبه أو يتحلله منه، كما قال - صلى الله عليه وسلم -:(من كانت له مظلمة لأخيه من عرضه أو شيء فليتحلله منه اليوم قبل أن لا يكون دينار ولا درهم، إن كان له عمل صالح أخذ منه بقدر مظلمته وإن لم تكن له حسنات أخذ من سيئات صاحبه فحمل عليه)

خامسا: أن تكون قبل الموت: لقوله - سبحانه وتعالى -: ﴿ وَلَيْسَتِ التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّى إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي تُبْتُ الْآنَ ﴾ .

اطمئني يا بنيتي وكوني على ثقة بالله بزوال الهم وانفراج الكرب:

- استعيني بالله وأكثري من الدعاء في جوف الليل ليصرف عنك الهم والسوء ويجنبك سوء هذا الشاب.

- إشراك من تثقين في علمه وحكمته في إيقاف هذا الشاب من ممارسة الضغط عليك.

- انتقاء الصحبة الصالحة المعينة على الخير والتقوى.

- مادام قلبك يشعر بالذنب ويعتصر لذلك فهذه علامة طيبة لحياة قلبك وأول خطو ات المضي قدماً نحو حياة ملؤها طاعة الله ورضاه ليهديك حياة

مستقيمة تنير القلب هدى ورضا.

- (ليسعد قلبكِ) تأملي رحمة الله وسعة فضله في قوله تعالى: (وهو الغفور الودود) والمودة هي المحبة الصافية، وفي هذا سر لطيف حي قرن الودود بالغفور ليدل ذلك على أن أهل الذنوب إذا تابوا إلى الله وأنابوا غفر لهم ذنوبهم وأحبهم، فلا يقال بل تغفر ذنوبهم ولا يرجع إليهم الود.

أسأل الله العظيم أن يقر عينك ويسترك في الدنيا والآخرة ويهديك هدى لا تشقين بعده أبداً.

إن لم أوافق على طلبه سوف يفضحني بالمقاطع التي أرسلتها له!

السؤال:

لقد كانت حياتي صعبة كثيرا عندما كنت في سن المراهقة, كنت أرى جميع الناس لا يحبونني, في يومها كنت أحتاج أن أحس بأن هناك من يحبني كأي بنت في عمري, عندما وصلت لعمر ١٧ سنة كان ولد عمتي عندما يراني يقف ويبتسم لي كثيرا فأحسست بحبه لي, يومها فرحت لأنني وجدت من يحبني في هذه الحياة وتوقعت بأنني أستطيع أن أحبه إذا تواصلت معه – ولكن في الحقيقة لم أستطع حبه أبدا– بعدها حدث بيننا تواصل وأخذ بالتدريج يتحدث معي عن التقبيل وعن الجنس وللعلم في السابق لم أكن أعرف عن أمور الجنس فهو من قام بإخباري عنه خطوة، خطوة ثم بدأت أبحث عن الجنس من الإنترنت ثم اشتركت عن طريق بريدي الإلكتروني بمجموعات ترسل صور وفيديوهات عن الجنس وكنت أرى دائما هذه الأمور بعدها أخبرته بهذا فطلب مني أن أرسل إليه عدة مقاطع فأرسلتها له بعدها أخذ يطلب مني أن نلتقي لنفعل الجنس معا فوافقت بهدف مسايرته فقط فعندما كان يطلب كنت أوافق ولكن عندما يقترب الموعد أبدا بالتعذر وأني لا أستطيع لكذا وكذا

(وأنا الآن والحمد لله عزمت على ألا أرى مقاطع إباحية مرة أخرى والحمد لله لم أشاهد من فترة وأتمنى أن أظل على هذا الطريق)

بعد محاولات كثيرة منه تعب وصرح لي بأنه لا يحبني ولن يتزوجني وأخذ يهددني بأنني أن لم أوافق على طلبه سوف يفضحني بالمقاطع التي أرسلتها له وأنه سوف يخبر ولد خالتي المحجوزة له حاليا.

ولد خالتي إنسان طيب، وبصراحة أنا أريده ولا أريد أن أخسره ولكني لا أستطيع أن أعمل أي شيء لأسكت ولد عمتي فقد أكد لي أنه لن يتركني إلا إذا فعلت معه الفاحشة وإن لم أرضى سيفضحني عند ولد خالتي.

ومن الناحية الأخرى فإني لا أستطيع أن أفهم ولد خالتي الموضوع لأننا غير متواصلين هاتفيا ولأنني لا أريد في الأساس أن أتواصل معه مثل ما فعلت

مع ولد عمتي ولأنني أن تواصلت معه سوف يظن أني إنسانة (لعوبة) أحب حركات الشباب ولكنني لست كذلك.

أنا بجد لا أريد أن أخسر ولد خالتي وفي نفس الوقت يستحيل أن ألبي طلب ولد عمتي فماذا أفعل؟ لأن الخيار الوحيد الذي يسكته هو الجنس مثل ما قال "صدقيني كلها عشر دقائق وسوف ترتاحين مني"

أرجوكم أخبروني ماذا أفعل كي لا أفضح وأتمنى أن تدعو لي وجميع بنات المسلمين بالستر والهداية.

باختصار كل مشكلتي أني خائفة أن أخسر ولد خالتي فماذا أفعل؟

الجواب:

أهنئك بثباتك ونجاتك من هذا الذئب وأرى أن تقومي بعدة حلول: ومنها حفظ رسائل التهديد والترجي، واتركيه يحاول ويتحدث بمطالبه وحاولي التسجيل له، ثم اطلعي أحد من المختصين، أو إن كان لديك أحد من أقاربك من النساء أو الرجال يتمتع بالسرية والحكمة يمكن أن يساعدك ويعطي ابن خالتك فكرة عن سوء ابن عمتك ولكن إياك والاعتراف بإرسال هذه الفيديوهات، كما يمكن أن يرسل له من يهدده ويمسح ما لديه من فيديو، وأرى أن تناصحيه بكلام مؤثر وأنه هل يرضى لأخته الزنا، وسجلي كل مكالماتك حتى تستخدميها في الوقت المناسب، ولا تظهري لابن خالتك أي اهتمام بهذا الموضوع، وكوني واثقة من نفسك لا يهزك أي تهديد، وأكثري من الطاعات والاستغفار تمحى سيئاتك وتحل مشاكلك واحفظي الله يحفظك وحذري من حولك من البنات من هؤلاء الذئاب حتى يوفقك الله، أسأل الله لك حياة سعيدة وذرية طيبة مباركة.

مشكلتي تكمن في العلاقات المحرمة التي تجري في دمي!

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر ١٩ من أسرة محافظة ولله الحمد

مشكلتي تكمن في العلاقات المحرمة بين الشباب [يا رب اغفر لي]

حادثتهم بجميع وسائل الاتصال [هاتف -ايميل -شات -صندوق محادثات.

إلى أن وصل بي إلى مقابلتهم أحيانا. وماَ خفي كان أعظم،

المشكلة العظمى أني أتوب وأقرر أني لن أرجع أبدا إلى ذلك الوحل. ومن ثم أعود

ماذا أفعل؟

بدأت أشعر أن هذه العلاقات تمشي في دمي مجرى الدم

أرجوك قل لي ماذا أفعل عاتبني رد على بكلام جارح كي أفيق مما أنا فيه

تركت المحادثات الهاتفية من أسبوعين وأكثر ولكنني ما زلت أحادث غيرهم عبر المنتديات والفيس بوك وصندوق المحادثات واقسم أنني لست راضية أبداً مما افعله

ودائما ما أدعو الله في قيام الليل أن يغنيني بحلاله عن حرامه وأن يشغلني بطاعته ويكره إلى الكفر والفسوق والعصيان

أريد أن أرجع إلى حيث ما كنت سابقاً، والله إني أصرخ من كل قلبي ماذا أفعل ماذا أفعل ؟!. أخبرني بالله عليك إنني محتاجة فعلا لشخص يوقظني من الغفلة التي أنا عليها

الجواب:

بداية أهنئك على ضميرك الحي أو بالأصح جذوة الإيمان المتبقية في قلبك والتي تزداد كما يظهر في أيام وتخبت في أيام

تزداد هذه الجذوة في أيام فتحرق عقلك وتفكيرك وتعيشي الهم والقلق والاضطراب

وتخبو أياما فيسيطر عليك شيطانك وهواك ونفسك الأمارة (إن النفس لأمارة بالسوء إلا ما رحم ربي)

بينما المؤمن التقي ﴿**ويزيد الله الذين اهتدوا هدى والباقيات الصالحات خير عندك ربك ثوابا وخير أملا**﴾

بنيتي نحن بشر نخطئ ونصيب نتقلب في هذه الحياة بين مد وجزر، مد وجزر في الإيمان ومد وجزر في التقوى والصلاح ومراقبة الله تعالى ومد وجزر في العمل الصالح ومد وجزر في الخشية والإنابة لله تعالى الشيطان يؤذنا من جهة ويدفعنا ويحبب لنا المعصية ويحسنها في أعيننا والنفس الأمارة معه والهوى وكلها أعدائي

﴿**الشيطان يعدكم الفقر ويأمركم بالفحشاء**﴾

أسمعي كلام ربك عن الشيطان ﴿**ويأمركم بالفحشاء**﴾هذا الشيطان الذي أمرنا ربنا بقوله (إن الشيطان لكم عدو فاتخذوه عدوا)

هذا الشيطان الذي بيّن الله مراده ومخططه بقوله تعالى عنه: ﴿**ثم لآتينهم من بين أيديهم ومن خلفهم وعن أيمانهم وعن شمائلهم ولا تجد أكثرهم شاكرين**﴾هذا الشيطان الذي بيّن تعالى طريقته بأمره بالمنكر خطوة خطوة كما قال تعالى:

﴿**ولا تتبعوا خطوات الشيطان**﴾ فهي تبدأ بخطوة ثم خطوة يعقبها خطوات ونهايتها هي

﴿**كمثل الشيطان إذ قال للإنسان اكفر فلما كفر قال إني بريئ منك إني أخاف الله رب العالمين**﴾ نهايتها تبرؤ الشيطان من الإنسان وما عمل ويكون التبرؤ الأكبر في نار جهنم حين يتبرأ الشيطان من كل من دخل النار معه ويوبخهم ويؤنبهم ويزيدهم غما لغمهم

﴿**وإن كانوا ليقولون لو أن عندنا ذكرا من الأولين لكنا عباد الله المخلصين**﴾

فيجيب الشيطان على لومهم له بقوله : ﴿ **وما كان لي عليكم من سلطان إلا أن دعوتكم فاستجبتم لي فلا تلومني ولوموا أنفسكم ما أنا بمصرخكم وما أنتم بمصرخي** ﴾ وصدق الله :

﴿ **يعدهم ويمنيهم وما يعدهم الشيطان إلا غرورا** ﴾ أسأل الله أن يعصمني وإياك وعامة المسلمين من شر الشيطان وشركه.

ابنتي:

نحن نبشر نخطئ ونصيب بمعنى أننا لسنا معصومين من الزلل والخطأ والحياة هي حرب وسجال بين نوازع الخير والشر في نفوسنا

﴿ **إنا خلقنا الإنسان من نطفة أمشاج نبتليه فجعلناه سميعا بصيرا إنا هديناه السبيل إما شاكرا وإما كفورا** ﴾ سبحان الله ما أعظم الله وما أحكمه

هدانا صراطا مستقيما وبين لنا أسباب الهدى والاستقامة وبين لنا أسباب المعصية والانحراف وأمرنا بالسير على وفق صراطه المستقيم صراط الله الذي له ما في السنوات وما في الأرض لا نحيد عنه ولا نزل ولا نتكاسل ولا نكل ولا نبدل ولا نمل

﴿ **وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ** ﴾ وهي وصية الله لنبينا المعصوم

﴿ **فإذا فرغت فانصب** ﴾ الاستمرار في العمل الصالح حين الفراغ بالاستقامة على هذا الصراط ألسنا نكرر في كل ركعة من صلاة ﴿ **اهدنا الصراط المستقيم** ﴾

وهذا فيه دلالة على أهمية هذا الصراط والتمسك بعراه وعدم الالتفات والحيد عنه فإن في تركه أو نبذه خسارة الدنيا والآخرة ﴿ **ألا إن الخاسرين الذين خسروا أنفسهم وأهليهم يوم القيامة ألا ذلك هو الخسران المبين** ﴾

ابنتي:

نحن في زمن كثرت فيه الفتن التي تدعو العبد للبعد عن صراط الله لكن ولله الحمد قد تكفل ربنا بأكبر آمان لنا يحفظ علينا ديننا وهو هذا القرآن (إنا

نحن نزلنا الذكر وإنا له لحافظون)

هذا القرآن هو ما قال عنه رسولنا عليه الصلاة والسلام: (تركت فيكم ما إن تمسكتم لن تضلوا بعدي أبدا كتاب الله وسنتي)

فإن أردت السلامة ابنتي فعليك بما يلي:

١- اعتصمي بربك فهو كافيك تعالى

اصدقي مع الله في توبتك وإنابتك وإقبالك على الله

انطرحي بين يدي خالقك ومولاك بكل صدق وتضرع وانكسار

تعرضي لله في نفحاته في الثلث الأخير من الليل وفي سجودك

وجهي قلبك لله تعالى لا ترين أمامك سوى طلب رضاه والبحث عن محابة تعالى

اسألي نفسك مع كل عمل تعملينه هل هذا يحبه الله أم لا ؟

ولكن كم تصيبنا الغفلة والتسويف والأماني الخداعات لكن الموفق من وفقه الله فيحدث بعد كل ذنب توبة ويرغم الشيطان بكثرة استغفاره وتوبته لله تعالى, أسأل الله لي ولك التوفيق والسداد والثبات

٢- تمسكي ابنتى بكتاب ربك بجميع أنواع التمسك تمسكا حسيا ومعنويا وليكن كتاب ربك هو رفيق دربك دائما في حضرتك وجلوتك وفي حلك وترحالك

اقرئي - احفظي -تدبري اعملي - تفكري - تأملي -راجعي -التحقي بدار تحفيظ -اقرئي في كتب التفسير

كتاب الله سلوة المحبين ومناجاة العارفين ونزهة المتقين ويقين الصادقين حبل الله المتين من تمسك به هدي ووقي وكفي ومن نبذه ضل وخاب وخسر خسرانا مبينا

٣- عليك بالاستعانة بالصلاة والمحافظة عليها مع دخول وقتها مباشرة وتعظيم أمر الصلاة عندك فمن حين تسمعي المؤذن وتتيقني دخول الوقت

فقومي وتجهزي لصلاتك من الوضوء وأدي السنن القبلية وصل صلاة خاشعة وصدق الله :

﴿إن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ﴾

وبعدها حافظي على الأذكار بحضور قلب وعلى السنن البعدية

٤- عليك بملازمة ذكر الله والإكثار من ذكره تعالى فالشيطان قريب من الغافلين عن ذكر الله وعن الصلاة قال تعالى :

﴿ومن يعش عن ذكر الرحمن نقيض له شيطانا فهو له قرين ﴾ فالله الله بالمحافظة على الأوراد والأذكار عموما فهي عمل يسير وذا أثر عظيم على القلب وسبب للثبات كبير ومن أحب شيئا أكثر من ذكره وانظري لعظم الذكر أن أمر الله به المرابطين والمجاهدين في سبيل الله وهم على الثغور

﴿يا أيها الذين آمنوا إذا لقيتم فئة فاثبتوا واذكروا الله كثير لعلكم تفلحون ﴾

٥-متابعة هدي النبي واقتفاء أثره قدر الإمكان ففي تعظيم سنة الحبيب أثر عظيم على القلب من هداية والتزام راسخ (ذلك ومن يعظم شعائر الله فإنها من تقوى القلوب) وقد قال عليه الصلاة والسلام: من يطع الله ورسوله فقد رشد ومن يعص الله ورسوله فقد غوى ولا يضر إلا نفسه ولا يضر الله شيئا فاحرصي كثيرا على تطبيق السنة وتتبع خطوات الحبيب محمد صلى الله عليه وسلم

٦-التنبه لمداخل الشيطان فأكثر ما يدخل الناس النار كما أخبر عليه الصلاة والسلام هما الفرج والفم

فلهذا حصني محركات الفرج التي تدفعك للحرام وهي الأذن والعين وعدم النظر الحرام والسماع للحرام وترك التصفح المحرم والمواقع السيئة وحصني محركات اللسان للحرام وعليك بمحاسبة النفس على كل كلام تنطقين به وأطر النفس على ما يرضي الله تعالى

٧-كذلك حصني نفسك من مداخل الغفلة على نفسك من أكل كثير أو ضحك كثير وكذلك الخلطة الكثيرة للصويحبات وإضاعة الأوقات فيما لا

ينفع ومثل ذلك النوم الكثير وترك الواجبات الشخصية والاجتماعية وغيرها مع التسويف بالوجبات والمهام ويضيع عمرك دون إنتاج أو فائدة

بل عليك بالجد والاجتهاد في نفع نفسك أولا ثم نفع أهلك وأمتك مع شيء من الترويح البريء الغير مضيع للواجبات

٨-أوصيك بالصحبة الصالحة الجادة من زميلاتك أو جيرانك أو ...

المهم أن يتميزن بالجدية فتكون سمتهن الجـد وشعارهن حفاظهن على أوقاتهن في المفيد وتربية أنفسهن على الكتاب والسنة والأخذ منهما والصدور عنهما،

وعليك باستشارة المربيات الصالحات الخيرات ممن عرفن بالصلاح والتقوى والفهم والعلم ولهن مجال في التربية والإصلاح.

ولعلك تعرفي قصة الرجل الذي قتل ٩٩نفسا وكمل بالعابد ال ١٠٠ ومع هذا أرشده العالم لبيئة صالحة كل هذا لأجل إبعاده عن بيئة السوء

وأنت كذلك تجنبي بيئة السـوء التي تدلك على الشـر وتعينك عليه بل عليك بالبيئة الصـالحة التي تدلك على الخير وتعينك عليه فاحرصي على البيئة التقـــية النـــقية

٩-اعلمي أن الشيطان وحزبه لن يدعوك بدون توجيه سمومهم وأحابيلهم وكيدهم ومكرهم عليك بل ستزداد الحرب ضدك فكوني مستعدة لهم وإذا وقعت وأذنبت في ذنب وأخطأت بحق ربك وبارئك فعليك بالرجوع المباشر بالتوبة النصوح

فكلما ازدادوا عليك حربا فزيدي عليهم إحراقا بتوبتك وإقبالك على الله

إياك ثم إياك أن يظفروا منك بالخلوة من نفسك وبالقعود وترك الصالحات من زميلات وصاحبات أو بترك حلق القرآن ومجالس الذكر فحتى لو كنت منغمسة بذنوبك فخففي منها بعدم هجر الصالحات وبعدم هجر مجالس الذكر وانتبهي لمكر إبليس وجنده حين يلقي في فهمك وذهنك أنك منافقة وأنك مخادعة وأنك لست أهلا للصلاح .....الخ من

تلك الأفكار الشيطانية

١٠-عليك بالدعاء ابنتي فالدعاء الدعاء خصوصا في أوقات الإجابة فهو باب عظيم للثبات والصلاح وأكثري من دعاء

﴿ ربنا لا تزغ قلوبنا بعد إذ هديتنا وهب لنا من لدنك رحمة إنك أنت الوهاب ﴾

ودعاء (اللهم قني شر نفسي وشر الشيطان وشركه وأعوذ بك أن أقترف على نفسي سوءا أو أجره إلى مسلم واحرصي على دعاء الوالدين فدعاء الوالد لولده مجاب

١١-إذا جاءك من ترضين دينه وخلقه فبادري دون تردد ولا تتحججي بإكمال دراسة بل بادري فهي قربة من القرب

١٢-اجعلي التوبة دائما أمام عينك وأن الله يحب التوابين ويحب ا لمتطهر ين

تذكري يا بنت الإسلام أن الله يقبل على عبده إذا أقبل عليه كما قال تعالى في الحديث القدسي: (ومن أتاني يمشي أتيه هرولة) **﴿ففروا إلى الله إني لكم منه نذير مبين ﴾**

ثقي بأن من أعظم أسباب الثبات هو الاستمرار في العمل الصالح كما أنه سبب لصدق التوبة وقبولها كما قال تعالى: **﴿وإني لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحا ثم اهتدى ﴾** أكثري من العمل الصالح فهو سبب لحياة القلب ويقظته

واسمعي لربك حين يبين لنا رسولنا كما في الحديث القدسي ولاية الله لعبده حين يكثر من العمل الصالح ومن نوافل العبادات (ولا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به وبصره الله الذي يبصر به ويده التي يبطش بها ورجله التي يمشي عليها)

يعصمك الرحمن بفعل الصالحات والإكثار من النوافل

يعصمك من فعل السوء وقول السوء

ومع الاستمرار بهذا يتولاك خالقك وكافيك فيدافع عنك ويكفيك شر

نفسك وشر الشيطان وشر شياطين الجن والإنس

﴿ألا إن أولياء الله لا خوف عليهم ولا هم يحزنون﴾ ما صفتهم؟

﴿الذين آمنوا وكانوا يتقون﴾ ما جزاؤهم:

﴿هم البشرى في الحياة الدنيا وفي الآخرة لا تبديل لكلمات الله ذلك هو الفوز العظيم﴾

أسأل الله الكريم من فضله.

