

329 - حکم استمنا و چگونگی درمان آن

سوال

پرسشی دارم که از طرحش خجالت می کشم اما خواهی هست که به تازگی اسلام آورده و پاسخی برای این پرسش می خواهد و من پاسخی بر اساس قرآن و سنت ندارم که به ایشان بدهم. امیدوارم ما را کمک کنید. از خداوند می خواهم اگر پرسش من شایسته نیست مرا ببخشید اما برای ما به عنوان مسلمان لازم است که از طلب علم خجالت نکشیم. سؤال ایشان این است: آیا استمنا (خودارضایی) در اسلام جایز است؟

پاسخ مفصل

استمنا بنابر ادله ای از قرآن و سنت حرام است.

نخست: قرآن کریم. ابن کثیر. رحمه الله. می گوید: امام شافعی و کسانی که با او موافقند با این آیه بر تحریم خودارضایی با دست استدلال کرده اند:

﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِمُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ (۵) إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (۶) فَمَنِ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ﴾ [مؤمنون: ۴، ۶]

(و کسانی که پاکدامنند (۵) مگر در مورد همسرانشان یا کنیزانی که به دست آورده اند که در این صورت بر آنان نکوهشی نیست (۶) پس هر که فراتر از این جوید آنان از حد درگذرندگانند).

بنابراین به کار بردن آلت تناسلی جایز نیست مگر با همسر یا ملک یمین و استمنا جایز نیست، والله اعلم. (کتاب الأم شافعی).

برخی از علما نیز به این سخن الله متعال استدلال کرده اند که:

﴿وَلَيْسَتَغْفِرُ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾ [نور: ۳۳]

(و کسانی که [وسیله] زناشویی نمی یابند، باید عفت ورزند تا آن که الله آنان را از فضل خویش بی نیاز گرداند).

ثانیا: سنت نبوی:

علما به حدیث عبدالله بن مسعود. رضی الله عنه. استدلال کرده اند که گفت: ما همراه با پیامبر. صلی الله علیه وسلم. بودیم و جوان بودیم و چیزی نداشتیم، پس پیامبر. صلی الله علیه وسلم. خطاب به ما فرمود: «ای گروه

جوانان، هر یک از شما توانایی اش را داشت ازدواج کند زیرا این برای فرو هشتن چشمان و حفظ شرمگاه بهتر است و آن که نمی تواند روزه گیرد زیرا آن باعث در امان ماندن او [از افتادن در فحشا] است». به روایت بخاری (۵۰۶۶ . فتح الباری).

شارع این جا در صورت ناتوانی از ازدواج به روزه راهنمایی کرده در حالی که روزه کار دشواری است و به استمنا . با وجود داشتن انگیزه . راهنمایی نکرده حال آن که آسان تر از روزه است .

در این باره ادله دیگری هم هست که به همین اندازه اکتفا می کنیم . والله اعلم .

اما درمان کسی که دچار این مشکل شده است . این جا توصیه ها و گام هایی را برای رهایی از آن مطرح می کنیم :

۱- باید انگیزه فرد از رهایی ، اجرای امر خداوند و دوری از خشم او باشد .

۲- دفع ریشه ای مشکل از طریق ازدواج و اجرای توصیه رسول الله . صلی الله علیه وسلم . به جوانان .

۳- دفع وسوسه ها و مشغول ساختن نفس و فکر با آن چه به سود دنیا و آخرت است زیرا ادامه دادن و عمیق شدن در این گونه فکرها به عمل منجر می شود و ادامه این عمل باعث عادت می شود و سپس ترک آن دشوار خواهد شد .

۴- چشم فرو هشتن ، زیرا نگاه به اشخاص و عکس های فتنه انگیز چه این عکس واقعی باشد یا نقاشی ، و رها کردن نگاه انسان را به سوی حرام می کشاند ، از همین روی الله متعال می فرماید :

﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ﴾ [نور: ۳۰]

(به مردان مؤمن بگو دیده فرو نهند).

