

حياكم الله أخي الكريم،

أولاً، أسأل الله أن يثبتك ويعينك، وأن يشرح صدرك، ويسر لك الخير حيث كان.

ثانياً، يجب أن تعلم أنّ ما تمر به هو ابتلاء، من جنس الابتلاء بالشهوات، فهو اختبار وامتحان من الله، وهو فتن لك أتصبر وتشكر أم تعصي الله وتتبع هواك والشيطان فيما يُلقيه عليك من خيالات إغرائية تفضيلية جنسية، مثلها مثل كثير من خيالات التفضيلية المنحرفة التي سوف أُشير لها قريباً. وهذا الابتلاء التي تمر به ليس بلا حل، بل له حلٌّ والله الحمد، وقد مرّ به كثيرون وتحررها من عبودية تسلط خيالاته على عقولهم. ثم اعلم أنك في نعمة عظيمة لأنك واعٍ بحالك، وتنكر هذه الخيالات والميول الجنسية، وتعرف أنّها شرٌّ وحرامٌ، وأنت متمسك بدينك، وتسعى للإصلاح. وهذا يدل على صدق إيمانك وإخلاصك لله، ومن كانت هذه حالة كان الله معه وإلى جانبه، قال تعالى: (وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ).

ثالثاً، لا بُدّ من فهم المشكلة والتعامل معها بصبر ويقين.

إنّ ما تشعر به من ميول وخيالاته ليس أمراً تحبه والله الحمد بفطرتك، ولا اخترته تفضيلاً في صغرك، بل هو - كما يكون عند بعض الأشخاص الحساسين - أحد آثار ما مررت به في طفولتك من تحرش واعتداء جنسي، والتجربة التي تعرضت لها وأنت صغير قد أثّرت على خيالاتك وسببت ارتباكاً في رؤيتك النفسية لذاتك وتفضيلاتك العاطفي. غير أنّ الأمر المهم والحاسم هنا هو أنّ هذا لا يعني أنك مجبر على السير في هذا الطريق، بل لك حرية الإرادة، ولديك القدرة على ضبط نفسك وتوجيه مشاعرك لما يرضي الله.

يجب أن تنتبه لهذا جيداً، فمما مررت به في طفولتك لا يفرض عليك خيارات تفضيلية قهريّة، بل يطرح داخلك خيارات تفضيلية إغرائية، فالضحية للاعتداء الجنسي ربما يشعر لعدة أسباب برغبة بتكرار هذا الشيء، وهو أمرٌ مكتسبٌ في تصوراتهِ وخيالاتهِ، وليس شيئاً حقيقياً في تكوينه يفرض عليه قهراً ذلك الميول. فبعض الأشخاص الذين مروا بتجارب معيّنة في طفولتهم أو مراهقتهم يكتسبون في تصوراتهم خيالات جنسية تفضيلية بحسب تجاربهم التي مروا بها.

فمثلاً: إحدى الفتيات وهي طفلة تحرّش بها جدها، وهو طاعن في السن مصاب بالخرف، فأصبحت بعد هذه الصدمة تكره الرجال ثم اكتسبت تصورات وخيالات تفضيلية وانجذابات جنسية نحو جنسها النساء، وهو أمرٌ اختارته هي وليس شيئاً قهرياً. وكذلك، هناك أشخاص بعد صدمات معيّنة يكتسبون من الميول والتفضيل الجنسي بحسب تصوراتهم وخيالاتهم، فبعضهم لديه ميول لممارسة الجنس مع الجثث، وبعضهم مع الحيوانات، كما يرى غيرهم تفضيلات للجنس نفسه، وكل واحد من هؤلاء يرى أنّ تفضيلات الآخر تافهة وحقيرة ومقززة، أمّا تفضيلاته فمغرية وقهرية، والحقيقة أنّ حالتهم واحدة، وهي تصورات خيالات جنسية سمحوا لها بسيطرة على تفكيرهم وعقولهم نتيجة تجربة مروا بها.

رابعاً، أهمية التمييز بين الشعور والفعل وبين الاختيار والاجبار، وبين الاكتساب والتكوين.

اكتساب مثل هذه الميول الجنسية ليس بالضرورة يكون نتيجة تحرش واعتداء جنسي، فمعظم الذين تعرضوا للاغتصاب والتحرش والاعتداء لا يكتسبون تفضيلات جنسية شاذة، بل يتجاوزون تجربتهم المؤلمة بفضل الله ثم بفضل وقوف الأم والأب والعائلة والأصدقاء معهم لتجاوز هذه التجربة الصعبة والحد من آثارها السلبية.