أملي بربي أن نكون وإياك منهم حين نراغم شيطاننا ونتخذه عدوا ونتنبه لمداخل النفس ولهواها ونستعين بربنا وكافينا ونطلبه العون والسداد والتوفيق

﴿والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا وإن الله لمع المحسنين﴾.

أحبه بجنون ولكن علاقتنا المحرمة أيقظت مضجعي!

السؤال:

بكل صدق أتيت إليكم محملة بأرطال من الهم لا حدود لها. تائهة ولا أعلم كيف أجد طريقي. !!

أنا فتاة أبلغ من ال عمره٢٥ سنة من أسرة متدينة، ملتزمة ولله الحمد والمنة، أعمل في دار للتحفيظ وكل أنشطتي في مجال الدعوة وكثيراً ما ألقيت محاضرات في الداروخارج الداروكثيراً ما وقفت على قضايا ومشاكل وحللتها خصوصاً مشاكل الفتيات إلا مشكلتي.

الحمد لله على قدر من الجمال، والأدب، والسمعة الطيبة بين الناس. الكل ينظر لي على أنني الفتاة المحترمة ويحترموني بل إن بعضهم من سمعتها تتمنى أن تكون لها بنت مثلي -ليس كلامي غرور ولكني أود أن تكونوا على إطلاع كامل بحالتي -.

أنا يتيمة الأب. وما رأيته في حياتي أسقاني طعم العلقم المر. أمي أبقاها الباري طيبة جداً. لكنها شديدة أثناء تعاملها معنا نشأت وأنا بعيدة كل البعد عنها قسوتها سواءً بالكلام أو النقد المباشر والجارح لي أمام أخواتي وإخوتي وأمام الناس جعلني أنفر منها ضربها المستمر لي وعند تعرضها لأي ضغط مباشرة تتوجه لي لتفرغ شحنات غضبها عندي. كثيرة الدعاء علي وعلى إخوتي وقد رأيت وعايشت استجابة الله لدعائها علي على الرغم من أننا نفعل المستحيل لإرضائها لكن لا فائدة. تعاملني بقسوة لا تتخيلوها لدرجة أنها تدعوا على بالفضيحة والحرق والأمراض. وتصب على كلامها كالسم.

أنا لا أشكو منها فأنا أحبها ولا أرضى عليها ولا أتمنى لها الشر ودائماً أقف أمام تعاملها بكل هدوء رغم جرحها وكسرها إلا أنني أسكت عنها وأحتسب أجري عند الله. وما أن تتركني حتى أنفجر بالبكاء إلى أن تهدأ نفسي.

ما أود إيصاله لكم أنني أعاني من فراغ عاطفي كبير جداً وأحتاج لمن يفهمني ويحن على بل ويحتضنني فالقسوة والوجع تنهال على من كل صوب. وأنا لم أعد قادرة على التحمل فالهم أهلكني

مشكلتي أنني تعرفت على شاب في موقع بدأت علاقتنا بتبادل الكتابات الأدبية والخواطر ثم شيئاً فشيئا حتى وصلنا للماسنجر ثم الجوال. هو من نفس قبيلتي ومن نفس منطقتي وتقريباً يعرف عني الشيء الكثير وأنا كذلك. رغم تديني ومحافظتي الشديدة وكرهي لهذا الطريق إلا أنني لا أعلم كيف وقعت فيه، أنا أحبه بكل معنى تحمله هذه الكلمة وبكل صدق لم يسبق لشاب قبله أن لفت انتباهي ولا حتى إحساسي لكنه أحبني وبصدق وأحببته. ولثقتي أننا ما بيننا خطأ سعيت جادة وبعقلانية لتصحيحه ففاتحته بأمر زواجنا وأن تكن علاقتنا شرعية صحيحة أعتذر وصارحني أنه لا يستطع الزواج بي ولا من غيري لظروف أسرية ومشكلة لديه منعته من الزواج. وقال لي من قبل أن أفاتحه وبعد أن فاتحته إذا أتاكِ رجل كفئ ويستحقك فلا تتأخري بسببي ولا ترفضي نصيبك لأجلي ولكِ مني الدعاء والمساعدة.

أنا ألاحظ ابتعاده عني وأعلم أنه يريد تركي لأنه لا يريد أن تستمر علاقاتنا وهي خاطئة خصوصاً بعد أن عرف عن طبيعة عملي وكوني متدينة، إلا أنني تعلقت به بشكل لا يمكن تصوره ولا أستطيع تحمل مرور يوم دون سماع صوته وأعترف أنني تبادلت معه الكلام العاطفي ولكن لم يصل للجنس. ولن يصل بإذن الله إلا بالحلال. هو رجل طيب وأحبه وهو أيضاً يحبني ولا يمكننا الارتباط بسبب ظروفه الأسرية. رغم أنني أشك بداخلي أنه مجرد عذر منه لتخلص مني لأنه لا يشرفه الزواج من فتاة تعرف عليها قبل الزواج عن طريق النت خصوصاً بمجتمعنا المحافظ جداً. لا أستطيع الاستغناء عنه. لا أستطيع كرهه. لا أستطيع الابتعاد عنه

متناقضة مع نفسي. لدرجة أنني فكرت أن أترك العمل في مجال الدعوة والدار لأنني أشعر أنني لست أهلاً لذلك. وأشعر أنني أسقطت عن نفسي لباس العفة. وبدئت أحن لأيامي البيضاء النقية. أحبه بجنون ولكن أمر علاقتنا المحرم أقيظ مضجعي

أخاف ربي. ولا أعلم كيف أجد الطريق. أكتب لكم وأنا أبكي. أعلم أن رسالتي مشتتة وغير مرتبة لكنها نفس الفوضى التي تعم نفسي وخاطري. أريد حل عملياً. أريد خطوات. للوصول لحل يرضي نفسي.

أرجوكم أشعروا بحاجتي الماسة فيعلم الله أنني لم ألجا إليكم إلا لثقتي فيكم بعد الله.

الجواب:

الحمد لله الذي وهبك قلبا حيا ورزقك خدمة دينه والشرف والعز بنشر الخير وأنزل محبتك في قلوب خلقه ولعلها عاجل بشرى المؤمن

ما كان لمثلك ممن عرف الحق وذاقه ومارس الدعوة وبذل الخير للناس أن يتسمى بهذا الاسم بل أنت تباشير فجر ونبراس هدى ومشعل هداية

ما حصل ابنتى زلة شيطان وهي لا أقول طبيعية ولكن هي كانت لك كذكرى كي تحصني نفسك أكثر وأكثر فالمؤمن حين يزل يدفعه زلله لليقظة والاعتبار والنظر في حاله له في هذا أسوة بنبي الله داود عليه السلام فما كان منه إلا (وخر راكعا وأناب) وهكذا المؤمن يرى ذنوبه كالجبل يكاد أن يقع عليه بعكس المنافق والذي يرى ذنوبه كذباب وقع على أنفه فقال به هكذا.

ابنتي: كلنا ذو خطأ وكل بني آدم خطاء وخير الخطاءين التوابون والذي عليك هو الرجوع للجادة كما كنت سابقا بل وأفضل

ولكن لا تقولي ما قال لك إبليس حين ألقى في روعك بأنك لا تصلحين لهذا الطريق ولا أنت أهلا له وأنت من أنت حين مارست مع هذا الشاب ما حصل وكان .....

أبدا بل عليك الإقبال على ربك ومعرفة أنها زلة وسلي ربك العفو والعافية والمغفرة

ثم ما تجدين من مشاعر وعواطف جياشة فهي جدا طبيعية وهي فطرة الله التي فطر الناس عليها ولكن ربنا خلق هذه المشاعر والعواطف لتصرف في مصرفها الطبيعي الشرعي وهي من الابتلاء (ليبلوكم أيكم أحسن عملا)

فالواجب على كل عزباء هي حبس هذه المشاعر تجاه الجنس الآخر (الرجل) حتى يأتي صاحبه وأهله الذي اختصه الله به وهو الزوج

وأما مشاعر الأمومة والأخوة ومشاعر القرابة فعليك ممارستها مع كل

حسب حاله وأولى الأولويات هي أمك فمهما جاءك منها فواصلي بورك فيك مزيد تحنن وتقرب ومشورة لها وتودد وخدمة حتى لو أساءت لك فأنت اجعلي هذه التصرفات السلبية منها في ميزان حسناتك كما كنت تفعلين أريد تستشعري أنها نهر جار من الحسنات وكلما أساءت فالنهر يزداد صبا

تقبلي ذلك بنفس رضية وابتسامة جميلة مع دعاء تسمعينه إياها أسوتك في ذلك الحبيب محمد صلى الله عليه وسلم حين آذه قومه ورمي فيقول: اللهم اغفر لقومي فإنهم لا يعلمون

ولك أسوة في مؤمن آل ياسين حين يقتله قومه فيقول حين رأى نعيم الجنة وما بها فيتمنى بقوله: (يا ليت قومي يعلمون بما غفر لي ربي وجعلني من المكرمين)

فيا بنت الإسلام ويا طالبة العلم أنت غير .....

والسؤال: لم أنت غير؟

فيكون الجواب فارضا نفسه وهو: لأني بنت التحفيظ أنا من تخرجت من حلق القرآن ومن حلق العلم أنا ممن تمثلت القرآن لها هديا وجعلت من نبيها قدوة وأسوة فكانت تتأسى بنبيها الذي كان خلقه القرآن

إذن ابنتى ارفعي رأسك واشمخي بأنفك واعتزي بدينك وبمبادئك وبحجابك وبكل قيمك وتمثلي هدي الإسلام كوني بنت الإسلام المتحركة فمن يراك يرى الإسلام بصفائه ونقائه وطهره ويرى تعاليم الإسلام بجمالها وروعتها مع تطبيقها

يرى دعوة للدين صامتة تتمثل في شخصك

فلا إله إلا الله ما أجمل العيش مع الله وما أجمل التوبة لله والإقبال على الله

أسأل الله أن يرزقنا وإياكم الهدى والتقى والعفاف والغنى

إذن ابنتى الكريمة لا تضجري لا من أمك وتصرفاتها ولا تستغربي زلتك فأنت بشر كسائر البشر يخطئ ويصيب لكن عليك الخوف من ذنبك لكن

خوف لا يقعدك عن العمل بل يدفعك للتوبة وإصلاح سريرتك والندم على ما كان والعزم على عدم العود لما كان والتنبه لخطوات الشيطان ونزغتاه ومراجعة النفس وتقويمها بين كل فترة وأخرى

واصلي نشاطك في التحفيظ من حفظ وتعليم لكتاب الله ومن نشر للخير بين بنات جنسك وإحياء شعيرة الأمر بالمعروف بينهن وكوني فاعلة محركة لمن حولك كلك نشاط وحيوية ولا تلتفتي للماضي واطرحيه وانظري للمستقبل بنظارة بيضاء مشرقة وتفاءلي وأحسني الظن بربك فهو الكريم الغفور الرحيم المجيب مجيب دعوة المضطر إذا دعاه

ومباشرة اقطعي علاقتك بهذا الشاب فهو سراب بقيعة يزيدك ظمأ وألما

لن ترتاحي إلا بالابتعاد عنه وترك التفكير فيه فغيري جوالك وغيري بريدك الإيميل والذي يتواصل به معك وكوني تقية نقية كما يحب ربك ويريد تعالى

وأمك اقتربي منها أكثر من مشورة من خدمة من تحنن من تحقيق طلبات فأمرها واجب وما عداه سنة فلا تقدمي سنة على واجب واجعلي اسمك خادمة أمها وسمها بجوالك باب الجنة وتذكري هذه المعان الجميلة التي تعزز فيك تقديم كل غال ونفيس لأجلها فأمرها ولو كان يسيرا بل وأحيانا ساذجا فهو أولى من أولوياتك الأخرى والسبب لأنها أمك

اعتذر لإسهابي لكن شعرت بشعورك وشعرت بأن إبليس كاد أن يظفر بإغلاق نهر خير يصب متدفق لبنات المسلمين ففرح الشيطان بتقبلك لاقتراحاته ولكن سارعي بقطع تلك الأفكار بتطبيق عملي مباشر من عودة لما كنت وأفضل

فنظمي وقتك ورتبي جدولك ولو زللت مرة أخرى بأي زلة فبادري للتوبة والعودة إلى الله فربنا يحب التوابين ويحب المتطهرين

أسـأل الله أن يرزقنا وإياك العلم النافع والعمل الصالح وأن يجعلنا هداة مهتدين ويبعد عن كيد الشيطان وشركه وشر من به شر

كما أسأله تعالى أن يرزقك زوجا صالحا تقر به عينك وأن يصلح حالك مع أمك ويجعلك بها بارة ومعها سارّة.

مشاكل غشاء البكارة

السؤال:

رزقت بشهوة جنسية كبيرة ولا أمنع نفسي من الحرام فاتبعت مع نفسي العادة السرية والتي أفقدتني عذريتي ويتقدم الكثير لخطبي وارفض خوفا من كل شيء ... مع أني في حاجه للزواج.

الجواب:

أنت تتحدثين عن الشهوة وعن العادة السرية كأنها شيء جميل وعظيم، قد يكون ذلك بطريقة لا شعورية،

أما الشهوة الجنسية العارمة التي تؤدي إلى محرم، فيجب أن توصف بالبلاء فتقولين قد بليت بشهوة، وذلك حتى تكونين صادقة في التوبة.

– أما عن مشكلتك فإنني سأتحدث بشكل عام وعليك أن تختاري الحل المناسب لك، إن كانت لديك النية الصادقة في التوبة إلى الله، وأن لا تعودي إلى تلك المعصية أبدا وأن تعلمي أولادك – إن شاء الله – كيفية المحافظة على أنفسهم وعدم الوقوع في مثل ذلك.

– غشاء البكارة يتكون في المرحلة التي تسبق المراهقة، أي لا تولد البنت ولديها غشاء بكارة وهو عبارة عن غشاء رقيق يفصل بين الثلث الخارجي والثلث الأوسط من المهبل، وهو مثقوب في وسطه حتى يسمح بنزول دم الدورة الشهرية.

– وتختلف أشكاله مثل الحلقي – أي الذي يأخذ شكل حلقي –لكن في معظم الفتيات فإنه يأخذ شكلا هلاليا.

– ويقع غشاء البكارة على بعد ٢ – ٢,٥ سم من الخارج ويكون محفوظا بالشفتين، وفض غشاء البكارة عملية بسيطة وليست معقدة كما يُعتقد، لأنه رقيق جدا وقريب جدا.

– ويزداد غشاء البكارة سمكا وصلابة مع تقدم السن أي من بعد ٢٥ سنة ويصل ذروته في سن ٣٥ سنة. وأنتِ كما تقولين إن عمرك ٢٩ سنة أي من

المفترض أنه ازداد سمكا. فإذا كان الزوج على دراية بالموضوع الجنسي فمن السهل اكتشاف ذلك.

– ولكن هناك نوع من غشاء البكارة يسمى بالغشاء المطاطي الذي يتمدد مع الضغط ثم يعود مرة أخرى وربما لم ينزل دم بالمرة. وقد لا يتمزق إلا بعد الولادة الأولى. وهذا ما يدعيه بعض الفتيات في مثل حالتك مع الاتفاق مع طبيب إذا طلب الزوج الكشف على زوجته إذا شك أنها ليست عذراء.

– وفي بعض الحالات تذهب الفتاة مع والدتها إلى الطبيب لمعرفة حالة غشاء البكارة لقربها من الزواج وتتفق معه على إجراء بعض الفحوص.

هناك أسباب كثيرة قد تهتك غشاء البكارة. وهي:

– العادة السرية التي يستخدم فيها أشياء داخل المهبل (كالأصابع أو غيرها)

– استخدام التطهير المهبلي في النظافة الشخصية.

– استخدام ماء الشطاف المندفع أثناء استعمال دورات المياه.

قد تستطيعين أن تدّعي مع زوجك أي من هذه الأسباب أو استخدام الطرق الأخرى، وأسرعي في الزواج والتوبة والإنابة إلى المولى.

يحذر علماء النفس من الاعتراف الصريح للزوج بأنك ممارستي العادة السرية لأن ذلك يضر بنفسية الزوج ويؤدي غالبا إلى الطلاق حتى لو تقبل الوضع حالياً، لا يتقبله في المستقبل.

أدعو الله لك بحسن التوبة وصدق العمل ... ومن ستر مسلما في الدنيا ستره الله يوم القيامة.

الفراغ العاطفي يدفعني للتفكير الخاطئ!!

السؤال:

أنا فتاةٌ غير متزوجة، وغالباً ما أفكرُ بالزواجِ، ولماذا لم يتقدَّم لي أحدٌ حتى الآن؟! علماً بأنِّي جميلةٌ ومتفوقةٌ، ومن عائلةٍ مرموقةٍ، ما حصلَ لي أنِّي بعد تخرجي وبسببِ الفراغ أدمنتُ الإنترنت، وأصبحتُ أدخلُ للمواقع الإباحية، وأكرهُ نفسي بعدها، وأخافُ جداً من أن أنجرَّ إلى الخطأ، أريدُ أن أعالجَ هذا الفراغ العاطفي والنَّفسي.

الجواب:

بدايةً: أحبُّ أن أهنئكِ على ثقتكِ بنفسكِ الواضحة من سؤالك، والتي تضافُ لما ذكرتِ من مميزات لديك، ثم أقول -عزيزتي-: إذا عددنا ما تُعانين منه -حسب قولك- فهي أمورٌ ثلاثة:

- قلقكِ بسببِ تأخر زواجك.
- عدم استغلال فراغكِ بما هو نافع.
- شعوركِ بالوحدةِ والفراغِ العاطفي.

لعلي أبدأ أولاً: بقلقك لعدمِ تقدمِ الخطاب، وبالتالي تأخر زواجك، فأقول:

هل أنتِ متأكدةٌ من عدمِ تقدُّمِ أحدٍ لطلبِ الزواج منك؟ وذلك لأنَّه وفي كثيرٍ من الحالات يتقدُّم الكثير لكن يتمُّ الرفض من الأهلِ دون إعلامِ الفتاة به؛ وذلك لرؤيتهم أنَّه غير مناسبٍ لابنتهم، ثم لو فرضنا صحةَ عدمِ تقدُّمِ أحدٍ إليك إلى الآن: فلابدَّ أن تعلمي أنَّ الزواجَ رزقٌ من أرزاقِ الله، يرزقهُ لمن يشاء، ويصرفهُ عمَّن يشاء، لحكمةٍ هو يعلمها، وهو أمرٌ مقدَّرٌ من قبلِ وجودكِ في هذه الدنيا، واعلمي أنَّه لن تموتَ نفسٌ حتى تستوفي رزقها كاملاً، ولو حاولت أكبرُ قوةٍ في الأرض منعها لشيءٍ منه ما استطاعت إلا بإذن الله، لذلك ينبغي للعاقل ألا يشغلَ فكرهُ في أمرٍ لا يملكُ من أمرهِ شيئاً، خاصةً إذا قامَ بفعلِ الأسباب، وتوكَّل على الله، وأحسن الظنَّ به، ومن تلك الأسباب مثلاً:

- كثرةُ الاختلاط والتواجد في المجتمعات النسائية المباحة، فلا يخلو الأمر ممن تبحثُ عن عروسةٍ مناسبةٍ لأخيها، أو لابنها، أو غير ذلك.

- استغلالُ أوقاتِ الإجابة، والإكثارُ من الدعاء، والإلحاح على الله بأن يهبَ لك زوجاً صالحاً تقرُّ عينك به، ومن ثم أحسني الظنَّ بربك؛ فهو أرحمُ بك من نفسك، وهو الذي يستحي أن يردَّ يدا عبديه صفراً إذا رفعهما إليه.

- أكثري من الاستغفار في كل وقتٍ، والتقرب إلى الله بالأعمالِ الصالحة.

- احرصي على قراءةِ الأذكارِ يومياً، ولعلك تسيرين في برنامجِ رقيةٍ شرعية، فالينُ حقّ، وربَّما أصابكِ شيءٌ منها، خاصةً في هذا الزمن الذي كثرَ فيه الحسد، والله المستعان.