و رسول الله . صلی الله علیه وسلم . می فرماید : «یک نگاه را با نگاه دیگر دنبال نکن» (به روایت ترمذی : ۲۷۷۷) . آلبانی در صحیح الجامع (۷۹۵۳) حسن دانسته است . بنابراین اگر نگاه اول (یعنی نگاه ناگهانی غیر عمد) گناهی ندارد ، نگاه دوم حرام است و همین طور انسان باید از اماکنی که عوامل تحریک کننده در آن وجود دارد دوری گزیند .

۵- مشغول شدن به عبادت های گوناگون و باقی نگذاشتن وقت خالی برای گناه .

۶- عبرت گرفتن از زیان هایی که این عادت برای سلامتی فرد به بار می آورد مانند ضعیف شدن چشمان و اعصاب و آلت تناسلی و دردهای کمر و دیگر عواملی که پزشکان بیان کرده اند و همین طور زیان های روانی مانند نگرانی و

عذاب وجدان و بدتر از همه از دست رفتن نمازها به سبب نیاز به غسل یا سخت بودن آن به ویژه در زمستان و همین طور باطل شدن روزه به سبب استمنا.

۷. رد باورهای غلط، زیرا برخی از جوانان گمان می کنند این کار به بهانه حفظ خود از زنا و لواط جایز است، در صورتی که چه بسا از انجام این کار دور باشد و امکانش برای او مهیا نباشد.

۸. مسلح شدن به نیروی اراده و تسلیم نشدن در برابر شیطان و دوری از تنهایی مانند تنها خوابیدن زیرا پیامبر - صلی الله علیه وسلم - از تنها گذراندن شب نهی کرده است. به روایت امام احمد (صحیح الجامع: ۶۹۱۹).

۹. بهره بردن از داروی فعال نبوی یعنی روزه، زیرا روزه تیزی شهوت را کند می کند و عامل تهذیب غریزه است و دوری از کارهای عجیب مانند قسم خوردن یا نذر برای باز نگشتن به این کار، زیرا اگر دوباره انجامش دهد قسم را زیر پا گذاشته و همین طور استفاده نکردن از داروهای مسکن شهوت زیرا این داروها خالی از زیانهای بدنی و روانی نیست و همچنین احادیثی وارد شده که استفاده از داروهایی که شهوت را به کلی از کار می اندازد نهی شده است.

۱۰. پای بندی به آداب شرعی به هنگام خواب مانند خواندن اذکار وارد شده برای خواب و خوابیدن بر پهلو راست و دوری از خوابیدن بر شکم زیرا پیامبر - صلی الله علیه وسلم - از این خوابیدن نهی کرده است.

۱۱. مزین شدن به صبر و عفت، زیرا واجب آن است که بر حرام صبر کنیم حتی اگر نفس ما به آن گرایش دارد و بدانیم که عادت دادن نفس بر عفت در پایان ما را عقیف خواهد ساخت و این به اخلاق همیشگی ما تبدیل خواهد شد چرا که پیامبر - صلی الله علیه وسلم - می فرماید: **«هر که عفت پیشه سازد خداوند او را عقیف خواهد ساخت و هر که بی نیازی جوید الله او را بی نیاز خواهد ساخت و آن که صبر پیشه سازد الله او را صبور خواهد ساخت و کسی موهبتی بهتر و وسیع تر از صبر به دست نیاورده است»** به روایت بخاری (فتح الباری: ۱۴۶۹).

۱۲. و اگر انسان در این گناه واقع شد باید فوراً توبه کند و آمرزش بخواند و اعمال نیک انجام دهد و نومید نشود زیرا نومیدي از گناهان کبیره است.

۱۳. در پایان شکی در این نیست که پناه بردن به الله و تضرع و دعا به درگاه او و درخواست یاری از پروردگار از بزرگترین داروهای این درد است، زیرا او سبحانه و تعالی دعای دعا کننده را اجابت می کند.
والله اعلم.