

الخطوة السابعة: الشفافية الكاملة

هذه هي المقالة السابعة و الأخيرة من سلسلة مقالات الخطوات السبعة للشفاء من إدمان الإباحية.

يكمل أليكس وهو معالج غربي لهذا النوع من الإدمان ومتعافي سابق: حتى مع كل هذه المعرفة الجديدة المكتسبة، كنت ما زلت أجد نفسي أميل أحياناً للرجوع إلى نفس العادات والإدمان. كنت أحياناً أخدع نفسي وأقول أن استشارتي من شيء رأيته كان حادثاً عابراً وليس مشكلة.

هذا الخط من التفكير كان يحدث على مستوى اللاوعي، وكنت قادراً على التعرف عليه و إحضاره إلى السطح من خلال كتابة يومياتي.

ساعدتني هذه المعرفة لاتخاذ الخطوة النهائية التي كنت أعرف أنني بحاجة إليها منذ وقت طويل و هي استخدام برامج المراقبة على الحاسب الآلي وفترة اشتراكات الإنترنت (مع موفر خدمة الإنترنت المحلي- في خدمة تسمى الإنترنت الآمن أو الخاص بالعائلات).

علّمت من يدعمني كيفية التحقق من سجل الويب الخاص على جهاز الكمبيوتر الخاص بي، لمساعدتي على أن أبقى صادقاً أمام من التزمت أمامه.

كما استخدمت برنامج على الجهاز لمنع الوصول إلى أية مواقع سيئة، و أود أن أوصي المبتدئين في العلاج بوضع مثل تلك البرامج لحين إتمام شفائهم.

لقد ساعدني كثيراً أن أتمتع بالشفافية الكاملة مع نفسي، و كانت هذه هي الانفراجة السابعة و الأخيرة. إنه من المهم بالنسبة لنا أن نتذكر أن مقدار الوقت الذي يمكننا البقاء فيه متعافين هو مجرد رقم ، فإن علينا نعمل و لا نكف عن العمل حتى نحافظ على هذا الشفاء التام.

==

في هذه المقالة توصل أليكس إلى الخطوة الأخيرة التي ستساعده على أن يبقى بعيداً عن الإباحية و هو أن يجعل عليه رقيباً من معارفه أو أجهزته، فاتخذ برنامجاً لحجب المواقع السيئة، ثم علم من قبل أن بإمكانه تخطي رقابة تلك البرامج فاتخذ أحد المعارف رقيباً عليه. و لم يذكر أبداً أليكس رقابة الله عليه فهو ليس بمسلم و لا أدري ما هو دينه و أسأل

الله أن يهديه لدين التوحيد الإسلام، فلو علم أن الله عليه رقيباً لاتخذ رقيباً و هو المقدم على كل هذه الوسائل المساعدة.

لكن ليس هناك ما يمنع أبداً من اتخاذ برامج لحجب المواقع السيئة و وضع كلمة سر طويلة يصعب تذكرها حتى لا يسهل عليك إلقاء الحجب بسهولة بنفسك، و أن تتخذ أيضاً من يراقبك و تتخير شخصاً أميناً . قد تنتقي أيضاً شخصاً يكون عنده نفس المشكلة وتحول معرفتك به في معصية الله إلى معرفة في طاعة الله، بحيث يساعد كل منكما الآخر، ثم حينما يقوى الإيمان بترك المعاصي ستجد نفسك تلقائياً تشعر بمراقبة الله لك فتصل لمقام الإحسان و هو أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فهو يراك. و سأقص عليكم قصة رائعة.

قيل أنه كان هناك رجل اسمه نوح ابن مريم كان ذي نعمة ومال و ثراء وجاه، وفوق ذلك صاحب دين وخلق، وكان له ابنة غاية في الجمال، ذات منصب وجمال. وفوق ذلك صاحبة دين وخلق.

وكان معه غلام اسمه مبارك، لا يملك من الدنيا قليلاً ولا كثيراً ولكنه يملك الدين والخلق، ومن ملكهما فقد ملك كل شيء.

أرسله سيده إلى بساتين له، وقال له اذهب إلى تلك البساتين واحفظ ثمرها وكن على خدمتها إلى أن أتيك. مضى الرجل وبقي في البساتين لمدة شهرين.

وجاءه سيده، جاء ليستجم في بساتينه، ليستريح في تلك البساتين. جلس تحت شجرة وقال يا مبارك، آتني بقطف من عنب.

جاءه بقطف فإذا هو حامض.

فقال آتني بقطف آخر إن هذا حامض.

فأتاه بآخر فإذا هو حامض.

قال آتني بآخر، فجاءه بالثالث فإذا هو حامض.

كاد أن يستولي عليه الغضب، وقال يا مبارك أطلب منك قطف عنب قد نضج، وتأتني بقطف لم ينضج. ألا تعرف حلوه من حامضه ؟

قال :والله ما أرسلتني لأكله وإنما أرسلتني لأحفظه وأقوم على خدمته. والذي لا إله إلا هو ما ذقت منه عنة واحدة. والذي لا إله إلا هو ما رقيبتك، ولا رقيبت أحداً من الكائنات، ولكني راقبت الذي لا يخفى عليه شيء في الأرض ولا في السماء.

أعجب به، وأعجب بورعه وقال الآن أستشيرك، والمؤمنون نصحة، والمنافقون غششه، والمستشار مؤتمن. وقد تقدم لابنتي فلان وفلان من أصحاب الثراء والمال والجاه، فمن ترى أن أزوج هذه البنت؟

فقال مبارك: لقد كان أهل الجاهلية يزوجون للأصل والحسب والنسب. واليهود يزوجون للمال. والنصارى للجمال. وعلى عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم، يزوجون للدين والخلق. وعلى عهدنا هذا للمال والجاه. والمرء مع من أحب، ومن تشبه بقوم فهو منهم. أي نصيحة وأي مشورة؟

نظر وقدر وفكر وتملى فما وجد خيراً من مبارك، قال أنت حر لوجه الله (أعتقه أولاً). ثم قال لقد قلبت النظر فرأيت أنك خير من يتزوج بهذه البنت.

قال أعرض عليها. فذهب وعرض على البنت وقال لها: إني قلبت ونظرت وحصل كذا وكذا، ورأيت أن تتزوجي بمبارك.

قالت أترضاه لي؟

قال نعم.

قالت : فإنني أراضاه لمراقبة للذي لا يخفى عليه شيء في الأرض ولا في السماء.

فكان الزواج المبارك من مبارك.

فما الثمرة وما النتيجة؟

حملت هذه المرأة وولدت طفلاً أسماه عبد الله، لعل الكل يعرف هذا الرجل.

إنه عبد الله ابن المبارك المحدث الزاهد العابد الذي ما من إنسان قلب صفحة من كتب التاريخ إلا ووجده حياً بسيرته وذكره الطيب.

إن ذلك ثمرة مراقبة الله عز وجل في كل شيء.

أما والله لو راقبنا الله حق المراقبة لصلح الحال، واستقامت الأمور.