ثانياً: قضائكِ لوقت فراغكِ بالتصفح في المواقع الإباحية، وبشيءٍ مما يغضبُ الله، فأقول بدايةً: احمدي الله على هذا الفراغ، والذي لا يجدهُ غيرك الكثير، ممن شغلتهم الأزواج، وكثرة العيال، والارتباطات، فمنعتهم من التلذذِ بعبادةِ الله، أو ممارسة هواية مفيدة، بل ربَّما لم يجدوا الوقت الكافي للنوم والراحة! وتذكري حديث النبي صلى الله عليه وسلم: (نعمتان مغبون فيهما كثيرٌ من الناس: الصحة، والفراغ).

لذلك نصيحتي لك باستغلالِ كل لحظةٍ من وقتكِ بما هو نافعٌ، والابتعاد كل البعدِ عما ذكرتِ من المواقعِ المحرمة، وتذكري أنكِ محاسبةٌ عن كل ثانية، وماذا فعلتِ بها، ولعلك تلتحقين بحلقات التحفيظِ النسائية، إن تيسر لك ذلك، فكتابُ الله خيرُ ما اشتغلتِ به النفوس بعد أداء الفرائض، واحرصي على إقامةِ صداقاتٍ حسنة، وتواصلي معهم، وتبادلي الهدايا والمشاعر النبيلة.

ثالثاً: ما تشعرين به من فراغ عاطفي: فلم توضحي حالَ الأسرة بالنسبةِ لك، ومعاملة والديك، وإن كنتُ أظنُّ أنَّ سببَ ما تعانين منه حصركِ للحبِّ والعاطفة في موضوعِ الزواج فقط، ولا شكَّ أنَّ الزواجَ الموفق، ينمي الحبَّ والعاطفة ويشبعها، ولكن في الوقت نفسه عدم حصوله لا يعني نهايةَ الحبِّ والعاطفة، بل استشعري حبَّ الأهل والأخوة والأخوات، ونعمة

وجودكِ بينهم، وأنصحكِ: أن تقوِّي علاقتك بأهلك، وتكوِّني صداقات نسائية مع صحبةٍ صالحة، واحذري أشدَّ الحذر من العلاقات المحرمة والمشبوهة، وتذكري أنَّ هذا الطريق وإن كانت بدايته جميلةٌ لكنَّه ينتهي إلى خسارةٍ عظيمة، وخزي في الحياةِ الدنيا وفي الآخرة، ويكفيك ما يقعُ في قلبكِ من شؤمِ المعصية، بحيث تشعرينَ بكرهكِ لنفسكِ، وضيق وعدم انشراحٍ في الصدر.

ختاماً: عيشي بنفسٍ راضيةٍ مطمئنة، وتذكري نعمَ الله عليك، ولا تحصري سعادتك بالزواج فقط، فلا تعلمين أين هي الخيرة لك، ولا تعلمين الوقت المناسب لزواجك، فكم ممن تأخر زواجهنَّ، علمن بخيرةِ ذلك، حيث أتممن حفظَ كتاب الله، أو دراسة معينة، وكم منهنّ أصبح الزواج شؤماً ونكداً عليهنَّ؛ لعدم التوافق مع أزواجهن، وربَّما البعض منهنَّ عادت إلى بيت أهلها مطلقة ومع عددٍ من الأطفال مسؤولة عن تربيتهم والعمل لأجلهم! وتذكري أنَّ الله لن يسألك يوم القيامة عن عدم زواجك، أو تأخرك فيه، فاجتهدي للدارِ الحقيقية، وأحسني الظنَّ بربك، وترقبي القادم الجميل بإذن الله، ولا تنسي أن تبشرينا بما يستجدُّ معك من أحداث.

أسأل الله أن يقر عينك بالزوج الصالح، والذرية الطيبة، إنَّه جوادٌ كريم.

جمالي الذي لم أره

السؤال:

أنا فتاة عمري ثلاث وعشرون سنة، نشأت على حب العلم، وكنت متفوقة جداً في دراستي، وأنا على درجة عالية من الجمال، لكني لا أرى نفسي كذلك، بل أرى نفسي قبيحة جداً! كنت أحب التزين واللباس الجميل، والاهتمام بنفسي في بدايات بلوغي، فكانت أمي تنهرين إذا لبست شيئاً جديداً، ثم صار والدي أيضاً يتهكم من شكلي إذا لبست شيئاً جديداً. مع أنه لم يكن هناك ما يعيبني، ولأنني كنت صغيرة، ولم أكن أتلقى التوجيهات إلا من والدي فقد كنت أصدقهما، حتى اقتنعت تماماً بفكرة أنني لا أصلح لأن

ألبس وأتزين كبقية البنات لم أعد أحب نفسي، اعتزلت الناس، ولا أجلس حتى مع أهلي، الأمر الذي جعل أمي تهتم بي، وأصبحت تحضني على الزينة، وعلى ارتداء الملابس الشبابية والتجديد لكني لم أعد أكترث لذلك مطلقاً.

زاد وزني، وترهل جسمي، ولم يعد يناسبني أي لبس سوى الجلابيات الفضفاضة.

أعتقد الآن أني لن أتزوج، وحتى إذا تزوجت فإن مؤهلاتي تجعلني زوجة ثانية أو ثالثة أو رابعة، أما أن أكون زوجة أولى فأرى هذا من المستحيلات. أرشدوني مأجورين.

الجواب:

ابنتي الحبيبة... قرأت رسالتك عدة مرات، فوجدت نفسي أمام فتاة تمتاز بدرجة عالية من الذكاء والفطنة وشدة الحساسية... ذكاؤك وتفكيرك يسبق عمرك بمراحل كثيرة، وسأتعرض بعون الله تعالى للإجابة على تساؤلاتك -ولن أقول لمشكلتك؛ لأنه لا توجد مشكلة والأمر بسيط- بكل إسهاب وتفصيل وبعون الله تعالى سيكون الحوار معك مقنعا، ولكن في البداية أقول لك:

ما هذا الإحباط والحزن الذي بدا لي أنه قد تمكن منك، وبدأ يعشعش في داخلك؟ ولما كل هذه النظرة السلبية التي تنظرين بها إلى الحياة؟ والذي استغرب له وأنت ابنة الثلاث وعشرين ربيعا، أي أنك زهرة يانعة متفتحة تشرق على حياة بإذن الله ستكون سعيدة في طاعة الله ومرضاته.

ابنتي الصغيرة... لن يستطيع الإنسان أن يغير ما بداخله إلا بإرادته وعزيمته، فلا يملك إنسان أن ينتزع الحزن والإحباط من قلب إنسان آخر، ويستبدله بسعادة غامرة وتفاؤل، ومن يقول غير ذلك فهو مخطئ، ولكن أن أساعدك وأمسك بيدك لتخطي هذه العثرة فهو الشيء الممكن بإذن الله تعالى. فالسعادة ليست نجمة سحرية، قد تسقط في حضن الإنسان فيصبح سعيداً محظوظاً، وقد لا تسقط فيصبح شقياً منكوباً، ذلك لأن السعادة لا تعيش خارج إرادة الإنسان، وإنما هي ملك يده وفي اختياره.

والتفاؤل أيضا عزيمة تسري في الروح، فتجعل الإنسان قادرا على تحدي مشاق الحياة وصعابها، والتفاؤل يدفع الإنسان لتجاوز المحن، ويحفزه للعمل، ويورثه طمأنينة النفس وراحة القلب. والمتفائل لا يبني من المصيبة سجناً يحبس فيه نفسه، لكنه يتطلع للفرج الذي يعقب كل ضيق، ولليسر الذي يتبع كل عسر، والتفاؤل قرار ينبثق من داخل النفس أولا، ثم ينعكس على مظهره الخارجي صابغا حركاته وسكناته ونظراته ولفتاته وكلامه بصبغة الواثق، فتسري هذه الثقة في جميع خلاياه، فتراه يمشي مشية الملك غير مكترث ولا مهتم بعيوبه أو أخطائه.

ابنتي الغالية... لنبدأ معا الخطوات العملية، وكما قلت لن يجدي أي حل إلا بوجود عزيمة قوية وهمة عالية لتخطي هذه العثرة، ومعاودة الوقوف بثبات وصلابة. ولنبدأ أولا بالتدريب على الابتسامة، والبسمة تصنع في قلبك وحياتك الكثير، خصوصاً إذا كانت ابتسامة حقيقية يتواطأ فيها القلب مع حركة الوجه والشفتين، وليست ابتسامة ميكانيكية. واعلمي أن الابتسامة على وجه المرأة أجمل زينة، فهي تجعل الوجه ينير، والأعصاب تستريح، والنفس تطمئن، والقلب ينفتح على الخير كما تتفتح الزهور على لمسات الندى. الابتسامة لا تكلف شيئاً ولكنها تكسب كل شيء: تكسب قلوب الناس. تكسب حب الحياة. الوجه الطليق الباسم تتفتح أمامه الأبواب، وتلين له حتى أقسى القلوب، ويشعر الآخرون بالمودة والحب. الابتسامة هي عربون المودة. وهي زهرة الحب. وهي التعبير الخالص عن التحية الصافية. وهي الشجرة الخضراء في صحراء حياتنا الاجتماعية. وهي أجمل عدوى تنتقل من إنسان إلى إنسان. حين تبتسمين تنطلق كهرباء الحب والإشراق منك إلى من حولك، إلى أهلك وأخواتك وصويحباتك، وإلى كل من تتعاملين معهم. يقول علماء النفس إن الفعل يصنع الإحساس. ومعنى هذا أنك حين تبتسمين تحسين بعدها بالسعادة، لأن السعادة تجعل الوجه منشرحاً طليقاً يحب الابتسام. ومعناه أيضاً أن الإنسان حين يقطب وجهه ويعبس يحس في داخله بالتعاسة والبؤس والشقاء لأن هذه المشاعر مرتبطة بالعبوس والتقطيب.

فكوني تلك الفتاة البشوشة لتكون حياتك سعيدة. وكوني من إذا رآها

الآخرون تنتقل الابتسامة إليهم، فالابتسامة من القلب تصل للقلب. حاولي جاهدة مع نفسك أن تتخلصي من الحزن والعبوس والاكتئاب... تخلصي بقوة إرادتك من تلك الطباع، واعلمي أن الطبع بالتطبع، فيمكن التطبع بطيب الخصال بالتدرج والاستعانة بالله تعالى.

وقديما قال الشاعر:

قال السماء كئيبة! وتجهما قلت ابتسم يكفي التجهم في السماء!

قال: الليالي جرعتني علقما قلت ابتسم ولئن جرعت العلقمان

ابنتي الحبيبة... تأملي نعم الله عليك، وتفكري فيها حقَّ التفكر، وقلِّبي النظر في نعم الله، تري نعماً عظيمة لا تستطيعي عدها ولا إحصاءها، كيف تستطيعين وما لحظة من لحظات حياتك إلا ولله عليك فيها نعمة؟! فهي نعم تعجزين عن عدِّها واستقصائها، وصدق الله: (وَإِن تَعُدُّواْ نِعْمَةَ الله لاَ تُحْصُوهَا إِنَّ الله لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ). وأعظم النعم نعمةَ الإسلام، فمن رزق نعمةَ الإسلام فقد هدي إلى الخير كله، فهي أعظم النعم وأجلها أن هداك الله للإسلام، فعرفت الحق واهتديت، وكان عندك فرق بين الحق والباطل والهدى والضلال، وقد أضل عن ذلك الأكثرون، فاحمدي الله على هذه النعمة، قال الله تعالى: (قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ). فبهذا الفضل الذي آتاه الله إليك، وبهذه الرحمة التي أفاضها عليك من الإيمان، فبذلك وحده فلتفرحي ولتسعدي، فالفرح الحقيقي هو الفرح بطاعة الله، الفرح بعمل الحسنات والحزن لفعل السيئات لقول النبي -صلى الله عليه وسلم-: (مَن سرته حسناته وساءته سيئاته فهو مؤمن)، فهذا هو الذي يستحق الفرح كل الفرح والسعادة كل السعادة، لا المال ولا أعراض هذه الحياة إن ذلك هو الفرح العلوي الذي يُطلق النفس من عقال المطامع الأرضية والأعراض الزائلة، فيجعل هذه الأعراض خادمةً للحياة لا مخدومة، ويجعل الإنسان فوقها وهو يستمتع بها لا عبدًا خاضعًا لها. فكيف لا تفرحين ولا تسعدين وقد وهبك الله -سبحانه وتعالى-عقلا راجحا وأفقا واسعاً، واصطفاك على الكثيرين، وجعلك مقبلة على طاعته وغيرك الكثير مدبر عن هذه الطاعة، كيف لا تسعدين وقد ميزك الله بصحبة أهل

العلم والدين وغيرك الكثير يسعد بصحبة أهل الضلال والفسق، كيف لا تسعدين وقد خصك الله بحمل دعوته والعمل بها، وغيرك الكثير قد خصه الشيطان بغواية ضعفاء النفوس وطلاب الشهوة فكانوا أداة للشيطان يأتمرون بأمره. ألست معي ابنتي الفاضلة أن نعم الله قد تواترت عليك، فحق لك أن تسجدي لله شكرا على نعمه.

ابنتي الفاضلة. تخلصي من النظرة السلبية للأحداث من حولك، واستبدليها بنظرة إيجابية، وحاولي أن تزرعي بذور الحب وتسقيها وتنمي مشاعر الخير لتنمو وتورق وتثمر. فمن الخطأ الكبير أن يقع الإنسان أسيراً لمشاعره السلبية في نظرته للناس. وإذا كان الله قد حباك بنعمة الجمال، فالجمال نعمة، والله قصد الجمال والحسن في كل شيء خلقه وخاصة صورة الإنسان يقول تعالى: (الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ)، ولكن الجمال يجب ألا تحكمه الملامح الخارجية للجسد فقط فالشكل ما هو إلا إطار، أما الصورة الحقيقية فهي في أعماق ونفس وسلوك صاحبة الإطار. ولهذا لم تجعلي ابنتي الصغيرة جمال الشكل يأخذ كل اهتمامك، وتنسي جمال النفس والروح والخلق والدين فهذا هو المرفوض كما قال الشاعر:

ليس الجمال بأثواب تزيننا إن الجمال جمال العلم والأدب

فالفتاة العاقلة هي من توازن بين جمال الشكل والأخلاق والدين والروح، ولا تغتر بجمالها فإن رأس الجهل الاغترار، ولكن تعتبر هذا الجمال منحة ربانية. وهذا ما دفع والدك ووالدتك من تحجيم ظاهرة الالتفات إلى مظهرك وزينتك في فترة البلوغ فشددوا خوفا عليك. فالفتاة المراهقة في هذه المرحلة تود أن تكون امرأة. فتبدأ بالاهتمام بالأزياء ومستحضرات التجميل والمناسبات. وهنا يأتي دور الأهل. لا يجب أن يوبخ الأب ابنته لوضع المساحيق. ولا داعي إلى التعليقاتِ السخيفة التي تفقدها ثقتها بنفسها. ولا يجب على الأم أن تختار لها ثيابها، للأم الحق أن تبدي رأيها في ثوبِ ابنتها. إن كانَ ضيقاً أو يُعطي انطباعاً سيئاً، فترشدها. ولكن إن شعرت الفتاةُ المراهقة بأنها تحتَ الأنظار ومراقبةِ الأهل الشديدة وغير السليمة. يؤدي ذلك إلى الاكتئاب والأرق. والسمنة أيضاً. لأن بعض المراهقات إذا

أحسسن بالقلقِ، يشغلن أنفسهن بالطعام غير الصحي. وهذا ما حدث معك ابنتي الكريمة، والبعض الآخر يجدن أن النوم هو المفر الوحيد من الضجيج والمعاملة الخاطئة لهن. أما إن شعرت الفتاة أنها محل ثقة، فلن تخون الثقة مهما حصل. ولا أقصدُ الثقةَ العمياء. ثقةٌ بِحدود. ثقةً تُشعِرُ الفتاةَ أنها تستطيعُ أن تعتمِدَ على نفسها. كما يجب مشاورة الفتاة في أمورها، فالشورى تشعر البنت بمكانتها، وتدربها على التعقل، ورؤية المصالح المستقبلية، وتقديم شيء على شيء، وترك شيء؛ لأن هناك ما هو أولى وأفضل منه. إنها مدرسة مهمة جداً في الحياة. قال تعالى: (فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللّهِ لِنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لاَنفَضُّواْ مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الأَمْرِ) من هذه الآية الكريمة نجد أمرين:

الأول: اللين والرفق، وعدم القسوة، أو العنف، أو الغلظة في معاملة البنات، خصوصاً في مرحلة المراهقة.

الثاني: الشورى للبنات، سواء فيما يخصهن، حتى في قضية الزواج، أو غيرها، وحتى في الأمور المتعلقة بالأسرة والمنزل بشكل عام.

ولهذا ابنتي الحبيبة بالنسبة لأمر الزواج، فإن الإنسان في هذه الدنيا مطالب بفعل الأسباب وتحري الصواب والتوكل على الله، ومن ثم يعزم ويقدم على الأمر، ولو استسلم الإنسان لمخاوفه وقلقه لما أقدم على فعل أي شج، فاختيار الزوج ممن ترضونه في أخلاقه ودينه، والاستخارة المتكررة ودعاء الله بالتوفيق كل ذلك مما يقلل من فرص فشل الزواج. وهكذا فليس في الدنيا شيء مضمون ١٠٠٪ لكن دور الإنسان أن يعمل من الأسباب ما يرفع نسبة النجاح ويقلل فرص الفشل، ويبقى التوفيق بيد الله سبحانه وتعالى. واعلمي أن هذه الحياة لا تصفو لأحد، ولو صفت لصفت لسيد الخلق صلى الله عليه وسلم، فكيف بمن دونه؟ إذن هي دار ابتلاء وامتحان، ومن ذلك إحساسك بتأخر الزواج، وأنت لم تتأخري كثيراً لأن الغالب في الزواج هو سن الرابعة والعشرين أو الخامسة والعشرين، خاصة في المدن. ولكن ما حدث معك هو سوء الاختيار، والرسول صلى الله عليه وسلم يدعونا لتحري صاحب الخلق والدين عندما قال: (إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه

فزوجوه إلا تفعلوه تكن فتنة في الأرض وفساد كبير).

ابنتي الغالية... إن البدانة التي يعاني منها الكثيرون ناتجة عادة عن انعدام الوعي الغذائي، وزيادة كمية الطعام مع الإساءة في اختيار الأصناف الغذائية مع قلة في المجهود والحركة المبذولة. فنحن نأكل أكثر مما تحتاج إليه أجسامنا ونتحرك قليلا، وبالتالي تحتجز بالجسم الطاقة الزائدة الناتجة عن الطعام على هيئة شحوم تتراكم بأجزاء متفرقة من الجسم. ويلقي البعض اللوم على الغدد، والواقع أن الغدد الصماء مظلومة فهي لا تلعب إلا دورا لا تزيد نسبته عن ٢-٣ ٪ من حالات السمنة.

إن المبدأ الرئيس في علاج البدانة هو الإقلال من كمية الطعام التي يتناولها الفرد يوميا شريطة أن يحتوي الغذاء على جميع العناصر الغذائية الرئيسة. وللحصول على وزن طبيعي وصحة جيدة يجب مراعاة ومعرفة العديد من الأمور. قبل كل شيء لا يجوز أن يفرض نظام الحمية لوقت طويل، بل يجب أن تحدد المهلة اللازمة حسب فعاليتها للشخص الذي يتبع الحمية مع تحديد المراحل الصعبة التي سيمر بها، ويجب أن يكون هذا النظام فعالا خصوصا في الأسبوع الأول حتى لا يخيب أمل من يتبعه، لأن النتائج الجيدة تشجع على المضي في تنفيذ التعليمات الضرورية لفقدان الوزن، ويجب أن يكون نظام الحمية بسيطا ومحددا وكاملا حتى لا يترك لمن يتبعه الفرصة لاختيار شيء غير مفهوم أو غير واضح في النظام.