أيضاً يجب أن يتنبه الشخص، إلى أنّ اكتساب التفضيلات الجنسية الشاذة لا يكون دوماً بسبب التعرض لتحرش واعتداء جنسي، فبعض هؤلاء لم يتعرضوا قط لتحرش ولا لاعتداء، وأمّا أدمنوا مشاهدة الأفلام الإباحية الشاذة وأصبحوا يشتهون ويميلون إلى الجنس نفسه، بسبب الإغراء الجنسي الذي اكتسبوه من تلك المشاهدات. وأخطر ما في الأمر، أن تبدأ المشاهدات المحرّمة في سن الطفولة، خصوصاً مع وجود تطبيق ألعاب في الجوال وغيرها تعرض مشاهد كرتونية للممارسة الشذوذ بصور وألوان محببة للأطفال، فإذا شاهدتها الطفل أحدثت في عقله تصورات وخيالات وميولات جنسية لهذا الشيء، وهي أمرٌ مكتسب وليس قهرياً.

ولهذا، يجب أن تدرك أنّها عادات مكتسبة: إمّا مع إدمان الخيالات التي حدثت لحظة التحرش والاعتداء في الطفولة، أو رؤية المحفزات من (مقاطع، أفلام، روايات، قصص... إلخ) في سن الطفولة أو المراهقة، ومن ثمّ يكتسبها التصور والخيال، ثم يفضلها ميوله الجنسي، وربما حاول ممارستها فعليّاً، وإذا ما فعل ذلك، فقد عمّقها في نفسه، كما يحدث لمدمن الحشيش والمخدرات.

وتذكر أنّ الشعور والخواطر وحدها لا يؤاخذ عليه الإنسان، بل ما يفعله بناءً على هذا الشعور، ففي صحيح الإمام البخاري (٥٢٦٩) والإمام مسلم (١٢٧) عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (إِنَّ اللَّهَ تَجَاوَزَ لِأُمَّتِي مَا حَدَّثَتْ بِهِ أَنْفُسَهَا مَا لَمْ يَتَكَلَّمُوا أَوْ يَعْمَلُوا بِهِ). وتذكر أنّ كثيراً من الناس لديهم خواطر وشعور وخيالات تطرح عليهم ميولات سيئة ومحرمّة، سواء كانت فطريّة أو شاذة عن الفطرة، لكنّهم يعتصمون بالله ويمنعهم إيمانهم من ذلك، وينصرفون عن تلك المشاعر والخيالات بالعمل الصالح والتفكير الإيجابي في الحياة. واعلم، أنّك إن كنت تكافح نفسك هذه الخيالات الجنسيّة ولم تقع في الحرام، فأنت مأجور عند الله على مجاهدتك، قال تعالى: (وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ)، وقال النبي ﷺ: (حُقَّتْ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ، وَحُقَّتْ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ). فالصبر على الطاعة والصبر على البعد عن المعصية فيه أجر عظيم، بل هو أهم سبب لدخول الجنة ورضوان الله ومحبته.

خامساً، التغيير ممكن، لكنه يحتاج إلى عزيمة، وصبر، ومجاهدة، ووقت.

حتى تعرف خطورة هذه الخيالات المكتسبة، وما طبيعة الألم الذي يسببه للقلب، والدمار الذي سيحدثه في الحياة، تخيّل أنّك أبٌ وأنّ طفلك هو من مر بتجربة التحرش الجنسي، ثم بعد المراهقة صارحك وقال إنّه يجد في عقله ميولات وتفضيلات جنسيّة شاذة! ما شعورك، وما كنت لتصنع لتحميه من ذلك؟ أجزم أنّ قلبك سوف ينفثت ويعتصر من شدة الألم، وأنّك تتمنى أن تبذل كل شيء لتحمي ابنك من عواقب هذه الخيالات الجنسيّة. الآن، الحالة ليست طفلك، بل هو أنت، وما فيك من طاقة عظيمة لحماية ابنك اجعلها لحماية نفسك، وتنظيف عقلك من تلك الخيالات المكتسبة بإدمان التفكير - الواعي وغير الواعي - في لحظات التحرش

والاعتداء الجنسي الذي تعرضت له. ويجب أن تقتنع أنك تستطيع تغيير هذه الميول أو على الأقل السيطرة عليها إلى درجة أنها لا تسيطر عليك. وهناك حالات كثيرة استطاعت التغلب على هذه المشاعر بفضل الله ثم بالمجاهدة والوسائل الصحيحة.