ليس المقصود بالحمية الغذائية اتباع نظام غذائي قاسٍ لإنزال أكبر قدر من الوزن الزائد خلال فترة محدودة، ثم نعود بعدها إلى النظام الغذائي السابق الذي كان السبب في حدوث السمنة، وإنما الحمية الغذائية هي تغيير جذري للعادات الغذائية الخاطئة، كعدم تناول وجبة الفطور الصباحية، والتركيز على وجبتي الغداء والعشاء، أو تناول وجبات خفيفة بين الوجبات مثل المكسرات والشوكولاتة. ولوضع برنامج غذائي طويل الأمد يجب وضع خطة مفصلة ومحددة ومحاولة تطبيقها كتخطيط موعد محدد لممارسة الرياضة، ووضع خطة محكمة لمواجهة التحديات والضغوطات التي تواجه الشخص عندما يكون مدعوًا لعزومه خارج المنزل، فيجب أن

يكون هناك خطة وعزم ومعرفة بأنواع الأطعمة التي سيتضمنها في برنامجه الغذائي. ولهذا أنصحك ابنتي العزيزة باتباع النظام الغذائي مع أخصائي تغذية حتى تتجنبي أي تأثير ضار على الصحة، حيث تختلف حاجة الجسم إلى السعرات الحرارية باختلاف العمر، الطول، الوزن، طبيعة العمل والجهد اليومي الذي يبذله الفرد، وبشكل عام يحتاج الرجال إلى سعرات حرارية أكثر من السيدات في نفس العمر والطول والوزن. كما أن الأشخاص الذين يقومون بأعمال مكتبية يحتاجون إلى سعرات حرارية أقل من العمال الذين يمارسون أعمالا شاقة كعمال البناء. لذلك على الفرد أن يتبع النظام الغذائي الأنسب له، ويجب عليه ألا يتبع برنامج غذائي وضع لغيره. ومن الإرشادات العامة التي تساعدك على وضع برنامج لتخفيف الوزن ما يلي:

تجنبي أو قللي من الأطعمة التي تحتوي على كميات عالية من الدهون كالزبد، اللحوم عالية الدهن، الأجبان كاملة الدسم، المكسرات والحلويات أو الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الكربوهيدرات كالخبز والأرز والمكرونة والبطاطا مع التركيز على تناول أغذية غنية بالألياف كالخضراوات والفواكه، وتناول اللحوم قليلة الدهن، والدجاج المنزوع الجلد وتناول الحليب خالي الدسم بدلا من كامل الدسم. وفي حالة الشعور بالجوع اللجوء إلى أطعمة قليلة السعرات الحرارية كالخضراوات والفواكه.

ضرورة الإكثار من شرب الماء بمعدل ١,٥ -٢ لتر يوميا مع تخفيف استعمال الملح إلى حد معقول حيث إن زيادة الملح عن الكمية المناسبة تساعد على اختزان الماء في الجسم مما يؤدي إلى زيادة الوزن.

ضرورة ممارسة الرياضة باستمرار أثناء اتباع الحميات الغذائية، وهي الطريقة المثلى لتخفيف الوزن، فممارسة الرياضة تكسب الشخص إحساسا بالثقة مما يساعد على الالتزام بالبرنامج الغذائي، بالإضافة إلى أنها تنقي ذهن الإنسان وذاكرته وتهدئ أعصابه ومن أفضل أنواع الرياضة المشي السريع، الجري، تمارين الايروبيك والسباحة.

تجنب استخدام الأدوية والعقاقير التي تقلل من الشهية لما لها من جوانب سلبية كجفاف في الأغشية المخاطية وحدوث الأرق والتوتر

العصبي، وكذلك عدم اللجوء إلى أنواع الحميات غير التقليدية كالعصائر المركزة بالفيتامينات أو الحميات التي لا يتم فيها توزيع مجموعات الطعام بشكل متوازن.

وأخيرا يجب أن تعرفي أن خطورة البدانة على الصحة مؤكدة، وإذا كانت المضاعفات لم تحدث فأسرعي وتخلصي من بدانتك قبل أن يمهد وزنك الثقيل إلى حدوث أمراض أنت في غنى عن متاعبها، وهنا لا ننصح بالمبالغة في الحمية رغبة في الوصول إلى الوزن المثالي سريعا، بل يجب ألا تزيد كمية النقص عن ٥-٦ كيلو غرام شهريا حتى لا تصابي بضعف ومضاعفات صحية مثل فقر الدم والصداع.

ابنتي الغالية... أتمنى أن تأخذي بهذه النصائح... كما أتمنى لك حياة هادئة. هانئة... في ظل طاعة الله ومرضاته. وعلى أتم استعداد بالتواصل الدائم.

ماذا أفعل أمام انحرافات أختي السلوكية؟

السؤال:

أختي التي تَصغُرني سلوكُها منحرفٌ جدًّا؛ فقد عرفتُ أنها على عَلاقة بشباب عبر الهاتف والإنترنت، وأقرَّتْ بذلك، وأظهرتْ أنها ندمتْ ولن تعودَ، إلا أنها كذبتْ عليَّ مراتٍ ومراتٍ، وعرفتُ أنها على عَلاقةٍ بشابٍّ يصغرها، فقلتُ لها: اجعليه يتقدَّم لخِطبتكِ، فردَّ عليها بأنه يَصغُرها، ولا يستطيع الآن، فصُدِمتْ كثيرًا، لكنها ما زالتْ على عَلاقاتٍ بشبابٍ آخرين، وكذلك تدخل على المواقع الإباحيَّة، ولم أُرِدْ أن أُخبِرَ والديَّ بذلك، ولن أخبرهما بالتأكيد، ولا أثق فيها!

تعبتُ منها ومِن تصرُّفاتها، فماذا أفعل؟ هل أخبر والديَّ إذا اكتشفتُ أنها عادتْ لهذا؟

الجواب:

ابنتى الكريمة، تحية طيبة، نشكر لكِ ثقتك ونعتزُّ بها، وبعدُ:

فأُحَيِّي فيكِ -ابنتي- غيرتَكِ على أختكِ وخوفكِ عليها.

ابنتى الكريمة، مشكلة أختكِ تتكون مِن عدة مشكلات؛ نذكرها على التوالي:

١- الاختلاط بين الإناث والذكور في المعاهد والجامعات، أو عبر الإنترنت، وهم في سنٍّ حرجةٍ، في سنِّ المراهقة والبعيد عن المراقَبة.

٢- ابتعاد الأهل عن مراقبة أبنائهم وبناتهم، وهُم في مِثْل هذه السنِّ، وأَخُصُّ بالذِّكر الأم، وهي المسؤولة عن سُلُوكيات بناتها بالدرجة الأولى، فعليها رعايتهن حقَّ الرعاية، والتزامها لا يقتصر على تأدية فرائض الصلاة، وصوم رمضان فقط، بل يتصل بما لا يقل أهميَّة عنهما، وهو المحافَظة على تنشئة أبنائها وبناتها تنشئةً دينيَّةً صحيحة كاملة، وأن تزرعَ فيهم مخافة الله - تعالى - ومُراقبته لهم، وتكون الرفيقة والصديقة لابنتها والرقيبة عليها، وتعرف عنها كلَّ شيء، إنْ في البيت، أو في الشارع، أو في الجامعة،

ولا تبخَل عليها بالنصيحة؛ فالأمُّ خيرُ مدرسة لأولادها.

٣-تستُّر الأخوات والإخوة على بعضهم البعض، وقد ينصِّبون مِن أنفسهم أوصياء على إخوتهم أو أخواتهم في بعض الأحيان، ويمدُّونهم بنصائح وإرشادات، وهم يظنون أنهم بتستُّرهم هذا يساعدون، ولكنهم في الحقيقة يزيدون المشكلة تعقيدًا!

أمَّا بالنسبة لمشكلة أختكِ، فمَرَدُّها أنها مثلُ كثيراتٍ غيرها مِنَ البنات المراهقات اللواتي يتعجَّلن في البحث عنْ زوج المستقبل، وقد وجدت الطريق سالكًا لها، وذلك من خلال اختلاطها بشباب عَبْر الإنترنت، وبغياب المراقِب عنها المرافق لها، فدخلتْ في تجرِبة فاشلةٍ؛ مما أصابها بشرخٍ وإهانةٍ في كبريائها كأُنثى، فمضتْ لا تُصغِي لنصيحتكِ، ولا لنصيحةِ غيركِ، وأَخذتْ تبحث عن تجرِبة ثانيةٍ؛ ربَّما تستردُّ بها كرامتها التي فقدتْها عندما تخلَّى عنها ذاك الشابُّ الذي يَصغُرها سِنًّا، والتي كانتْ قد عقدتْ عليه أَملها، وأرجو ألَّا تكون انزلقتْ أو تورطتْ في شيءٍ.

فالمستحسنُ إيجادُ الحلِّ المُلائم وبسرعةٍ؛ فأنتم في سباقٍ مع الزمن، ولتسهيل طريقة التعامل مع هذه المعضِلة؛ أدوِّن لكِ بعضَ القاط؛ لعل الله ينفع بها:

بعد الاستعانة بالله، عليكِ أن تستعيني بوالديكِ؛ كي يضغَطا عليها، وينصحاها، ويذكِّراها بخطورة ما تفعله، وما قد تُجَرُّ إليه مِنْ خِزْيٍ في الآخرة، وعارٍ في الدنيا، وأن توضعَ تحت رعاية ومراقبة أمِّها ومراقبتكِ، فلا تخرج من البيت وحدها، ولا تُتْرَك في البيت بمفردِها، وأن يُشاركها أحدُ غرفتَها؛ لتصلوا بها إلى برِّ الأمان.

منع الإنترنت عنها والهاتف، وكل وسيلةٍ يمكن استخدامها لتتواصَل مع الشباب!

التعرُّف على رفيقاتها، وإبعادها عنْ رفقة السوء بشتى الوسائل.

الفراغ أكبر مُدَمِّر للمرء، وهو مُساعدٌ أول للشيطان، فحاولي -أختي- أن تكون لكما عَلاقة بإحدى المدارس النسائيَّة؛ كتحفيظ القرآن، وغير ذلك من

النشاطات المفيدةِ، والتي ربما وفَّرتْ لها جوًّا يجعلها أكثر صلةً بالله -عز وجل -ومن خلالها إيجاد صحبة صالحة لها.

عليكِ باللجوء إلى الله -عز وجل -بالدعاء والتضرُّع، بأن يُصلِح الله حالها، ويلهمها رشدَها، ويوفقها لكلِّ خيرٍ.

وفي الختام أسأل الله العلي العظيم أن يُصلِح بناتنا وبنات المسلمين، ويلهمنا الرشد والسداد في القول والعمل، والله الموفق.

اكتشفت أن أخي له علاقات شاذة! (١)

السؤال:

أنا متزوجة أبلغ من العمر ٢٤سنة وعندي بنت. نشأت أنا وإخوتي في بيت ولله الحمد والمنة التزام من الوالدين ونحسبهم والله حسبهم من أهل الدين كما أننا أسرة مستقرة ولا يوجد بها تلك المشاكل التي نسمع عنها في كثير من البيوت. والدي رجل حنون وعطوف معنا لأبعد الحدود. والدتي طيبة القلب ولكن ها عصبية وهي التي كانت تضغط علينا وعلى تربية إخواني أكثر من والدي طبعها صعب نظرا لتربيتها الصعبة في المنزل ومع ذلك قلبها يسع الجميع. وضعنا المادي عادي الحمد لله والدي حفظه الله موفر لنا المأكل والمشرب والملبس والمسكن. الحمد لله كلنا أخلاقنا معروفه ومشهود لنا بالسمعة الطيبة والحسنة. كما أننا بالتأكيد لا نخلو من العيوب والكمال لله وحده.

نحن بنتان وأربع أولاد جميعنا متزوجون عدا أخي أصغرنا.

المشكلة بدأت أحداثها كالتالي:

أخي الذي ترتيبه الثالث من بين إخوتي مواليد ١٩٨٣هو أكثر أخواني شغبا في صغره وكان متعبا جدا في مدرسته لأنه كان كثيرا ما يستهتر بالدراسة والمدرسين بالرغم من أنه لا عيب يمس أخلاقه غير أن سلوكه صعب ومتعب. المهم كبرنا وتزوجنا وأخي هذا تزوج وطبعا كثيرا فطلق زوجته وتزوج مرة أخرى. كل هذا وهو لا يعمل يقتات ويعيش على حساب والدي ولا يفكر بالعمل لأن والدي شهريا يعطيه مصروفه ومصروف لزوجته لأنه لا يصرف عليها كل همه وتفكيره يريد أن يشتري موبايل آخر موديل أو لاب توب أو أشياء سخيفة مثل هذه ولا يهتم بمتطلبات زوجته ودراستها وحياتهما الزوجية. والمشكلة بعد أسبوع أو أسبوعين يبيع الموبايل لأن مصروفه ينتهي في خلال أيام بالرغم من أنه من الممكن أن يكفيه لمدة شهر كامل هو وزوجته ولكنه كعادته يشتري أشياء لا معنى لها ويضيع ماله في الفارغ ثم يطلب من والدي المزيد أو يقوم ببيع ما اشتراه. بالرغم من أنه جامعي

تخصصه قانون وذكي جدا وله قدرة عجيبة على إقناع والدي بالذي يريده ودائما والدي يعطيه مصروف أول الشهر ونص الشهر. كم مرة تحدثنا مع والدي لكنه يقول ماذا أفعل أعرف أنه متعب لكن هو في الآخر ابني وهذا قلب الأب!! نحن تعودنا على تصرفات أخي وردود أبي التي حفظناها عن ظهر قلب. لا أعرف ولكنني أحاول أن أعطيكم فكرة عن أخي عموما.

قبل فترة زوجي سافر وتركني عند أهلي حتى يستأجر لنا شقة ويفرشها ويضبط وضعه هناك ومنها كذلك انتهي من الكورس الثاني لسنتي الجامعية الأخيرة. ذهبت عند أمي وطبعا أخي كعادته باع تلفونه لأنه كان يحتاج للمال نحن نعرف أنه مبذر جدا ومتأكدين بأن المال لا يصرف في حرام.

المهم أصبح يستخدم (موبايلي) لكي يدخل على (الفيس) والدردشة و(النت) عموما وكنت أعطيه عادي. وعلى طول كان يستخدم موبايلي. بعدها بستة أشهر قبل يوم سفري لزوجي بيوم واحد فقط نسيت الموبايل معه وذهبت للكوافيرة حتى أجهز نفسي للسفر ...إلخ. وفي اليوم التالي سافرت أنا وبنتي ٣ سنوات لزوجي بعدها بكم يوم دخلت على الفيس لأدخل صفحتي لكني وجدت صفحة مفتوحة يعني لم يتم تسجيل الخروج منها باسم شخص غريب. أنا أعرف أن أخي هو الوحيد الذي يشاركني هاتفي ولكن الاسم وجدته غريبا اسم شخص آخر. فتفاجأت للحظة لا ننى لا أعرف هذا الاسم وأخي يدخل باسمه وهو من أصدقائي في (الفيس). المهم حتى أعرف هذه الشخصية دخلت على رسائله تفاجأت من الرسائل مفاجأة لدرجة أني انهرت من البكاء الحمد لله أن زوجي لمن يكن معي في وقتها وجدت أن أخي له علاقات محرمة ويا ليتها كانت مع بنات علاقات مع أولاد أو ما يسمى باللواط عرفته لأنه كان يرسل رقم هاتفه ويطلب منهم ملاقاته وبعض الرسائل مكتوب فيها تعال أنا وحدي في البيت يعني حتى في غيابنا عن المنزل كان يحضر أولاد ويمارسون الرذيلة. كذلك ألفاظ وكلام يقشعر له البدن أخجل من ذكره ويبدو لي أنه متمرس في هذا الشيء لأنه يسأل الأولاد أنت ما هو نوعك وأنا نوعي كذا وأحب الطريقة الفلانية. صدمت

صدمة وبكيت بكاء مريرا مما عرفته وطول يومي كان مزاجي معكرا حتى زوجي لاحظ وسألني ما بك قلت له لا شيء. فكرت في الموضوع فقررت أن أخبر أختي الكبيرة أكبر من بأربع سنوات مواليد ١٩٨٥ما شاء الله عليها عاقلة ورزينة ونحن نعتبرها أمنا الثانية اتصلت عليها وأخبرتها بما حصل وقلت لها تصرفي لأنني محتارة ماذا أفعل وأنا بعيدة منكم هي كذلك تفاجأت كثيرا بعدها بأيام اتصلت علي وأخبرتني أنها لم تستطع مواجهته شعرت بإحراج كبير لذلك أخبرت أخي الكبير مواليد ١٩٨٠لم أكن أريدها أن تخبره لأنه عادة لا أرى أنه حكيم بما فيه الكفاية رغم أنه كبيرنا ..طبعا لم نستطع إخبار أمي لأنها عصبية ومندفعة ونخشى من ردة فعلها ولم نخبر والدي لأن المسكين مريض عنده انسداد جزئي في شرايين القلب لذلك نخشى عليه من الصدمة ولا يوجد شخص ثقة من أهلنا لنخبره حتى يتصرف ولا نحب أن تخرج أسرارنا من منزلنا.. المهم أخي الكبير أخذ الاسم الذي يدخل فيه أخي الآخر وقال هو سوف يضيفه عنده باسم مستعار لكي يستدرجه ويكون معنا دليل حتى لا ينكر فعلته تلك. أنا لست مقتنعة بما فعله أخي الكبير لكنني التزمت الصمت. لأنني أعرف أن أخي الآخر قد أخذ أرقام هؤلاء الشباب ولا أعتقد سوف يحتاجهم بالفيس مرة أخرى. والله أشعر بحزن كبير لما يفعله أخي أخشى أن يموت وهو بهذه الحال لا سمح الله كنا أنا وزوجي ننوي الحج وكان في صميم قلبي هدفي الأول أن أدعو لأخي عند الكعبة بأن يهديه الله ويترك ما يفعل ولكن من سوء حظه لم يتيسر لنا موضوع الحج. يعلم الله كمية الألم الذي يعتصرني وأشعر أنه من واجبي أن أفعل شيئا حيال الموضوع لكنني لا أعرف ماذا على أنا أفعل. أرجوكم دلوني للطريق الصحيح خصوصا أن أختي وأخي لم أتلق منهم ردا إلى الآن بالرغم من أنني اكتشفت الحادثة وأخبرتهم قبل ٣ أشهر.

أتمنى أن أكون وفقت في إيصال المشكلة لكم بالطريقة الصحيحة المثلى. وجزاكم الله عنا وعن المسلمين خير الجزاء. وأعتذر إن كان هناك خطأ لغوي أو كتابي لأنني لم أستطع إعادة قراءة ما كتبت.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته.

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام علي أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلي آلة وصحبه وسلم تسليما كثيرا.

أما بعد.

في البداية نرحب بكِ علي صفحة الاستشارات بموقع لها أون لاين، وندعو الله سبحانه وتعالي أن يهدي أخيك ويصلحه، ويغفر له...

ابنتي الحبيبة. رسالتك آلمتني كثيرا وفي الحقيقة قرأتها عدة مرات لربما أجد أي معلومة تثبت براءة أخيك من هذا الفعل الشنيع أو على الأقل تضعف من قوة التصديق بفعله الشائن؛ فكما ذكرت أخيك (ذكي جدا) فكيف عندما استعمل هاتفك ودخل على صفحته المشبوهة والتي يتصل من خلالها بأصدقاء السوء ليرتب مواعيد لقاءاته، كيف له أن يغفل عن تسجيل الخروج؟! الطبيعي عندما يدخل المستخدم على حسابه أو صفحته من كمبيوتر أو هاتف غير هاتفه أن يقوم بتسجيل الخروج، بل ويتأكد من ذلك، فكيف لمن يتمتع بذكاء - كما وصفتيه في رسالتك -أن يغفل عن هذا الأمر؟ ربما الصفحة ليست صفحته وإنما صفحة أحد معارفه وهو علي علم بكلمة السر ودخل عليها من باب حب الاستطلاع؟ ربما!!

ولكني أجدك تقولين إنه (كان يرسل رقم هاتفه) للآخرين، فهل هو نفس رقم الهاتف الذي تعرفينه والخاص بأخيك؟ إن كان هو بالفعل، فدائرة الشك في براءته قد ضاقت لدرجة أصبحت ضعيفة. ولهذا سنبني وسائلنا على أنه بالفعل يرتكب هذه الكبيرة، ولهذا سأقف معكِ عدة وقفات:

أولا: اعلمي يا عزيزتي أن ما أنتئ فيه ابتلاء من الله، فلا تجزعي ولكن اصبري وتماسكِ خصوصا أمام زوجك لأنه ليس من الحكمة أن يعلم زوجك شيء عن هذا الأمر.

ثانيا: بالطبع هناك إهمال في تربية أخيك منذ كان صغيرا، فكيف لشاب وصل لهذا العمر (ثلاثون عاما) ألا يلاحظ عليه أبويه أي انحراف في

سلوكياته أو ارتباطه بأصدقاء سوء؟ لأن هذا الانحراف لم يكن بالطبع وليد اليوم أو في فترة زمنية قريبة، ولكن من الواضح أنه يمارس هذه الانحرافات منذ زمن بعيد، بدليل قولك إنك وجدت في مراسلاته بعض العبارات التي تدل على أنه محترف في ارتكابه تلك الأفعال الشاذة. كما كنت أريد الاستفسار عن حالته الإيمانية، فهل هو يصلي ويصوم ويقرأ القرآن؟ هل هو علي علم بالحلال والحرام؟ ما طبيعة تعاملاته معكم كأفراد أسرته البنين والبنات؟ ألم تلاحظوا عليه أي أفعال أو حتى نظرات مريبة تبعث في نفوسكم الشك تجاهه؟ لو كان بالإمكان مراسلتي مرة أخري يكون أفضل.

ثالثا:

لا أدري كيف لشاب في مثل عمره أن يُترك هكذا دون عمل، ودون تحمل مسؤولية، لا يزال يأخذ مصروفه من أبيه؟! والأخطر من ذلك أن يتم تزوجيه، ثم يفشل الزواج، ويعاد تزويجه مرة ثانية، والأغرب من ذلك أنه بالرغم من أنه يأخذ مصروفه من أبيه؛ إلا أنه لا ينفق على زوجته، مما يدفع بأبيك أن يعطي زوجته هي الأخرى مصروف خاص بها!! وعند مراجعة الأب في هذا الأمر يقول: (ماذا أفعل أعرف أنه متعب لكن هو في الآخر ابني وهذا قلب الأب) لا يا ابنتي العاقلة ليس هذا حب وليس هذا عطف ولا يمكن أبدا أن نسمي هذا حنان وحب على الابن ولكن هذا هو الإفساد بعينه.

رابعا: طالما أن أختك لم تستطع مواجهة أخيك بما أخبرتها به، فلتبادري أنتئ بهذه المهمة مستعينة بالله ومتوكلة عليه سبحانه وتعالي ومتذللة إليه بدعاء خاشع أن يصلح لك أخيك ويجعلك سببا في هدايته ويرزقكِ الحجة والقوة لإقناعه بأنه علي خطر عظيم ومعصية كبيرة، وأن ما يفعله هو من أشنع الفواحش، بشرط أن تخاطبي أخيك دون علم زوجك، وتخبريه أولا أن هذا الأمر سيكون سرا بينكما، وأنك تخشين عليه من عذاب الله ومن نار جهنم، وأن أبيه الطيب لو علم بهذا الأمر ربما يصاب بأزمة قلبية تودي بحياته، ويكون هو السبب في هذا، وبالطبع حديثك معه عبر وسائل الاتصال الحديثة غير مكلف وغير محدد بزمن معين، فلا تهملي هذا الأمر.

خامسا: داومي على الاتصال به وتفقد أحواله، ومن الممكن إرسال له

بعض الأشرطة الدعوية التي تتحدث عن الجنة والنار وأهوال يوم القيامة وعذاب القبر وعقوبة تلك الممارسات المنحرفة، واطلبي منه أن يوعدك بالتوبة والإنابة لله ومقاومة الشيطان والاستعاذة منه، ولا مانع من نصحه بعرض نفسه علي طبيب نفسي ليعالج هذا الانحراف.

سادسا: من المهم جدا التواصل مع زوجته لعدة أسباب؛ منها أنها زوجة أخيك فواجبك نحوها السؤال عنها، ومن خلال حديثك معها وتفقد أحوالها، بل أطالبك بالتودد إليها حتى تفتح لك قلبها وتفضفض معك عن شؤونها، خصوصا علاقتها بزوجها، ومن هنا ستطلعك على ما إن كانت علاقتها الخاصة معه طبيعية أم لا؟ وما إن كانت تعرف عنه ممارسته لتلك الأفعال أم لا؟ ومن الممكن إهداءها بعض الأشرطة والكتب التي تستخدمها في البيت وتكون على مسمع من زوجها، فهي أقرب له منك؛ ومن الممكن أن يكون تأثيرها عليه أقوي، مع ملاحظة عدم إخبارها بأي شيء مما تعرفيه.

سابعا: لا تملي من التحدث مع أبيك بخصوص إعطائه مصروف لابنه وتقاعسه عن العمل، فلا يمكن أن تستقيم حياة شاب عاطل يعتمد على أبيه في الإنفاق عليه وعلى زوجته، بيني لأبيك ودون حرج، أنه لا قدر الله في حالة وفاته سينقطع المعاش ولا يحق لابن يبلغ الثلاثون من العمر أن يأخذ معاش أبيه المتوفي، ولهذا لابد وأن يقلل هذا المصروف تدريجيا حتى يضطر الابن للعمل والاعتماد على النفس، فالبطالة والفراغ لهما أثر كبير في الانحراف.

ثامنا: الدعاء لأخيك أن يهديه الله ويعافيه من هذه البلوي، فدعاء المسافر مستجاب بإذن الله تعالي وأنتي علي سفر، واعلمي ابنتي الكريمة أنه ما عليك إلا النصيحة وأن الهداية بيد الله تعالي، وكل نفس بما كسبت رهينة.

وفي الختام. أسأل الله أن يهدي أخيك وشباب المسلمين جميعا وأن يجنبهم الفتن ما ظهر منها وما بطن ونحن في انتظار جديد أخبارك فطمئنينا عليكِ.

اكتشفت أن أخي له علاقات شاذة! (٢)

السؤال:

أرسلت إليكم قبل فترة بسيطة استشارة بعنوان اكتشفت أن أخي له علاقات شاذة. وأجبتني عليها مشكورا جزاك الله الخير كله.

وهذه إجاباتي على أسئلتك لي وبعض التوضيحات: مستشاري الفاضل. لقد ذكرت بأنه ذكي جدا كيف يغفل من تسجيل الخروج من الصفحة؟!! أنا على قناعة تامة بأن الله سبحانه وتعالى يستر على العبد مرة ومرتين وعشرة لعله يتوب وإلا سيفضحه كما فعل مع أخي. فلعل الله أراد أن يكتشف أمره ولعله جاعل هدايته على يدي أو يد أحدهم بعد استشارتكم المباركة. أما بالنسبة لرقم الموبايل هو فعلا رقمه وأنا متأكدة تماما من أن صاحب هذا الاسم المستعار هو أخي بعينه. بصراحة أنا أحمل أبي جزء كبيرا جدا مما وصل إليه أخي. لأن أبي بالرغم من قوة شخصيته إلا أنه ضعيف جدا أمامنا نحن أبناؤه وأمام رغباتنا. ذلك نتيجة لعقدة مر بها هو وإخوته مع أبيه (جدي) رحمه الله. حيث كان رجلا قاسيا وصعبا جدا في تعامله وبسبب هذه القسوة أصيب عمي رحمه الله بحالة نفسية جعلت أبي وأخوته كلهم من النوع الذي يترك الحبل على الغارب كما يقال لأبنائه. لذلك أجد التعامل مع أبي صعب جدا في هذه المسألة. والغريب في هذا الموضوع أن أخي ملتزم بصلاته صحيح أنه في بعض الأحيان تكون في البيت ولكنه محافظ عليها ويصوم الشهر ويحفظ أكثر من ٢٠جزء من القرآن بل وله مكتبة في البيت بها مجلدات كاملة لتفاسير القرآن وبعض الكتب الدينية الأخرى وكتب القانون وكتب أخرى متنوعة. أما من ناحية أصدقائه منهم من نفس الحي وهم محترمون ولم نر منهم سوءا ومنهم أصدقاء عاديون ربما غير ملتزمين ولكن سؤالك مستشاري الفاضل عن أصدقائه ذكرني بشيء في السابق تقريبا منذ ٨ سنوات أذكر أنه كان له صديق سمعنا أن أخلاقه سيئة وأنه شاذ إلا أن أخي كذب هذه الأخبار وبعد ذلك انقطعت علاقته به تماما إلى يومنا هذا لأن هذا الشخص سافر لا أعرف إن كان ما قيل عنه صحيح ولكن لو صدق ما قيل ربما يكون له علاقة بما وصل إليه أخي. أما بالنسبة لتعامل

أخي معنا كبنات وأولاد لا أرى فيها شيئا مريبا من نظرات أو غيره ربما لأنه لم يخطر في بالي شيء سيء عنه حتى ألاحظ نظراته أو شيء من هذا القبيل ولكنني ألاحظ بأنه عديم الإحساس. في كل شيء عديم إحساس وكلنا نقول له ذلك ولكنه لا يأبه بما نقول حتى أنا قلت له أكثر من مرة هل يقبل أي رجل أن يصرف عليه والده وبكل قوة عين يتجرأ ويتصل عليه مرة أخرى ليطلب المزيد من المال؟!! وفي كثير من تصرفاته أشعر بأنه عديم الإحساس. وبخصوص زوجته علاقتي بها ممتازة جدا حتى أنها في كثير من الأحيان تشكو لي تصرفاته معها وعدم مسؤوليته وإهماله لها. ولكنها الآن في بيت أهلها تريد الطلاق لأن أخي يكلم فتاة ويريد الزواج منها!! وهذه ليست أول مرة يكلم فيها الفتيات أمام زوجته هو يقول نيته الزواج!! في السابق لم يكن يكلم فتيات لكن لا أعرف لما هذه التصرفات التي يقوم بها. أما بخصوص أن أحدثه بهذا الموضوع فأنا أشعر بحرج كبير من مواجهته لكنني سوف أحاول وأدعو الله أن يعطيني القوة والجرأة لذلك. أشكرك مرة أخرى وأسأل الله أن يجعل ذلك في ميزان حسناتك.

الجواب:

في البداية نرحب بكِ مرة ثانية يا بنيتي، ونشكرك على سرعة الرد على الاستفسارات التي طلبت توضيحها وندعو الله سبحانه وتعالي أن يهدي أخيك ويصلحه، ويغفر له...

ابنتي الكريمة. كانت مفاجأة لي أن علمت أن أخيك (ملتزم بصلاته ويصوم الشهر) والأغرب أنه (يحفظ أكثر من ٢٠ جزءا من القرآن) وأكثر من ذلك (له مكتبة في البيت بها مجلدات كاملة لتفاسير القرآن) كما أنه له أصدقاء من حسني السيرة، فهذا مؤشر طيب أنه سيستقبل النصيحة وسيراجع موقفه وتصرفاته وسيكون له مراجعة قوية مع نفسه، نسأل الله العفو الغفور أن يشرح صدره ويكتب له الهداية ويغفر له. ولكن ما وقفت أمامه هو وصفك له بأنه (عديم الإحساس في كل شيء) فهل يعني ذلك أنه يتعاطى أي مسكرات أو مخدرات جعلته متبلد المشاعر شبه مغيب العقل؟ أم أنه برغم التزامه الظاهري يتساوى عنده الحلال والحرام فهو لم يدخل الإيمان

قلبه بحق؟ أم أنه يعيش في فراغ مدمر جعله لا يفرق بين ماضيه وحاضره ومستقبله؟ فاليوم عنده كالأمس، ولا أمل له في غد، طالما أنه يعيش دون هدف ودون أن يشعر بقيمته. أعتقد أن الاحتمال الأخير هو الراجح، فالإنسان يستمد قيمته من عمله ومن نفعه للناس وإحساسه بأن الآخرين في حاجة له، فهو يأخذ ويعطي.

شيء مدمر أن يشعر الإنسان أنه يعيش على هامش الحياة، وجوده لا قيمة له، واختفاؤه لا يفرق، فلا أحد يحتاج إليه، ولا هو قادر علي أن ينفع غيره، ناهيك أن ينفع نفسه، حتى زوجته التي هو مكلف شرعا برعايتها والانفاق عليها، أصبحت تشعر أنها لا زوج لها، فما معني أن تكون زوجة لرجل ليس له دور في حياتها، حتى الإنفاق لا يقوم به، فهي مجرد ديكور في حياته.

ولهذا رفضت زوجة أخيك أن تقوم بدور (كومبارس) في حياة أخيك وتركت البيت وطلبت الطلاق، هي في الحقيقة محقة في ذلك ولا لوم عليها مطلقا، بل إن أخيك يحاول أن يبحث عن الجديد الذي يزين به حياته، ويضيف شيئا جديدا لعله يشعر بسعادة غائبة عن حياته، فما أسهل أن يتعرف على فتاة أخري، أو ربما فتيات! ليدخل في مغامرة عاطفية تشعره بوجوده وتضيف لحياته لونا آخر خلاف اللون الواحد الذي سئمه وتمرد عليه.

ابنتي الكريمة. أخيك يحتاج لتغيير شامل في حياته، ويحتاج لمن يأخذ بيده ولمن يقف معه ليراجعه في تصرفاته وسلوكياته، يواجه بحقيقة نفسه وحرمة ما يفعل، ينظم له حياته ويخطط لمستقبله، يحتاج ليشعر بقيمته، ويشعر بالأساس أنه مازال قادر علي أن يكون إنسانا بحق في صفوف البشر. ولن يتأتى ذلك إلا من خلال عمل شريف يتربع عليه، يصب فيه كل اهتمامه، ويصرف فيه وقته وجهده، يشعره بأنه قادر علي العطاء. وأقترح عليك أن تشجعيه على العمل وليكن بالمحاماة، فهو ما فهمت من رسالتك الأولي لديه شهادة تؤهله لذلك، ويكون له مكتب خاص به، أو إن كان يميل للتجارة فشجعيه على ذلك، فالتجارة تستنزف كل الوقت وفيها تسعة أعشار الربح. ولكي يتحقق ذلك لابد من مصارحة أخيك بأنك قد وجدت على هاتفك هذه

الصفحة المشبوهة، واسأليه عنها ومن صاحبها على أن تكون أسألتك معه بمنتهي الهدوء ودون أن توجهي له اتهاما، وبيني له أن سره لن يطلع عليه أحد، وأنك تريدين له الخير، وذكريه بجهنم وسعيرها واطلبي منه التوبة فورا إن اعترف لك بشيء، كما يجب أن تشجعيه على مراجعة طبيب نفسي يساعده من خلال جلسات على إعادة التوازن لحياته.

كما أنصحك ابنتي الكريمة أن تقترحي علي أبيك إن كان يحب ابنه حبا حقيقيا أن يعاونه علي إيجاد عمل شريف، فلا قدر الله إن رحل الأب لن يجد هذا الابن من يعاونه، والعمر يجري، والشباب حتما سينقضي والأيام لن ترحم، ومن الخطأ أن يظل هكذا دون عمل يطرق الأبواب، فمرة يجد من يعطيه ومرة أخري يجد من يصده، كما يجب أن يلتفت لبيته ويحافظ علي زوجته ويسترضيها، فإن قدر الله وتم الطلاق، فلابد للأب أن يكون له مع ابنه وقفة، فالزواج والطلاق ليس أمرا هينا، وتكوين أسرة يحتاج لرجل رشيد يقدر المسؤولية وتبعات ذلك الزواج، فلا يقوم الأب بمعاونته علي استبدال زوجة بأخري دون ذنب، فهذا الأمر فيه ظلم كثير، والأحرى بالأب أن يبتعد عن معاونته علي هذا الظلم.

وفي الختام. تضرعي لله أن ينقذ أخيك مما هو فيه، فالهداية بيد الله وحده، هو الهادي وهو نعم المولي ونعم النصير. ونحن في انتظار جديد أخبارك فطمئنينا عليك.

كيف أنسى التحرش وأبني نفسي من جديد؟

السؤال:

تعرضت في طفولتي لتحرش جنسي ومحاولة اغتصاب بالقوة من قبل خالي كنت أبلغ من العمر ٨ سنوات، دمرت نفسيتي وأصبحت مكسورة عانيت القسوة والتوبيخ من أمي وأهلها أيضا بالمدرسة تعرضت للسخرية في مرحلة المتوسط كنت كتلة من الصمت والحزن، ثم بعد ذلك دخلت الجامعة ووصلني كلام أن زميلة تسخر على أسلوبها مع الكل هكذا!

عملت مضاربة كبيرة وتركت الجامعة! الكارثة الآن تكونت لدي عقدة حتى لو شخص يكلمني باحترام أشك أن يضحك علي! كل ما فكر فيه الماضي والأحداث السيئة، أريد أن تضع لي برنامج كي ابني نفسي من جديد أريد أنسى ويتوقف التفكير وأكون إنسانة قوية واثقة من نفسها تواجه الآخرين بكل ثقة. الآن أتناول**seroxat + trifluoperazin + Xanax**

الجواب:

ابنتي الكريمة: هناك بعض الأفراد يعترضون في مقتبل حياتهم لصنوف من الأذى المادي والمعنوي، لكن لا يستسلمون لتلك الأحداث الماضية، بل يشقون طريقتهم بثقة واقتدار نحو الغد المشرق.

ابنتي: اعلمي أنك لست الوحيدة التي تكتنف طفولتها بعض الأحداث المؤلمة ومن أقرب الناس، ولذا ينبغي عليك أن تتعاملي مع الواقع ولا تستسلمي للماضي وأحداثه، بل ركزي على جوانب الحياة المضيئة لا المظلمة، انظري للطيور وهي تغرّد وللأزهار وهي تتفتح وللأطفال وهم يلعبون ويضحكون.

اجترار الماضي لا يحل المشكلة، بل يزيدك هماً وغماً، وعليك بزيادة الثقة بالذات من خلال إبراز الجوانب الإيجابية لديك واستعراض المهارات والقدرات التي وهبك الله إياها وحرمها غيرك. اكتبي: نوال بحمد الله لديها من المهارات كذا وكذا. ولديها من القدرات كذا وكذا. واكتبي ذلك في مذكرة واقرئيها بين الحين والآخر. وأضيفي إليها ما تتذكرينه من إيجابيات وخبرات، وبالمقابل اقطعي كل تفكير سلبي يرد على ذهنك، وإياك والاسترسال معه،

واستمري في العلاج المذكور وسوف تستغنين عنه حين تمارسين حياتك بكل ثقة، ولا تلفت لما يقوله البعض ولا ينبغي أن يؤثر على نفسيتك، فكل ذلك لن يضرك، كما أنصحك بالاتصال بالهاتف الاستشاري في مدينتك وطرح ما تحسين به على المستشار أو المستشارة، فسوف ترتاحين كثيراً وتتحسن نفسيتك، كما أنصحك بالالتحاق بدار تحفيظ للقرآن الكريم، فهو من الوسائل النافعة في مثل حالتك، وإذا أتى الخاطب الكفء فلا تترددي في الموافقة وأملي خيراً وستشعرين بالسعادة مع زوجك بإذن الله تعالى.

أسأل الله لك حياة ملؤها السعادة والهناء.

قررت أن أتخلص من الشذوذ!

السؤال:

أنا فتاة في الثانوية وقد ابتليت بمرض (الشذوذ الجنسي) رغم إنني ملتزمة ولله الحمد تركت جميع ذنوبي والتزمت بطاعة الله إلا أنني إلى الآن أحاول أن أترك السحاق ولله الحمد بدأت أبتعد عنه أنا والفتاة التي أحبها ومارست وإياها السحاق ولكننا الآن نساعد بعضنا في الالتزام وطاعة الله وحفظ القرآن وكثير من الطاعات. اعتقد أنها كرهت هذا الأمر وأغبطها على ذلك. وأنا تركته خوفا من الله ولكن مازال قلبي معلقا بهذا الذنب وما زالت تتردد بعقلي الأفكار والخيالات. وكلما رأيت فتاة ذات جمال أتخيلها بين يدي وأرتكب بها السحاق ـ أعاذنا الله وإياكم ـ أرجوكم ما هو الحل؟

أعلم أنها مشكله نفسية تحتاج إلى العلاج ولكن أنا في دولة محافظة لا أستطيع الخروج وحدي إلى العيادة النفسية رغم حاجتي الماسة للعلاج وأيضا لا أستطيع مصارحة أمي أو أي فرد من عائلتي بهذا المرض وهذه المشكلة خوفا من المشاكل اللي ستحصل لي.

أخاف كثيرا من فعل هذا الأمر وخاصة أنني في مدرسه ينتشر بها هذا الشذوذ الجنسي وللأسف تعرض على الفتيات علاقة شاذة وأنا أرفض ولكن أجد عذابا كبيرا جدا وأنا بين هذه الفتن وقد ابتلاني الله بهذا المرض. أقاوم بشدة النظر إلى الفتيات أو اللجوء إلى التفكير بالسحاق أو من كنت

أحبها ولكني أتعذب كثيرا.

خطبني أكثر من شخص ولم أستطع أن أتقبل الزواج من رجل، بعد أن كانت علاقتي بالتي أحب علاقة زوجية فكنا نمارس الزواج بشكل طبيعي! أرجوكم قلبي يتعذب وأخاف أن أعصي الله.

أبحث عن حل فأرجوكم لا تخيبوا أملي بكم فأنا لجأت إليكم بعد الله سبحانه وكلي أمل بأن أتخلص من هذا المرض بمساعدتكم لي ماذا أفعل؟ وما هو الحل لكي أتخلص من عذابي ويطمئن قلبي بطاعة الله فأنا أخاف الله كثيرا وأخاف أن أعصيه وأن أموت وأنا على هذه المعصية.

أرجوكم لا تهملوا استشارتي وأنا سأنتظر ردكم بكل شوق وأدعو الله أن يساعدكم ويساعدني في حل هذه المشكلة. والسلام عليكم ورحمة الله.