إنَّ بعض المراهقين والأطفال الذين أصبحوا يعانون من الشذوذ الجنسي أو اكتساب خيالات جنسيَّة مثليَّة، كانوا ضحايا لتحرش واعتداء واغتصاب جنسي، ولم يجدوا من يقف معهم لسريَّة الحدث. وكما لم يكونوا يملكون في طفولتهم المعرفة والقوة التي يدفعون بها المجرم المعتدي عليهم، أصبحوا في مراهقتهم وشبابهم أيضًا يفتقدون للمعرفة الضروريَّة بحماية أنفسهم من الخيالات الجنسيَّة المكتسبة التي قد تأتي في بعض الحالات بعد ذلك الاعتداء، ويتوهمون أنَّها اعتقادات حقيقيَّة وقهريَّة غيَّرت في تكويناتهم النفسيَّة، وهذه تصورات واعتقادات زائفة وغير حقيقيَّة، بل هي خيالات جنسيَّة مكتسبة بالوهم والتكرار والخضوع.

وغالبًا ما ينشأ هذا الانحراف في محيط الأسرة نفسها أو المدرسة أو الحي أو الأقرباء، من دون وعي الأم الساذجة بالمخاطر التي يتعرض لها الطفل ممن هو أكبر منه سنًا، ولا تلاحظ الأم لغفلتها ولا الأب لإهماله مسؤولياته ما تعرض له طفلها من عمليات تحرشي جنسي قهري من أقران الطفل أو ممن هم أكبر منه سنًا، في العائلة أو المدرسة، ولا ينتبهون لمشاعره ولا لشكله ولا لما طرأ عليه من عزلة وحزن واكتئاب.

يقول عالم النفس الدكتور جوزيف نيكولوسي والدكتورة ليندا إمزنيكولوسي: "نحن نتعلم أنَّ قضايا الشذوذ الحقيقيَّة تبدأ في مراحل مبكرة من الطفولة عند أغلب الناس". وقد شرحا أنَّ من أسباب اكتساب الخيالات الجنسيَّة أو الوقوع في الشذوذ: الاعتداء الجنسي، التحرش، عدم الارتباط الجيد مع الأب أو الأم، الهجران، الاغتراب، العزلة. أو الاهتمام الغريب بنشاطات ولباس الجنس الآخر وتقمصه، كما تقول الدكتورة سيجال. وجميع هؤلاء المختصين يحذرون من السماح لمثل هذا التصورات والخيالات الجنسيَّة الشاذة بالسيطرة على عقل المراهق، لأنَّها تجعل الذكور يميلون لإنكار ذكوريتهم، ويميلون للتصرفات الأنثوية منكرين ومنفصلين عن هويتهم الحقيقيَّة!

ويؤكد عالم النفس الدكتور جوزيف نيكولوسي والدكتورة ليندا إمزنيكولوسي: أنّ المزاعم المتداولة التي تقول "إن الأضخاص الشاذين ولدوا هكذا"، ليست سوى خرافة، و"بدأت هذه الخرافة في الانتشار عندما تورطت وسائل الإعلام في ترديد مقتطفات مجتزأة من بعض الأبحاث العلمية، ومع الأسف بدأ ملايين الناس حول العالم منذ تلك اللحظة ينظرون للشذوذ الجنسي على أنه طبيعة بشرية أو جزء فطري!".

سادساً، خطوات عملية للتغيير.

(١) يجب أن تعلم جيداً أنّ المعركة الحقيقية في التغيير هنا هي معركة أفكار بالدرجة الأولى، فأنت لست أمام مرض عضوي ولا طرف مبتور حسياً، بل أمام خيالات وميولات جنسية تفضيلية كانت نتيجة إدمان سلبي على أفكار مرّت بك إثر التحرش أو بسبب الإدمان منذ الطفولة والمراهقة على الأفلام الإباحية الجنسية. فصراعك الحقيقي هو صراع أفكار في عقلك، وهي أشبه بالهوس والرغبات الجامحة الزائدة في قوتها، وتحتاج منك إلى معرفة طبيعتها وأنّها في حقيقتها ليست سوى أوهاماً فرضت نفسها عليك لأنك أنت من سمحت لها بالبداية، مثلها مثل كثير من المشاعر التي لا تستند إلى حقائق حسية، كالمخاوف المبالغ فيها (رهاب) نحو الحشرات والأماكن المرتفعة، أو الميول والتفضيل الجنسي نحو جثث الموتى أو الحيوانات بل والحشرات، وهي حالات مسجلة في تقارير نفسية كثيرة في الغرب.