أختكم في الله: النادمة.

الجواب:

الابنة الكريمة. مرحبا بك وأهلاً وسهلاً.

أشعركم هو قاسٍ أن تبوحي بمشكلتك هذه. لكني أهنئك -دون مجاملة- لوصولك لهذه المرحلة من النضج. فهناك العشرات بل المئات من المثليين جنسيا ممن لم يشعروا بخطورة المشكلة أو شعروا بها لكنهم استسلموا يائسين لواقعهم المرير.

أتفق معك على ضرورة وجود معالجة نفسية (من نفس الجنس) تصاحبك في رحلة التخلص من هذا الابتلاء. وإن لم يتيسر لك الذهاب إلى معالجة فيمكن الاعتماد على صديقة حكيمة أو طالبة علم موثوق بها. أما فيما يلي فسأذكر لك برنامجاً عملياً مكوناً من ثماني خطوات للتخلص من هذا الابتلاء، وأقتبس معظم فقراته من خبرة الدكتور محمد المهدي:

أولاً: ذكري نفسك دائماً أن مجرد المقاومة للخيالات والسلوك الشاذ فيه الأجر الجزيل من الله عز وجل. رددي على نفسك ذلك باستمرار فكلما قاومت أكثر فأنت في عبادة.

ثانياً: تعرفي على عوامل الإثارة: قومي بإحصاء عوامل الإثارة الجنسية الشاذة لديك.

ثالثاً: قومي بتفادي هذه العوامل قدر الإمكان. ومنها غض البصر الذي نمارسه جميعا للوقاية من تأجج الشهوة.

رابعاً: الانجراف نحو الشذوذ الجنسي قائم على ارتباط شرطي مثير بين اللذة والفعل الشاذ. وللتخلص من هذا السلوك يجب أن يتكون ارتباط شرطي بين الفعل الشاذ والألم. قومي كل يوم بالاسترخاء في مكان هادئ وجلب صورة الفعل الشاذ إلى مخيلتك ثم تقتميها وتسويدها وتصغيرها وجلب صورة العقوبة والشعور بالألم حتى تقترن الصورتان مع بعضهما البعض.

خامساً: العلاج التطهيري: وهو قائم على قاعدة (إن الحسنات يذهبن السيئات) وعلى فكرة « دع حسناتك تسابق سيئاتك »، حين تنغمسين في الخيالات الشاذة قومي بفعل خير مكافئ كصيام يوم أو عدة أيام، أو يتصدق بمبلغ، أو تأدية بعض النوافل بشكل منتظم .....الخ، ويستحب في هذه الأفعال التطهيرية أن تتطلب جهدا ومشقة في تنفيذها حتى تؤدى وظيفة العلاج التنفيري وفى ذات الوقت يشعر الشخص بقيمتها وثوابها ولذتها بعد تأديتها.

سادساً: يجب أن نفهم أن الغريزة الجنسية طاقة هامة في حياتنا وما حدث معك أن هذه الطاقة سارت بأسلوب منحرف لسبب من الأسباب وبالتالي حرمتك من المسار الطبيعي لهذه الطاقة وهي الاقتران بزوج والعيش بأسلوب طبيعي. يجب أن تضغطي على نفسك نحو الانخراط مع الفتيات في الحديث عن الزواج حتى لو كنت تفتقدين الرغبة فيه. وإذا جاء خاطب فقومي – حتى لو تمثيلاً–بما تفعله كل مخطوبة من فرحة وسؤال وتجهز. كل هذه السلوكيات ستحفز عودة الطاقة الجنسية نحو مسارها المعتاد والطبيعي.

سابعاً: أريدك أن أذكرك بأمر هام نحن جميعا توجد في حياتنا رغبات لا

نستطيع إشباعها بسبب معتقداتنا أو ظروفنا الاجتماعية أو الاقتصادية أو غيرها ولهذا نصبر عليها ونضبطها لحين تأتى الفرصة المناسبة لإشباعها، وقد لا تأتى فنواصل الصبر عليها أو إيجاد إشباع بديل. هذا أمر واقع لكل الناس. وما تحتاجينه أنت وأنا وكل الناس أن نقوي قوة الضبط لأنفسنا وكبح جماحها عبر الوسائل المختلف من تذكير بالعقوبة والثواب المرتجى وغير ذلك ومن الوسائل المقترحة أن تكتبي في ورقة المواقف التي واجهتها وكيف تصرفتِ حيالها وقومي بمناقشة ذلك مع نفسك أو مع صديقة مقربة فهذا سينمى لديك ملكة مراقبة سلوكه ومحاولة التحكم فيه. وفى كل مرة تنجحين فيها في التحكم كافئي نفسك حتى يتعزز سلوك التحكم والسيطرة الداخلية لديك.

ثامنا: سيبقى الدعاء هو السلاح الأمضى لك فكلما أعيتنا الأمور وأحسسنا بالعجز لجأنا إلى الله بالدعاء، فهو قادر على كشف البلاء. والدعاء سلاح إيماني وروحي حيث يستمد الإنسان العون من الله الذي لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السماء، وهو في نفس الوقت سلاح نفسي حيث تجرى عملية برمجة نفسية تمدك بقوة إضافية، بالإضافة إلى ما يعطيه الدعاء من أمل في الخلاص وثواب للداعي سواء أجيب دعاءه في الدنيا أم تأجل (لحكمة يعلمها الله) للآخرة.

ختاماً: أذكرك أن أي جهد وعناء تبذلينه في سبيل الخلاص من هذه المعصية المشينة فيه اجر ومثوبة. وفقك الله لما يرضيه.

اكتشفت أن أختي الكبرى على علاقة بكثير من الرجال!

السؤال:

أنا اكتشفت أن أختي الكبرى على علاقة بكثير من الرجال وتمارس معهم الجنس وكثير من الرجال ليس واحد أو اثنان وتخترع الأعذار لتذهب معهم وإحدى صديقاتي رأت لها صورا مع صديقتها مع شاب في أوضاع مخلة للأدب وأي رجل تقابله في حياتها تقوم بعمل علاقة معه أنا المسؤولة عن المنزل وأنا الذي يدبر ويعمل كل شيء لا أحد يدبر غيري جميع المسؤوليات على عاتقي وهي لا تعمل شيئا فقط العلاقات مع الرجال واكتشفت أن لها حسابات إباحية ساعدوني ما الحل فأنا أخاف اليوم الذي ينكشف فيه أمرها أمام الجميع.

الجواب:

وإن هذه المشكلة من أعقد المشكلات التي تمر على الإنسان في حياته فالحرية الشخصية ضمن العائلة لها حدود وكذلك كمسلم أيضا يخاف الله ويخشاه.

الأمر لك بأن تحصلي على صورها وتواجهيها بالأمر وتشرحي خطر ذلك على سمعة العائلة وعلى مستقبلها ومستقبلك وأنك ترينها قدوة كأخت كبيرة وأنك صدمت بها ولا تقبلي عليها ذلك واشرحي لها أنك تتقبلينها كما هي بكل مشكلاتها على أن تتوقف فورا عن هذا العمل المشين والمؤثر عليها صحيا ودينيا واجتماعيا إن استمعت إليك وبكت وأبدت ندمها افتحي صفحة جديدة معها واعرضيها على طبيب نفسي ليعرف سبب الضياع الذي تعيشه بانتقالها من رجل إلى آخر ولعله يكتشف ما لا تعرفينه.

والله الموفق.

خالي معجب بي ويهتم بي بشكل ملحوظ!

السؤال:

أنا عمري ٢٠، وعندي خالي من جنسية غير جنسيتي جاءنا قريبا وتعرفنا عليه المهم هو أعجب بي كثيرا وكان يهتم بي بشكل ملحوظ أنا أعجبني أسلوبه وثقافته وشخصيته لكن الموضوع تطور من ناحيته إلى أحضان وقبل وغزل وكلام حب وهو متعلق بي بشكل كبير ويتواصل معي دائما حتى إذا كان بعيدا، وأنا أحبه حبا عاديا وأرتاح له لأنه خالي فقط ما أعرف كيف أواجه تعامله معي؟ لأنه اعترف أنه يحبني الحب الخطأ وينظر لي نظرة غير بنت أخته فما الحل؟

الجواب:

أنت فتاة صغيرة وبريئة، وواضح أن نفسك طيبة والحياة يا ابنتي فيها من الشر ما لا يعلمه إلا الله وفيها أناس أنفسهم مريضة والفطرة عندهم منتكسة، وقد أعجبني أنك بفطرتك السليمة فهمت شخصية خالك وفهمت أهدافه ولم تنساقي خلف كلمات الغزل والإعجاب التي قد تنساق لها امرأة قد تكون أكبر منك سنا لذلك أوصيك بالآتي:

١- اعلمي أن خالك هذا ممن له نفس مريضة وفطرة منتكسة ولا يفرق الحلال من الحرام لذلك وجدك فريسة ظنها سهلة وميسرة لأنه بحكم القرابة يتيسر تواجده معك بشكل لا يثير الشكوك فهو لم يراع حرمات الله ولم يراع حرمة أهلك ولم يراع صلة الرحم، إنما تجرأ عليك وبدأ يراودك عن نفسك طالبا منك الفاحشة ولو تساهلت معه لوجدت نفسك وقعت في مستنقع زنا المحارم لعل الله حماك بدعوة والديك أو بصلاح قلبك، رحمك ربك لذلك أوصدي الباب بوجه هذا الخال الفاسق ولا تعطيه أبسط حقوق الرحم من سلام وترحيب لأن خالك صلته الرحمية بك أولى بها أن تقطع ولا تجلسي معه واحتشمي في لبسك أمامه ولا تستفردي معه في مكان واحد وإن رأيت منه ما يريبك كأن يكرر محاولاته أشركي أخاك أو أباك في الأمر ليشعر أن وراءك رجال فيلزم حدوده ولا تحاولي تهديده بالفضيحة لأنه

قد يدبر لك مشكلة فهذا النوع من الرجال في قلبه مرض ولا خلاق له وإن فعلت هذه التعليمات قد يفقد الأمل منك فيتجه بخبثه وقلة دينه إلى أحد من إخوتك فلا تتركي له المجال أبدا إنما بادري بمصارحة أحد محارمك من الرجال لعله ينصرف عن دخول بيتكم إذا علم أن خططه مكشوفة.

ثانيا: اسألي الله أن يعيذك من شره وادع (اللهم اكفنيه بما شئت وأشغله بنفسه) ادع بهذا في كل صلاة قبل السلام لأنه وقت إجابة.

حفظك الله عزيزتي ورعاك ومرة أخرى أحيي فيك نباهتك ودينك وعقلك.

تعرّضت للتحرّش وأنا طفلة أكثر من مرّة من أخي!

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر تسعة عشر عاما، تعرّضت للتحرّش وأنا طفلة أكثر من مرّة من أخي الذي يكبرني بخمس سنوات. والله لم أكن أعلم شيئا وخفت أن أخبر أمّي، والآن كبرنا وتغيّر هو كثير وأصبح حنونا وطيّبا لكنّي ما زلت متأثّرة جدّا بما حصل. أصبحت أخاف وأخجل كثيرا من الخروج ومن الناس وخصوصا أقاربي ولا أعرف كيف، وإلى الآن لا أستطيع مسامحته وأحقد عليه، كلّما أراه أتذكّر ما حصل وأتمنّى لو يمكنني الصراخ بأعلى صوتي لإخراج ما بداخلي. أشعر أنّه دمّر حياتي. أرجوكم ساعدوني للتخلّص من هذه المشاعر.

الجواب:

الحقيقة يا عزيزتي أنّ أوّل ما أودّ إخبارك به أنّك ضحيّة من ضحايا التحرّش الكثيرات. وهو أمر انتشر للأسف في مجتمعاتنا، وللأسف لا نعالجه بشكل صحيح ولا نتعامل مع المشكلة بحكمة ونخاف من مناقشة هذا مع أنّه منتشر وأضراره النفسيّة والاجتماعيّة خطيرة ووخيمة.

التواصل الأسري الجيّد والثقة بين الوالدين وأبنائهما ضروريّان ومهمّان لحمايتهم وإعطائهم مكانا آمنا يلجؤون إليه عندما يتعرّضون لخطر.

طبيعيّ جدّا ما تشعرين به من حقد وألم ومعاناة. وهي الآثار الناجمة عمّا تعرّضت له. ومعرفتك السبب أوّل العلاج،

مع أنّ الأمر سيكون أيسر لو عولج حال حصوله، لكن عسى أن يكون في ذلك خير.

بداية، أؤكّد على ضرورة تعافيك من الآثار، وخصوصا أنّك كبرت والأمر لم يحلّ سيتفاقم ويضرّ بمستقبلك وحياتك الزوجيّة.

ثانيا -التعافي يحتاج إلى علاج سلوكي وجلسات مع خبيرة تحدّثك عن حقيقة ما تعانين منه وما يجب أن تعلميه، وكيف ستعالجين آثاره، إذ لابدّ من جلسات نفسيّة تفصحين فيها عن طبيعة ما حصل لتصلي بالتعاون مع الطبيبة النفسيّة إلى علاج.

لا أدري طبيعة علاقتك بأمّك حاليّا، لكن يجب أن تستعيني بشخص مقرّب كأمّ أو خالة أو مدرّسة تطرحين عليها الأمر لتبحثا معا عن طبيبة نفسيّة تلجئين إليها. والحديث في هذا الأمر بحدّ ذاته سيساعدك على تخطّي المشكلة. أعلم أنّ هناك أطبّاء نفسيّين في العيادات الحكوميّة يمكن لكلّ المواطنين مراجعتهم. وإذا كنت طالبة فيمكنك مراجعة العيادة النفسيّة في مستشفى الجامعة. المهمّ ألاّ تبقي في هذا العذاب وتخرجي هذه الرواسب التي لا بدّ أن تخرج ليتوقّف هذا العذاب وتخرجي إلى المجتمع بقوّة وتطوي صفحة الماضي. ولتعلمي أنّ الأمر لا ينتقص منك ولا يعيب فيك، لكنّه حلّ وشفاء لجريمة كنت ضحيّتها. الأمر يحتاج إلى قوّة وجرأة. أسأل الله لك الخروج منه سالمة معافاة.

الحلّ الأوّل هو اللجوء إلى الله والتقرّب إليه والدعاء أن يعينك ويقوّيك لتتجاوزي هذا الأمر.

قلوبنا مفتوحة لك دوما في كلّ سؤال ومشورة وتدعو لك بالسعادة والأمن.

أخي يغويني للقيام بهذا الفعل المشين!

السؤال:

عندما كنت في الابتدائية كان يقول لي أخي تعالي لنفعل أشياء جميلة وسوف تفرحين بها، وأنا كنت صغيرة ولا أعرف الحلال من الحرام، كان أخي سامحه الله يقوم معي ببعض الحركات الجنسية وفي مرة من المرات قام بإدخال عضوه فأحسست بألم وخرج دم بسيط وكانت هذه أول وآخر مرة يدخل عضوه فهل فقدت عذريتي؟

استمر أخي معي على هذه الأفعال حتى وصلت ثاني ثانوي كنت أعلم أن ذلك حرام ولكنه كان في كل مرة يغويني حتى أقوم بهذا الفعل المشين وبعد كل مرة أقوم بالبكاء والاستغفار فماذا علي؟ علما بأني الآن أقوم بالعادة السرية والآن أنا خائفة من الزواج فماذا أفعل؟ آسفة على الإطالة.

الجواب:

أزعج نفسي ما قرأته من رسالتك وخاصة ما بررت به الخطأ ـ لا أعرف الحلال من الحرام! ـ فما يفعل أمام الناس لا يخجل منه وما يفعل بالسر فهو الإثم، وهذه فطرة.

ابنتي الكريمة: تمارسين الإثم أكثر من ست سنوات مع محرمك أخوك، وتستمتعين وبعد ذلك أصبحت تمارسين العادة السرية، وهمك هل فقدت بكارتك؟

التجاوز ظاهر، وهذا ذنب، والآخر مع محرم وهذا ذنب ثاني، وإذا أدخل عضوه فقد وقع الزنا، وهذا الذنب من كبائر الذنوب، وهو الكبيرة الثانية في ميزان الشرع من حيث عظمها بعد الشرك بالله، وأطالبك بالتوبة وتقوية الإرادة، والتباعد عن هذا ـ الذئب ـ الأخ الفاجر الذي لم يرع الحرمة، وعن جميع ما يذكرك بالذنب، وأن يكون للقرآن وصلاة الليل وكثرة الاستغفار وقتاً لا بد لك منه، وتتركي استرجاع المواقف من خيالك وتفضي بصرك وسمعك، ومن صدق الله صدقه الله بالعون والتوفيق والوقاية، وأما زوال البكارة فعند الطب الخبر اليقين، فاعرضي نفسك على طبيبة نساء.

حماك الله من نفسك وشياطين الإنس والجن، ولك دعائي بصدق التوبة وحسن العمل.

طالبة تشكو من تحرّش والدها المستمرّ بها وبأختها!

السؤال:

أنا مرشدة طلاّبيّة حضرت لديّ طالبة تشكو من تحرّش والدها المستمرّ بها وبأختها وإظهاره لأعضائه الداخليّة أمامهما. اعترفت والدة الطالبة لي بأنّه يتحرّش بكلّ امرأة تدخل منزلها، وأنّه سبق أن أقام علاقات كاملة مع أختيها وصديقتها، وهو رجل كبير يبلغ خمسة وستّين عاما وجدّ لستّة أحفاد

أبلغتها بسرعة الخروج من المنزل وإخبار رجل عاقل فقالت إنّه لا يمكن، لا يوجد لها مكان تذهب إليه والبيئة لا يوجد فيها أحد تثق أنّه سيساعدها

فقلت لها توجّهي إلى الشرطة لإبلاغها أنّه يعتدي عليهنّ بعنف في حال رفضهنّ طلبه.

هل توجد حلول لهذه المشكلة ؟!

الجواب:

أوّلا: عليك إبلاغ الطالبة باتّخاذ إجراء أمنيّ عاجل يتمثّل في جهة رسميّة حكوميّة كالمحكمة أو الشرطة أو المدرسة أو جهة اجتماعيّة كأحد الأقارب الذين تثق بهم، أو المراكز الأسريّة المتخصّصة في حلّ المشكلات الأسريّة الموجودة في المنطقة التي تعيش فيها، حيث سيتمّ التواصل مع الأطراف بشكل مباشر وبمنتهى السرّية. وهذا أمر ضروريّ جدّا، فخطر الأب يتجاوز نفسه إلى زوجته وبناته.

ثانيا: تواصلي مع الأمّ بضرورة الابتعاد عنه مع تحذيره وتهديده من مغبّة أعماله، وفي حال لم يسمع فعليها القرار النهائي بالانفصال، فالزوج يرتكب جريمة إنسانيّة لا يقبلها عقل ودين في حقّها وحقّ بناتها إن صحّ تحرّشه بهنّ بشكل كامل.

أختي شاذة عن بقية البنات!

السؤال:

نواجه مشكلة في عائلتنا، وهي أختي المراهقة البالغة من العمر ١٦ سنة والتي تتصف بصفات شاذة عن جنسها.

فهي أولا تعتقد أن والديّ يحبان الأولاد الذكور أكثر منها، وهي معتقدة بهذا اعتقادا تاما.

فجاءت ردة فعلها كما يلي:

إنها اتصفت أو قلدت الشباب مع أنها لا تحب جنس الرجال من أفكار وآراء وتقليد لباسهم كما هو، ومتابعة المباريات والشغف بها أيضا لا تعمل في أعمال البيت الخاصة بالنساء، وتعتقد أن كل من أراد أن يمدحها حقا فهو إنما يسخر منها.

تحاول تقليد مشية الرجال مع ملابسهم (البطال القصير والقميص الضيق) وأفعال الرجال، وتسمي نفسها بأسماء الرجال (أبو) وتسيطر على إخوتها الصغار كأنها شاب، وأحيانا ترسم على وجهها شاربين ولحية وتتصور بهما وتحتفظ بالصور تتشاجر مع رفيقاتها في المدرسة تتابع المصارعة الحرة والبرامج الشبابية، وتهتم بقراءة الروايات البوليسية جدا، وتهتم بكل ما يهتم به الشاب المراهق ولا تحضر الاجتماعات النسائية ولا الحفلات لأنها تزعم أنها ليس من جوها ومزاجها (هذه الصفة حسنة).

وتحتفظ بالأدوات الحادة (الموس-السكين)، وترفض فكرة الأمومة والزواج.

وهناك بعض المشاكل مع والديها طبعا السبب منها ولا تصلي الفرائض كل هذا مع أنها تدرس في الثانوية الشرعية هذه بعض الصفات التي تتصف بها، ولا أستطيع أن أورد أكثر من ذلك.

أنا آسف للإطالة ولكني مجبر.

الجواب:

بعد الاطلاع على رسالتك وقراءتها قراءة متعمقة نجد أن أختك تربت في وسط ذكور من الأخوة وكما نعلم هناك تمييز في مجتمعاتنا في تربية الولد والبنت من حيث الحرية والانطلاق والمشورة في الرأي وغيرها من المميزات التي تلحق بعالم الذكور.

ونجد أن أختك تأثرت بهذه الفروق في التعامل وأثر ذلك على تكوين شخصيتها وهويتها الجنسية من الناحية النفسية وأخذت منهج وأسلوب الرجال من حيث الشكل والتصرفات والأفكار والتعامل من سلوكيات مختلفة وكما نعلم جميعا أن مرحلة المراهقة من أخطر وأهم مراحل النمو التي يمر بها الإنسان وهي المرحلة التي تتبلور فيها سمات وخصائص الفرد وهويته الجنسية والشخصية وميوله أيضا.

وأنا لاحظت أن هناك عنادا وتمردا في تعاملها مع الأسرة وهذا شيء طبيعي في مرحلة المراهقة من تمرد وعصيان للأوامر وعدم الطاعة لما يطلب من الفرد.

وهذا طبيعي بحسب المدة والفترة والشدة فإذا كان العناد شديدا ومستمرا بشكل واضح لابد من طلب المساعدة.

وفى كل الحالات أرى أن أختك تحتاج إلى العرض على اختصاصي نفسي في أقرب وقت ممكن لتقييم حالتها والبدء في جلسات لتعديل السلوك والاتجاهات والأفكار السلبية التي تعتنقها عن جنسها وأنوثتها ورفضها للانتماء لعالم الإناث.

الأخ الكريم تفاءل خيرا بإذن الله، مثل حالة أختك يوجد في العيادات النفسية العشرات من هذا النمط سواء كن إناثا رافضات للدور الأنثوي، أو ذكورا رافضين للعب دور الذكر وبناء الهوية الجنسية

أرجو موافاتنا بما توصلت إليه ونرجو التواصل معنا .

أختي على علاقة شاذة مع فتاة!

السؤال:

عندي مشكلة وما وجدت لها حلا. وأظن الكثير يعانون منها، وهي أن أختي المراهقة عنيدة جدا، جدا وتعلقت ببنت في نفس سنها ولهم على هذا الحال تقريبا ثلاث سنوات.

المشكلة في أن العلاقة بينهم ليست صداقة. شبه علاقة الرجل بزوجته للأسف علاقة قذرة.

انا أعرف هذا الشيء وقد نبهتها أكثر من مرة. والذي أكد لي هذا الشيء أني مرة فتحت (اللاب توب) حقها وقرأت المحادثات والله أبكتني. أبدا تربيتنا ليست هكذا ونحن أخواتها ولا واحدة صنعت مثلها مع أننا أكبر منها وهي الصغيرة.

وللأسف إن أختي تكلمت فينا عندها. وغلطت علينا وسمحت لها تسبنا وتتكلم فينا ونحن والله غير مقصرين معها في شيء.

عاملنا أختي بكل الطرق والأساليب التربوية وما أفاد. شددت عليها وهددتها ولا أفاد.

ونصحتها وضربت لها أمثلة بنات ندموا وهكذا لكن ما رأيت تغييرا.

للأسف أنا التي أكبر منها أستحيي أقول لو ربع كلامهم.

وما عاد تهتم بماما وهي التي كانت أقرب واحدة لها، وكذلك بابا يدللها ويساعدها على هذا الشيء بأن نقلها المدرسة التي فيها البنت وأحضر لها جوالا في سن صغيرة.

وأنا أحاول انهي الموضوع هذا لأن ماما الذي بها يكفيها

والله إني تعبت وما عندي الخبرة الكافية للتعامل معها.

أفيدوني.

الجواب:

عزيزتي. موضوعك في غاية الأهمية، واشكر لك حرصك على أختك واستشارتنا في موضوعها وهذا دليل وعيك واهتمامك بها.

عزيزتي موضوع أختك لابد أن تتم حل مشكلتها عن طريقين، نفسيا ودينيا.

أولا: الحل النفسي ويتلخص في الآتي: لابد من اشعار والدتك بالموضوع بطريقة ذكية لأنها كانت قريبة منها يوما ما وعدم اخبار والدتك بان اختك قد وقعت في المشكلة بل خبروها بأنها باتت قريبة جداً من الوقوع في هذا الأمر السيئ وربما يحدث لها ذلك بسبب إهمالها عاطفياً وعدم مراقبتها وإعطائها الثقة الزائدة، دعوا والدتك تشعرها بالحنان أكثر وتقترب منها أكثر وتشاركها في أمور حياتها الخاصة والعامة.

ثانيا: توقفوا أنتم الأخوات عن أسلوب النصح والأمر والتوجيه لأن ذلك قد يزيد من عنادها وتمسكها بصديقتها وتمسكها بالخطأ وظهر ذلك في تطاولها هي وصديقتها عليكم.

ثالثا: كل المطلوب إغداق الحنان عليها ومناداة اسمها بالاسم الذي تحبه ومشاركتها في أمور حياتها ومحاولة الخروج معها أكثر وقت ممكن في نزهة أو سوق أو زيارات، امنحوها الحب والحنان والحضن والابتسامة والمعاملة الحلوة، أغدقوا عليها بالهدايا والملابس وحاولوا معرفة ما تحبه وتشاركوها في ذلك ولتبحثوا عن أصدقاء الخير يلتفوا حولها ويحتووها.

رابعا: من الناحية الأخرى حاولوا أن تشغلوا وقت فراغها بالمفيد سواء بتسجيلها في مراكز تحفيظ قرآن او مراكز خيرية أو تشارك في كفالة يتيم أو زيارة دور الرعاية وتشارك في برامجهم لتشعر بالمسؤولية اجعلوها إنسانة منتجة ومهمة في المجتمع وشجعوها على ذلك.

أخيرا: ذكروها بالله بطريقة محببة دون تنفير وأكثروا من الدعاء لها في ظهر الغيب واسألوا لها الصلاح والهداية والثبات، إنه سميع الدعاء.

وإذا لم تروا تحسناً ملحوظاً في سلوكها فهددوها بإخبار أبيها وأمها وأنكم

لديكم عليها الكثير من الدلائل والمستمسكات التي تثبت تورطها في هذا الفعل المشين وأن والدها ربما عاقبها بحرمانها من الأجهزة الذكية والهواتف. إلى غير ذلك وكونوا جادين في هذا التهديد لأنه من الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ولابد من وضع حد لهذه المهزلة.

أخيرا لابد من منعها من الاختلاط بهذه الفتاة وتحذيرها منها ومنعها من مخالطتها ونقلها من هذه المدرسة التي فيها هذه الفتاه وأن يكون الوالد أكثر حزماً معها.

وأنصحكم بأن تسارعوا في تزويجها والبحث لها عن شاب ذي خلق ودين لأن الذي يدفعها إلى هذا السلوك ربما يكون من جراء الشهوة الجنسية التي تشعر بها وهناك فروق فردية بين الناس في هذا الأمر.

وفقكم الله إلى كل خير.

أخي غير الشقيق يتحرش بي بشتى الطرق!

السؤال:

أعيش بأسرة مفككة ليس لي أب أعتمد عليه وأمي لا أستطيع أن أحملها العناء معي يكفي ما عانته في حياتها أرجو من الله أن يرزق كلاهما الجنة.

مشكلتي أخي الذي يكبرني بسنتين ليس شقيقي ولا أعتبره أخي.

عانيت كثيرا منه تحرشا بي بشتى الطرق كرهت نفسي منه عندي تفاؤل لدرجه الجنون لا تتخيلون حجم التفاؤل الذي أتميز به لكنه أرهقني يعشقني لا يستطيع مقاومتي على أني نحيلة جدا وليس لدي -واعذروني على الكلمة - ما يغري بدأت مشكلتي حينما كنت بالسنة الثانية من الكلية صدمني.

أريد حلا غير اثنين أن أخبر أحدا فأنا أخاف على أمه وهي كأمي الثانية. وأن أهدده فواله حاولت أن أستجمع كل قوتي وأنا لست بالضعيفة لكن أمامه يرجف جسدي بأكمله خوفا.

مشكلته أنه خفيف الدم أصبح يتحرش بي حتى بين أهلي أدنى فرصة يستغلها والأمر أنه طبيب أي أن الكل لا يرى عليه غبارا.

أرسلت له منذ زمن طويل أخذ يبكي أن أسامحه لكن لم يستطع أن يكمل فأخذ يقترب مني ويحضنني قال لي أنت ملكي حاولت كثيرا ولكن لم أستطع.

بحمد الله أنه توظف بعيدا عنا بالرياض إذا زارنا كان هما على قلبي آخر مرة أتى وجدته فوق رأسي يتلمس جسمي من شدة رعبي لم أستطع أن أتحرك أعلم أنه يخاف وأنه لن يتعدى حدوده سوى بلمس جسمي ومحاوله تقبيلي والاقتراب مني لا يجرؤ على أكثر من ذلك ولكني تعبت.

أصبحت أخاف من أي شخص الاقتراب مني حتى أقرب إخوتي لي شقيقة هو أطيبنا فكرت كثيرا أن أخبرها لكني أخاف أن يقتله تعبت جدا.

أرشدوني ماذا أفعل؟ أنا في مرحلة في أي لحظة فيها من المحتمل أن أتزوج لا أتخيل نفسي أن يقترب مني أي أحد مهما كان سيظل عالق بذاكرتي.

اعذروني إن أطلت أو قلت كلاما لا يليق. شاكره لكم جهودكم.

الجواب:

ينبغي عليك الدعاء. الدعاء. الدعاء لأخيك بالهداية ثم ينبغي عليك تبليغ أهلك عن أفعاله ولا يجب عليك لا الخوف من ردة فعلهم تجاهه أو السكوت عن فعله حتى لا يتكرر فعله معك أو يتجاوز أفعاله.

سكوتك له وعدم وجود ردة فعل تجاه ما يفعل جعلته يستمر بالتحرش ونحن لا نضمن بأنه لن يتعدى حدوده مستقبلا.

لابد ان توقفيه عند حده حاولي بأن تجمعي قوتك أمامه وتهدديه بأن تفضحي أمره إن لم يقف عند حده. كونك كما ذكرتي ترتجفين أمامه ولا تستطيعي الرد حاولي أن تتمرني وحدك بالغرفة أمام المرأة وكرري الكلام الذي تقولينه أكثر من مرة بعد ذلك سيتحسن موقفك أمامه وتستطيعي الرد. لابد أن تصبحي قوية لا ضعيفة كي يقف عند حده.

وإن مازحك أمام الجميع وتحرش بك انهري فعله بنفس اللحظة. بكلمة واحده مثال «خير» «عسى ما شر» كذا كلمة واحده بصوت مرتفع ونظرة حادة. بجدية. هو تلقائيا سوف يفهمها ويخاف من الممازحة أمام الجميع لأنه سيخاف إن ينكشف أمره.

لابد أن تكوني قوية. موضوع الرد عليه فقط محتاج منك قوة، إرادة، حزم. عدم التهاون والاستسلام له بأي شكل من الأشكال.

وإن لم ينفع معه الأسلوب هذا لابد أن تخبري أهلك بالموضوع «لطفاً منك بأن لا تودين أن تجرحي والدته بالأمر»

لكن الأمر خطير جدا فالتحرش له آثار كبيرة على مستقبلك.

أغلب حالات التحرش بين المحارم كانت بسبب التساهل في اللبس أمامهم بحجة أنهم محارم أو من أهلها لذلك حاولي أن تبعدي عن اللبس القصير والضيق وكل لبس قد يفتن من يراه. وأيضا يجب عليك عدم الجلوس معه وحدكم. أو الجلوس بجانبه. وأثناء النوم يجب عليك إقفال

باب الغرفة.

الجئي إلى الله بالدعاء له والدعاء لك.

أسأل الله العلي القدير بان يهديه ويرده إلى صوابه وأن يكون بعونك ويفرج كربك ويسر أمرك.

بالتوفيق.

اكتشفت أن ابنتها لها علاقة شاذة بصديقتها؟

السؤال:

المشكلة لا تخصني، بل تخص إحدى قريباتي. قريبتي هذه اكتشفت أن ابنتها البالغة من ال عمر١٧ عاماً لها علاقة شاذة بصديقتها، وقد تأكدت من ذلك عن أكثر من طريق. هي لم تتصرف إلى الآن، ولم تصدر منها أي ردة فعل؛ لأنها لا تود أن تتصرف تصرفاً تكون له نتيجة عكسية وخطيرة، خاصة وأن الموضوع حساس وليس سهلاً. وهي تتساءل: هل تواجهها؟؟ هل تحدثها؟ كيف تتصرف؟ وإلى من تلجأ للمساعدة؟

لكم جزيل الشكر والامتنان.

الجواب:

بداية تعرفين بأن آثار انفتاح المجتمع المسلم على المجتمعات الأخرى عن طريق الفضائيات والإنترنت أدى إلى ظهور سلوكيات غير مقبولة بين أبناء المجتمع، بالإضافة طبعا إلى تأثير رفقاء السوء، وغياب الرقيب، وافتقاد الأبناء للحب، والتباعد العاطفي نتيجة لانشغال الأهالي، حيث أصبحنا نلاحظ كل فرد من أفراد الأسرة له غرفة خاصة. تلفزيون خاص. هاتف. كمبيوتر...!

جميع هذه الأمور أدت إلى التفكك الأسري. الذي من نتائجه وقوع الأبناء في مشاكل. على رأسها الشذوذ الجنسي، وهو ما تعاني منه ابنة صديقتك.

ولكي تحاولي ولمعالجة هذا الموضوع على صديقتك أن تقوم بما يلي مع ابنتها:

أولا: عدم مصارحة ابنتك باكتشافك لهذه المشكلة حتى لا ينكسر الحاجز بينك وبينها فتتساهل أكثر فيه.

ثانياً: حاولي التقرب من ابنتك عن طريق أخذها لعالمك، كأن تحكي لها مشكلاتك وأسرارك وتستشيريها في مسائلك الخاصة، أشعريها بأنك تحتاجين وجودها بقربك، وفي المقابل عليك أنت الدخول لعالمها

والاقتراب منها، مع تقديم بعض التنازلات ومحاولة التغافل عن بعض الأمور البسيطة. اذهبي معها للتسوق. شاركي معها في اختيار ملابسها، ودعيها تختار لك ملابس. وهكذا.

تكلمي معها في موضوعات خاصة، اسأليها عن مواصفاتها التي ترغب أن تكون في زوج المستقبل، وناقشيها فيها دون خجل، كيف تحب أن يكون شكله أو عمله أو.... أو.... أو

أغدقي عليها بالمحبة، فافتقاد الحب قضية خطيرة. أحيطيها بالمحبة، وهناك فرق بين الحب والتدليل، فاحذري.

وغالبا يكون اللجوء إلى الشذوذ الجنسي بسبب نقص الحب ومحاولة تعويضه بأية طريقة.

أيضاً عليك أن تكوني رقيبة عليها بطريقة غير مباشرة، وحاولي أن تختاري لها صديقاتها، وأبعديها عن رفيقات السوء.

تنمية الجانب الديني لديها مهم جداً، فغياب الوازع يقود لمثل هذه السلوكيات.

عليك بطريقه لطيفة أن تنمي لديها الخوف من الله، وأن الله يراقبنا في أي مكان.

وحاولي أن توقظي عندها النفس اللوامة حتى تكون نفسها رقيبا عليها. وكل هذا يجب أن يتم بطريقة مشوقة ومقربة لها.

وأخيراً عليك أن تخبريها أنك تتوقعي منها الكثير، وأنك تنتظرين منها أن تكون أحسن البنات خلقا وعلما، فتوقعات من نحبهم تكون مهمة عندنا، حيث نتمنى أن نكون عند حسن ظنهم، وهذا يجنبنا الوقوع في المشاكل.

مع تمنياتي لك بتخطي هذه المشكلة بنجاح بإذن الله تعالى.

هل ما حدث لي تحرش جنسي أم لا؟

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر ١٩ سنة، في أول سنة جامعة وأنا أصغر أخواتي وإخواني الذين يبلغ عددهم ثمانية، وسأطرح عليك مشكلتي وأريد منكم الجواب الكافي.

المشكلة: عندما كنت صغيرة تقريبا في سنة خامس ابتدائي كنت ألعب مع ولد خالتي الذي يكبرني بسنة وكان للأسف يلمس أثناء اللعب صدري وفعل ذلك عدة مرات ولكنني كنت في شك من هذا الأمر وأحسست أنه أمر غريب وكبرت ولم أنسى تفاصيله. وعندما أصبح عمري تقريبا ١٢ سنة كنت ذاهبة في يوم من الأيام إلى أخوالي وكان عندهم حفلة وعندما انتهت الحفلة ذهبت وسلمت على خالي وعندما سلم على خالي كان ينظر إلى بنظرات غريبة وينظر إلى صدري ويقبلني من بعيد اشمأزت نفسي من هذه الحركة ومن بعدها كرهت خالي وقررت ألا أخرج عليه إلا بملابس محتشمة (لأني كنت وقتها ألبس فستان أحمر عاري من فوق ووضعت عليه طرحه).

أما الموقف الثالث والذي اعتبره المصيبة العظمى بالنسبة لي وهو أخي الكبير وهو ليس متزوج ويسكن بعيد عنا بسبب عمله وكل البيت يحترمه ولا يقولون له شيئا إذا أخطأ علينا وكان الجميع يعرف أنه هو المخطئ حتى أبي وأمي ويقولون أخيكم الكبير وهو يسوي نفسه عنتر زمانه ويراقبنا في كل شيء حتى في السوق يراقب نظراتنا ويشك في كل شيء، فعندما كنت في ٣ ابتدائي ذهبنا السوق ومن ثم أخذني أخي هذا بعيدا عن أهلي وذهب بي إلى محل للألعاب وقال لي اختاري لعبة ولكنه كان يلتصق بجسدي بطريقة غريبة ويقبلني كثيرا ويقربني إليه وأصابني الشك مع أنني كنت صغيرة وكنت منبهرة بتلك الألعاب واستغربت من أخي ذلك لأن أخي لا يفعل لي ذلك في البيت من قبل ولم يكن لطيف التعامل معي كثيرا, وعندما أصبح عمري ١٥ سنة تقريبا كنت أطبخ في المطبخ فدخل علي أخي ولم يكن عندنا أحد وبدأ يقترب مني من الخلف ويقبل عنقي وقمت أنا بإبعاده عني ويرجع مرة أخرى وأبعده عني.

وهنالك موقف أخر وهو أنني عندما كنت نائمة دخل علي ومعه أخواتي وأراد أن يوقظني من النوم فاستلقى بجانبي وفعل ذلك بطريقة مازحة وأنا كنت ملتحفة جيدا بالفراش ثم قام بتقبيلي فاستيقظت وصرخت في وجهه فضحكوا أخواتي وبعد ذلك قام بتقبيلي كثيرا وبطريقة غريبة وعندما استيقظت قالت لي أختي الكبيرة أن أخي سلم عليك كثيرا، وعندما سكت وأعرضت وجهي ثم نظرت إليها مرة أخرى وجدتها تضحك بصوت منخفض وكأنها تقول إني غبية ولا أفهم.

وموقف أخر وهو عندما كنت في المرحلة المتوسطة كنت أنا وأمي وأخواتي وأخي هذا جالسين في الصالة فجاء أخي كعادته المزيفة يريد أن يمزح معي فأتى ليقبلني (وهو في الأصل غير لطيف التعامل معي ولا يتكلم معي كثيرا وعندما أقول شيئا يعتبرني صغيرة ولا أفهم) فرفضت ووضعت يدي على صدره ولكنه أصر على تقبيلي وأنا صرخت وقلت لأمي ساعديني بل كانت تضحك مع أخواتي لأن ابنها يمزح وعندما التفت ورأيت وجهه كان محمرا ولم أرى أخي بهذا المنظر من قبل وعندما أطال في ذلك وجدت وأنا استنجد أخواتي ينظرون إلى بعضهم البعض بنظرات غريبة تصحبها ابتسامة وكأن في الأمر شيء, وعندما لم استجب له (عض) يدي وبعد ذلك تركني.

بعد هذين الموقفين أصبح أخواتي يتكلمون مع بعضهم البعض عن هذه المواقف ولاحظت ذلك في موقف أخر وهو أكثر وضوحا من غيره وهو عندما كنت جالسة مع اثنتين من أخواتي وكان يتحدث معنا بعد ذلك التفت إلي وبدأ يقترب من وجهي وبكل صراحة (والله على ما أقول شهيد) ومن ثم (حبي) ووجهه أصبح محمرا وينظر إلى بنظرات غريبة ويحرك شفتيه فقمت بإبعاده عني بيدي ونظرت إلى أخواتي فوجدت واحدة منهم تضحك بصوت منخفض وتنظر إلى أختي الأخرى.