(٢) التعلق بالله والإكثار من الطاعات: حاول أن تقوي علاقتك بالله من خلال الصلاة، والدعاء، وقراءة القرآن، وتضرع إلى الله بصدق أن يشرح صدرك ويزيل عنك هذه المشاعر، وأكثر من قول: (اللهم اهدِ قلبي، واصرف عني السوء والفحشاء). وتذكر أنّ الله يصرف الفحشاء عمن يجبه، (كَذَلِكَ لِنَصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ ۗ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ).

(٣) أهمية العلاج النفسي والسلوكي: فليس كل شخص وحده يستطيع أن يسيطر على أوهامه المختلفة في عقله، ومنها الخيالات الجنسية الشاذة، بل يحتاج إلى من يساعده ويختصر عليه الطريق، ويرشده إلى الطريق الصحيح والسليم. فربما يكون من المفيد استشارة مختص نفسي

مسلم لديه فهم لهذه القضايا، ليساعدك على تحليل جذور المشكلة ووضع خطة للخروج منها، وهناك هناك برامج علاجية تعتمد على تقنيات سلوكية ومعرفية لتغيير أنماط التفكير والتحكم في المشاعر. فهناك عيادات وجمعيات معنية بعلاج الإدمان على المواد الإباحية والشذوذ والخيالات الجنسية المنحرفة.

(٤) **تقوية الرجولة والفترة السليمة:** فمن المهم أن تبني هويتك الذكورية، من خلال شكلك وحديثك ومظهرك، والارتباط بالرجال المحترمين المستقيمين، والتفاعل مع بيئات رجولية سوية، والأهم، عدم الاستسلام للأفكار السلبية عن نفسك وعدم الاسترسال مع الخيالات الجنسية الشاذة، فهي مثل الاسترسال مع سائر المحرمات تمثل التهيئة والإعداد لفعالها، بل كن قوياً وثق بالله ثم اعلم أنك بمشيئة الله قادر على التغيير.

(٤) **الحذر، الحذر من الاستجابة بالفعل لتلك الخيالات:** أنت والله الحمد مؤمن ولم تقارف هذه الكبيرة العظيمة، وهذه نعمة من الله، ولهذا لا بد أن تحافظ على هذه النعمة العظيمة وهو سلامتك وسلامة صحيفتك من هذه الجريمة الكبرى عند الله تعالى، واتجه نحو تقليص تلك الأفكار السلبية الشاذة، بالانصراف إلى ضدها، فكل فكرة خاطئة لا بُدَّ أن تُزاحم بنقيضها في العقل حتى تطردها.

(٥) **التفكير في المرأة والزواج:** من المهم أن تكون رجلاً كي تحصل على المرأة، وتخيل لا قدر الله أن تتزوج أختك بشخص شاذ أو تسيطر عليه الخيالات الجنسية الشاذة، وتخيل أن زوجتك التي تحبك تصدم بمثل ذلك، والله العظيم أن كل هذه الخيالات الجنسية الشاذة كلها أوهام في عقل الشخص وليست شيئاً عضوياً قهرياً، بل هي في نطاق إرادته بمشيئة الله. فلا تيأس من الزواج، ولا تستعجل قبل أن تشعر أنك قادر عليه، فكثيرون استطاعوا الزواج رغم مرورهم بتجارب مشابهة، لأن هذه الميول المستندة إلى الخيالات الجنسية الشاذة يمكن أن تتغير تدريجياً مع الوقت والتوجيه الصحيح بمشيئة الله.