الآن عندما دخلت الجامعة وأحس أخي أني كبرت لم يعد يفعل مثل ذلك. الآن أنا أكره أخي وأتمنى ألا يأتي بيتنا وأنا هنا أسأل نفسي عدة أسئلة هل ما حدث لي تحرش جنسي أم لا؟ وإذا كان الجواب لا وأنا فقط أبالغ في الأمور

إذن لماذا هذه المواقف تزعجني دائما عندما أتذكرها وأيضا أنا لم أنساها؟ ولماذا أخواتي ينظرون إلى كذلك؟ الجواب عندك وقد سردت إليك ذلك بدون مبالغة (والله على ما أقول شهيد)

الجواب:

تعلمين أيتها الأبنة الكريمة أن كثرة التفكير في شيء تجعل تفسيرات وتأويلات المتشابهات تقع وتنطبق عليه رغم عدم مناسبتها بمعنى أن الإنسان عندما يستغرق تفكيره ومخاوفه وقلقه من شيء معين عندما يحدث له أي شيء فيه شبه يفسره على أن هذا هو بالضبط المقصود مثال لكي يتضح لك الأمر الصغار عندما يتم تخويفهم ليلاً كي ينامون كثيراً منهم يقومون في الليل مفزوعين من الرعب والخوف وعندما يفكر الإنسان كثيراً في الحسد والعين وغيرها يصور أحياناً عندما يكره شيء لأي سبب آخر مباشرة يقول هذا حسد وهذه عين وهكذا والمثل يقول (من خاف من العفريت يطلع له) والمسلم والمسلمة في حياتهم لا يحاسبون الناس على نياتهم بل يحاسبونهم على تصرفاتهم وأعمالهم ولذلك يبني المرء تصوره عن الآخرين من خلال تصرفاتهم ولاشك أن تصرف خالك ليس مناسباً ولم يكن بالأمثل مع ابنة أخته وهي صغيرة ولكن أحياناً تكون التصرفات خاطئة مع عدم سوء النية وخاصة من الأقارب والأخوة أما تصرف أخوك فهو الغريب والأغرب ضحكات أخواتك غير المبررة وأعجبني كثيراً حسن تصرفك مع أخيك والوقوف معه بحزم وصد تصرفاته حتى لا يتكرر منه ذلك وأيضاً لا ترك أثراً في نفسك وهذه مرحلة مرت في الصغر فلا تلق لها بالاً ولا تجعليها تأخذ من تفكيرك ووقتك وجهدك كما لا تجعليها تؤثر على علاقتك بأسرتك وأخيك فقد كبرت وكبر أخوك والأمر مع أنه خطأ وتصرف غير مقبول ولكن يجب أن تعدي ذلك من تصرفات الصغار وألعاب الصبيان وابدئي من الآن أحكمي على التصرفات والحركات والهمسات بل حتى النظرات لا تبالغي في تأثير ما كان على نفسك وانطلقي إلى حياتك وهيئي نفسك لمستقبل طيب ولم يكن هذا تحرشاً جنسياً ولا قصد سوء وحتى لو كان فقد مضى

الأهم الآن هو شخصيتك وسلوكك وسمعتك وسحن تصرفاتك واعتبري ما تذكرين من تصرفات الأطفال ولا تنزعجي منها الآن نهائياً وركزي في دراستك وحسن معاملاتك ..

ضغط أمي أدى بي إلى الانحراف!

السؤال:

أنا فتاة أبلغ من العمر تسع وعشرين سنة، عندما كنت في عمر الثلاثة والعشرين عاما ارتكبت أخطاء عديدة وذلك لعدة أسباب منها تفريق والدي بيني وبين أخواتي وضغط والدتي على للتخفيف من وزني على الرغم أني لم أكن أرى أني بدينة وما زالت الضغوطات لتخفيف وزني لأجل الزواج، مع أنه لم يتقدم أحدا لخطبتي، والوالدة تقول إن سبب ذلك يرجع لجسمي مع أن هناك فتيات في عائلتي أسمن مني وتزوجن.

كثرة الحديث في هذا الموضوع جعلني أزداد شراهة وقسوة وعناد ومكابرة ووزني يزداد، فكرهت مقابلة الناس وبالأخص المقربين مني، ولا أريد أحد يشاهدني ولا ينصحني، وأريد أن أعيش حياة بدون قيود، فمنذ الطفولة وكلمة الرجيم تلاحقني والنتيجة لم يتغير شيئا مع العلم أني قبل سنتين جاهدت نفسي حتى نقصت سبعة وعشرين كيلو من وزني ووصلت قريبا من الهدف وكان ينقصني عشرة كيلوجرامات وأكون صاحبة الوزن المثالي، ومع ذلك الوالدة كانت تقول تحتاجين أكثر فاستمري، فأحسست بالظلم وكأني لم أفعل شيئا، ورجعت كما كنت وزيادة على وزني خمسة كيلو جرامات إضافية..

وهناك مشكلة أخرى فمن كثر ما تقول لي والدتي ألا أحد يريدني بسباب سمنتي أصبحت أعرض نفسي على الشباب في النت وأبدوا إعجابهم بي، ولكن لا أحد يرتبط بواحدة مثلي، فخرجت خفية مع شاب واستمتع معي ولكن لم يرتبط بي لأن الحب شيء والإعجاب شيء والزواج شيء آخر.

ندمت على كل ما فعلت وتبت وقررت ألا أقابل أحد من الشباب لكنني

أتحدث إليهم عن طريق النت والجوال لأني لا أملك أي صديقات، فكلهم متزوجات وانقطعوا عني، وعندي أمل بأني سوف أتزوج ولكن هل إذا تقدم لي أحد أخبره عن الماضي؟ وهل سيعرف أني مارست الجنس من الدبر مع العلم أنه لم يتم الدخول كاملا ولكن مجرد الرأس ولم يدم طويلا أو ينزل شيئا، وكانت ثلاث مرات بنفس الطريقة وأنا متأكدة أنه لم يدخل؟؟ فكان يفرش لي من الأمام، ومرة أحسست بدفعه داخل قليلا لدرجة أنه رفع نفسه بسرعة فكيف أعرف إذا كنت لازالت بكرا أم لا؟؟ فهو أخبرني بأنه لم يحدث شيئا ولكنني خائفة. هل أتزوج أم لا ؟؟ فأنا لا أريد الذهاب للكشف عند طبيبة النساء. فساعدوني جزاكم الله كل خير.

الجواب:

لا تعد مشكلة البدانة والسمنة عيباً ولا نقصاً من جمال المرأة ولا سبباً في نفور الخاطبين والراغبين في الزواج، وكثيراً ما نرى ونسمع ونستشار في رغبات الكثيرين من الرجال والنساء لزيادة الوزن وليس نقصه، وإن كان الشائع المخطئ هو الرغبة الجامحة لدى العامة من الناس أنّ الرشاقة في النحافة، والجمال في خفة الوزن، وهذا ليس بصحيح على كل حال، ويمكن إقناع الوالدة بأنّ السمنة لها حدود والنحافة لها حدود، وهذا ما يقرره الأطباء وليس رغبات الأم بهدف إقبال العرسان وراغبي الزواج.

أما المصيبة الكبرى والسلوك المنحرف، وانهيار التفكير الذي سبق وأن انغمست فيه وتلطخت بمعصية عظيمة كالذي ذكرت، وبعد أن منّ الله عليك بالتوبة، إلا أنك ما زلت تفتحين على نفسك أبواب الشر ونوافذ الهلاك باتصالاتك مع بائعي السراب ومروجي الرذيلة، وأول أبواب الشر هو ذلك الاتصال عبر الإنترنت والجوال، فمن خلاله تبدأ المصائب ويصب نهر الفتن شروره عليك، وتنقلب حياتك إلى بؤس وهم وغم، ولم تعد المشكلة في ندرة العرسان ولا الماضي الأليم، ولكن المصيبة في الواقع المخزي، فإن استمر الحال على هذا فالمآل خطير والمستقبل أسود مظلم حالك.

جددي التوبة الصادقة واقطعي كل اتصالاتك، توبي إلى الله، واصدقي وارجعي إلى ربك، وألزمي طاعته، طهّري نفسك من آثام الذنوب واسكبي

الدمع على خطيئتك، فالله أرحم الراحمين يقبل التوبة عن عباده، يرحم المستضعفين ويفرج الهم ويكشف الغم، اصدقي مع الله يصدقك ويتوب عليك، وعندما يأتي العريس أو الخاطب يكون لكل حدث حديث، ولكل حال مقال، ساعتها يفتح الله بما يشاء، الأهم الآن هو تغيير سلوكياتك والعودة إلى الله والتزام هدي النبي المصطفى والابتعاد عن شرور العباد، والتوبة، التوبة هي نجاتك.

خطيبي يريد كل المكالمات جنسية!

السؤال:

خطيبي ما كان يكلمني والآن صار بيننا مكالمات، أنا عقد قراني، ومع المكالمات كرهته جريء مرة ومتسرع وما عنده شفقة أو أسلوب متزن، أخذ لي زيارة بالعيد أول زيارة لكن طلعت أمي أخذ مني شفة بطريقة وحشية غير لبقة.

وانفجعت مرة وخفت منه جاءني مثل الرهاب وبعدها طلعت وانهرت وقعت من طولي حتى شكل وجهي مقرف جدا مع الروج وعندما سألته باحترام في المكالمة قلت فجعتني ونفرتني هذه أول جلسة كان صلحت شيء أقل يقول ما فيه شيء يغضب أنت جميلة ما تمالكت نفسي.

والمكالمات يريدها كلها مكالمات جنسية وأنا ما عرفته

وأنا أصلا كرهته ورفضت، إذا كلمني فقط يخاصم ويرفع صوته علي، وجبرني على التعيين في مكان وحدي يقول لي ما تموتين ولا تنفرين بهذا الأسلوب الوحشي.

يريد كل المكالمات جنسية وأنا ما زلت ما عرفته وطبعي خجولة مرة وهو جريء، تدهورت نفسيتي ما أدري كيف أتصرف جوالي فقط مغلق.

الجواب:

ابنتي

ادعو الله أن يوفقك ويسعدك في حياتك الزوجية. أنت في بداية حياتك الزوجية التي عادة تبدأ بالخطبة ومن ثم السؤال والاستخارة وبعدها النظرة الشرعية فإن كان الارتياح من الطرفين تكون الموافقة فإن كنت شعرت بالارتياح من البداية فالحمد الله وعلى أساس ذلك تم عقد قرانك ففوجئت بزوج محب وكله شوق لك ولكن كان تركيزك عزيزتي على أسلوبه المتسرع غير المتزن كما تقولي؟! ركزت على تصرفه السلبي من وجهة نظرك أنت فقط ولم تركزي على الإيجابيات؟! ماذا عن دينه وأخلاقه هل هو ممن

يُرتضى دينه وخلقه فإن كان كذلك فحمدي الله واستعيذي من الشيطان الرجيم لتواصلي مسيرة حياتك. زوجك تزوجك حتى يلبي نداء الفطرة البشرية والغريزة الجنسية والزواج هو الطريق الصحيح لقضائِها. وهو إن كان جريئا فليس هذا بعيب ولا يحتاج هذا الأمر كل هذا التضخيم تقبلي زوجك فأنت الأن في أجمل أيام الزواج مرحلة الخطوبة بعد عقد القران أشبعي زوجك بمشاعرك الحانية وعباراتك اللطيفة والسعي على فعل كل ما يحب كوني معه الزوجة المحبة الرومانسية ومع الأيام سيتعلم الرومانسية منك ومن ثم يبادلك إياها، غيرك من بنات جنسك لم تحضي بزوج وتتمني بزوج كزوجك لتأنس به ويأنس بها، وأتمنى ألا تقفي عند كل عيب لدى زوجك ومن ثم تفسدي حياتك فكل إنسان لا يخلو من العيوب، اغمضي عينك عن عيوبه وأبصري الإيجابيات، وإن أردت نصحه فعن طريق التلميح لا تصريح عزيزتي الرجل في طبيعته يميل إلى العنف والقوة حتى في الجنس بعكس الأنثى التي تميل إلى اللطف والرقة وإلى العاطفة أكثر من الجنس عندما يكون معك كما قلت اطلبي منه أن يكون لطيف ولكن عن طريق عبارات الدلال والدلع والغنج وليس بأسلوب الاحتجاج والغضب، قلت إنه يخاصم ويرفع صوته نعم هذا طريقة الرجل عندما يغضب من زوجته لأنها لم تلبي حاجته العاطفية والجسدية والنفسية أحسني تبعلك لزوجك «هو جنتك ونارك» كما قال معلم الأمة محمد صلى الله عليه وسلم، عن الحصين بن محصن – رضي الله عنه – أن عمة له أتت النبي – صلى الله عليه وسلم– في حاجة ففرغت من حاجتها فقال لها النبي – صلى الله عليه وسلم–: (أذات زوج أنت؟) قالت: نعم، قال (كيف أنت له؟) قالت: ما قالوه إلا ما عجزت عنه، قال: (فانظري أين أنت منه، فإنما هو جنتك ونارك)

قال المناوي: (انظري) أيتها المرأة التي هي ذات بعل (أين أنت منه) أي في أي منزلة أنت منه، أقريبة من مودته مسعفة له عند شدته ملبية لدعوته، أم متباعدة من مرامه كافرة لعشرته وإنعامه (فإنما هو) أي الزوج (جنتك ونارك) أي هو سبب لدخولك الجنة برضاه عنك، وسبب لدخولك النار بسخطه عليك، فأحسني عشرته ولا تخالفي أمره فيما ليس بمعصية. وأخذ الذهبي من هذا الحديث ونحوه أن النشوز كبيرة.

وبعد غاليتي يمكنك الالتحاق بالدورات التي تتعلق بالسعادة الزوجية أو القراءة في كيفية التعامل مع الزوج وحقوقه وفي كيفية التخلص من الخجل وكل ما يثرير معرفتك لتنعمي بحياة زوجية مستقرة مليئة بالحب.

بارك الله لكما وبارك عليكما وجمع بينكما بخير..

خائفة إن وافقت عليه أن يكتشف أني لست عذراء!

السؤال:

أنا فتاة في السادسة وعشرين من عمري.. ذهبت لأستراليا للدراسة الجامعية وهناك تعرفت على شاب من نفس بلدي وبدأت مشاعر الإعجاب بيننا واستمرت علاقتنا وهي علاقة طاهرة خلال تلك الثلاث سنوات.. في الصيف الماضي أخبرني عن رغبته في الزواج مني وعندما تحدث مع أهله رفضوا لسبب قبلي أي لأني لا انتمي لقبيلة يعرفونها..

أخبرني عن هذا الرفض وكان غاضبا من أهله فهدأته وأخبرته أنه يفكر في طريقة تقنع أهله فيما بعد.. لكن عندما رجعنا لأستراليا ومع بداية آخر سنة أحسست أني بحاجة له وبحاجة لحنانه وعطفه لأنه كان حنونا معي جدا وفي الحقيقة أنا أفقد الحنان من صغري فوالداي لم يهتما بي بالشكل الذي كنت أحتاجه ولهذا السبب تطورت علاقتنا وللأسف اصبحت بيننا علاقة محرمة لمدة سنة مع أني كنت رافضة لهذا الموضوع تماما ولا أعرف كيف رضيت .. المهم بعدما رجعنا إلى بلدنا، تحدث مع أهله ولكنهم ما زالوا رافضين وأنا الآن تقدم لخطبتي شخص آخر وكل ما أعرفه عنه أنه ملتزم فقط.. ماذا أفعل الان؟ ساعدوني رجاء..

خائفة إن وافقت على المتقدم لي ويكتشف أني لست عذراء ويفضحني وفي نفس الوقت خائفة أنتظر من أحببته فيطول انتظاري بسبب رفض أهله.. وهل أخبر المتقدم لي إذا وافقت عن علاقتي بهذا الشاب أم لا؟ وهل أخبر الشاب الذي أحبه عن موضوع الشاب المتقدم لي؟ أسئلة تحيرني فأرجوكم ساعدوني..

الجواب:

بنيتى :

فالحمد لله تعالى على ما قدر وقضى، ولا شك أن ما قمت به من أكبر الكبائر ويحتاج إلى سرعة التوبة النصوح واللجوء إلى الله تعالى وطلب العفو والمغفرة وكثرة الطاعات ليكفر الله عنك ما قمت به..

ثم هذه هي بعض نتائج مخالفة شرع الله في السفر دون محرم ودون مراعاة لشرع الله.

عليك بالتوبة، فإن الله يتوب على من تاب وأصلح.. وعليك يا ابنتي أن تجتهدي في طاعة الله، والأخذ بأسباب الثبات على دين الله؛ لأن الخطر عظيم، وأسباب الشر كثيرة.

وأما ما ذكرت من السؤال، فلا يشرع لك أن تخبري أحداً بما وقع منك، فضلاً أن يجب عليك ذلك. بل استتري بستر الله، واحمدي الله على الستر، ففي الحديث أن ماعزاً الأسلمي رضي الله عنه لما أقرَّ بالزنا عند النبي صلى الله عليه وسلم قال له: «ويحك ارجع فاستغفر الله وتب إليه».

ولعل من سيتزوجك لا يسأل عن شيء من هذا، فإن سأل - وهو مخطئ -فأجيبه أنه ليس من حقه أن يسأل عن شيء من ذلك لما تقدم، ويكفي أنه قد أقدم على الزواج بك وهو مقتنع، فلا داعي إلى نبش الماضي، فقلَّ إن يخلو إنسان من معصية. فإن أصرَّ فلك أن توري له بأن تقولي له كلامًا يفهم منه الجواب، ويترك السؤال عن هذا الأمر، وهذا الكلام ليس صريحاً في الكذب، أو أنت تقصدين به غير الذي فهم منه، مثل أن تقولي: لم أفعل شيئاً من ذلك، وقصدك بعد التوبة، وهو سيفهم من ذلك العموم.

والخلاصة: أن تعلمي أختي أن نعمة الله عليك عظيمة بالتوبة، فعليك بالابتعاد عما يجرك للرجوع إلى المعصية، واشتغلي بطاعة الله وذكره وعبادته، وأبشري بالخير والسعادة، واحرصي أن لا تقبلي من الأزواج إلا من كان تقياً مَرضي الدين والخلق، واطمئني بعد ذلك أنه لن يسألك عن شيء من ماضيك، ولو سأل مخطئاً فأجيبه بما سبق.

وننصح بألَّا تُخْبِري خطيبك الجديد بأي تفاصيل، فقط أخبريه بأن أحدا ما كان يُريد الزواجَ منك، ولم يُوافق الأهلُ، ولم تتعدَّ علاقتكما الشيءَ الذي يُؤَثِّر على علاقتنا، هذا إن سأل.

ولا تُكْثِري مِن الكلام في هذا الموضوع، وعليك بالدعاء بصِدْقٍ بأن يُوفِّقك اللهُ للخير حيث كان، ثم يرضيك به، ولا تنسي الاستخارة، وفَّقك الله ورعاك.

اما الشاب الآخر فلو حتى وافق أهله فهو لا يصلح زوجا، فمن خان الأمانة وما ارتكب ما حرم الله لا يدعك إلا وهو يراك خائنة، فلا تعولي عليه، واقطعي كل صلة به. وغيري كل وسائل اتصالك وغيبي عنه كل وسيلة توصله بك مهما كانت.

أما موضوع غشاء البكارة فهناك من الوسائل ما يمكنك البحث عنها لمعالجة الأمر، فإن لم تجدي فلعلك عند الزواج تجدي من الأعذار ما يخرجك من هذا المأزق الخطير.

لا تنس التوبة. والدعاء بالستر. وفقك الله.

فهرس الموضوعات

مقدمة ٧
البنات كبرت ٨
أجمل مراحل الحياة ٨
أعراض طبيعية ١٦
نفحات من الفقة ١٩
أشياء لا تفعليها ٢١
بلوغ بلا خجل ٢٤
التبدلات والتغيرات النفسية التي تمر بها المراهقة ٣١
الصراعات الداخلية التي تعانيها المراهقة ٣٢
أسرار خاصة جدًا جدًا ٣٥
نظرة الفتيات للجنس ٣٦
نظرة الإسلام إلى الجنس ٣٨
لماذا تلزم الفتاة الصمت عند التحرش بها؟! ٤١
ضوابط شرعية في المسألة الجنسية ٤٣
العاده السرية ٤٧
وسائل مقاومة وضبط العادة السرية ٥١
غشاء البكارة ٥٦
سنن الفطرة ٥٩
اهتمي بالنظافة ٦٧
اسئلة خاصة للبنات ٧٠