(٦) الحذر من إغراء الشيطان ومكره ووساوسه: فقط والله مجرد التفكير العاقل في الشذوذ الجنسي بصوره المختلفة تجعل النفس تعافه وتلفظه، بل وتشعر بالتقيؤ منه. وتَفَكَّر -حفظك الله- ملياً في مكر الشيطان وإغرائه كيف جعل بعض الناس يميل جنسياً ويشتهي مضاجعة جثث الموتى وتعرف باسم: **النيكروفيليا Necrophilia**، أو الحيوانات (Zoophilia)، أو الحشرات، أو الجمادات، وهي كلها حالات موثقة لمآلات الاسترسال للخيالات الجنسية الشاذة، بل هناك من له ميول جنسية إلى **البراز-أكرمكم الله- ويعرف باسم: كوبروفيليا Coprophilia**. ولو سردت عليك أشكال الشذوذ الجنسي التي تسببت بها الخيالات الجنسية الجاحمة ربما شاب رأسك، ولعلك تراجع ما كتبه الباحث أنيل أغروال Anil Aggrawal من قائمة الغرائب الجنسية في كتابه الذي صدر في عام ٢٠٠٩م، نسأل الله العافية والسلامة.

ثم تأمل في الشذوذ الجنسي والميل إلى الذكور -وهو لا يختلف عن تلك الشذوذات السابقة أكرمكم الله- كيف يكون في أخس وأنجس المواضع وأضرها على صحته، صحة الفاعل والمفعول به، وإنَّ العاقل مجرد ما يتصور ذلك بفطرته السليمة يعاف الأكل ويتقرز من ذلك غاية التقزز، ويشعر بالقرف. والشذوذ إتيان شهوة في محل لا تشتهيهِ الطباع السوية، بل إنَّ الله تعالى ركبها على النفرة منه، فهي ممارسة عكست فطرة الله التي فطر الله عليها الرجال. ثم تفكَّر في المقابل، في جمال وطهارة المرأة وكيف أنَّ الله خلقها للرجل وخلق الرجل لها في إبداع عظيم، لتدرك أنَّ قبح الشذوذ لا يخفى أبداً على صاحب الإيمان والفطرة السوية، من أمثالك.

(٧) **تنقيف النفس ثقافة صحيّة**: وهذا واجب شرعي وعقلي وصحي، أن تقرأ في الإرشادات الموثوق بها، وهي كثيرة، ومنها مثلاً: كتاب (دليل الآباء لوقاية الأبناء من الشذوذ الجنسي)، وكتاب (الشذوذ الجنسي: الوقاية والعلاج)، لآمال فلمبان، نادية حجازي.

(٨) **البعد عن المحفزات والمذكرات**: من المقاطع والأفلام والروايات، أو أصحاب السوء، أو إدمان النظر والتفكير في المحرمات أو أي شيء يمكن أن يحفز تلك الخيالات الجنسية الشاذة.

(٩) لا تستسلم لليأس: فإنَّ أشد ما يقذف به الشيطان في قلبك هو اليأس، لكن الله أرحم بك من نفسك، وأعلم بما تعانيه، وهو لا يضيع عبداً لجأ إليه بصدق. قال تعالى: (إنه لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون). فلا تفكر بأنَّ حالتك ميؤوس منها، بل جاهد وابذل الأسباب، وسيفتح الله لك باب الفرج قريباً بإذن الله. والله العظيم إنَّ هناك من هم مثلك، بل بعضهم وللأسف وقع في تلك الجريمة، لكنه تاب وأقنع، وصلاح حاله واستقام أمره، ثم بعد فترة كان يستنكر على نفسه كيف خضع لمثل هذا الأمر ورضي به على نفسه، وبعضهم تعب نفسياً كثيراً بعد أن صلح حاله كيف مكَّن لشهواته وميولاته وخيالاته الجنشيَّة الشاذة أن تسيطر عليه وتدمر رجولته وصورته كرجل أمام زوجته وأولاده، لكن المهم أن يتوب الإنسان ويقنع، وما مضى يغفره الله له ويتوب عليه.

أخيراً، تذكر أنك أنت في جهاد عظيم مع هذه الفتنة والبلاء، ومن صبر نال الأجر والثبات. واعلم أن هذه الحياة ليست دار راحة، ولكن كل تعب تبذله في سبيل الله ستجده في ميزان حسناتك، وراحة قلبك ستأتي ولو بعد حين. فامضِ في طريق الإصلاح، ولا تلتفت إلى الماضي، وتذكر أن الله معك ولن يضيعك أبداً، وأن البشر كلهم في ابتلاءات مختلفة ومتنوعة، في دينهم أو دنياهم، في صحتهم أو صحة أولادهم، الحياة ابتلاء وصبر، والعاقبة للمتقين.

وتذكر دوماً قوله تعالى: (وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ). هذا وعد من الله سبحانه، (وَعَدَ اللَّهُ لَا يُخْلِفُ اللَّهُ وَعْدَهُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ).