الكاتب: دعوة للجميع

الإدمان الجنسي من أقوى أنواع الإدمان المعروفة التي تستحوذ على الناس. 90% من المدمنين هم رجالا.
الاتصال الجنسي هو عطية من الله أعطيت للزواج. أي علاقة جنسية التي لا تكون عن محبة, نهايتها الزواج غير مثمرة أو جيدة. داخل حدود الحب والزواج, الاتصال الجنسي عمل جميل قدسه الله.

وصية الله الأولى للإنسان كانت " «أَثْمِرُوا وَتَكَاثَرُوا وَامْلأُوا الأَرْضَ وَأَخْضِعُوهَا." (تكوين 1: 28) (جملة محذوفة) رأى الله خليقته "جيدة جدا"

يقول الكتاب المقدس بوضوح بأن بعض أنواع الممارسات الجنسية بغيضة جدا عند الله. لاويين 18 يركز على العلاقات الجنسية غير الشرعية.

الرسالة الأولى إلى أهل كورنثوس 6: 13- 20 تقول. " غَيْرَ أَنَّ الْجَسَدَ لَيْسَ لِلزِّنَى، بَلْ لِلرَّبِّ؛ وَالرَّبُّ لِلْجَسَدِ.

وَاللهُ قَدْ أَقَامَ الرَّبَّ مِنَ الْمَوْتِ، وَسَيُقِيمُنَا نَحْنُ أَيْضاً بِقُدْرَتِهِ! أَمَا تَعْلَمُونَ أَنَّ أَجْسَادَكُمْ هِيَ أَعْضَاءُ الْمَسِيحِ؟ فَهَلْ يَجُوزُ أَنْ آخُذَ أَعْضَاءَ الْمَسِيحِ وَأَجْعَلُهَا أَعْضَاءَ زَانِيَةٍ؟ حَاشَا! أَوَمَا تَعْلَمُونَ أَنَّ مَنِ اقْتَرَنَ بِزَانِيَةٍ صَارَ مَعَهَا جَسَداً وَاحِداً؟ فَإِنَّهُ يَقُولُ: «إِنَّ الاثْنَيْنِ يَصِيرَانِ جَسَداً وَاحِداً. وَأَمَّا مَنِ اقْتَرَنَ بِالرَّبِّ، فَقَدْ صَارَ مَعَهُ رُوحاً وَاحِداً! اهْرُبُوا مِنَ الزِّنَا! فَكُلُّ خَطِيئَةٍ يَرْتَكِبُهَا الإِنْسَانُ هِيَ خَارِجَةٌ عَنْ جَسَدِهِ، وَأَمَّا مَنْ يَرْتَكِبُ الزِّنَا، فَهُوَ يُسِيءُ إِلَى جَسَدِهِ الْخَاصِّ. أَمَا تَعْلَمُونَ أَنَّ جَسَدَكُمْ هُوَ هَيْكَلٌ لِلرُّوحِ الْقُدُسِ السَّاكِنِ فِيكُمْ وَالَّذِي هُوَ لَكُمْ مِنَ اللهِ، وَأَنَّكُمْ أَنْتُمْ لَسْتُمْ مِلْكاً لأَنْفُسِكُمْ؟ لأَنَّكُمْ قَدِ اشْتُرِيتُمْ بِفِدْيَةٍ. إِذَنْ، مَجِّدُوا اللهَ فِي أَجْسَادِكُمْ."

الرسالة إلى أهل أفسس5: 3 تقول. "أَمَّا الزِّنَى، وَكُلُّ نَجَاسَةٍ أَوْ طَمَعٍ، فَلاَ يُذْكَرْ بَيْنَكُمْ حَتَّى اسْمُهَا، كَمَا يَلِيقُ بِالْقِدِّيسِينَ.

الرسالة الأولى إلى أهل تسالونيكي 4: 3-6 " 3 فَإِنَّ مَشِيئَةَ اللهِ هِيَ هَذِهِ: قَدَاسَتُكُمْ. وَذَلِكَ بِأَنْ تَمْتَنِعُوا عَنِ الزِّنَى،4 وَأَنْ يَعْرِفَ كُلٌّ وَاحِدٍ مِنْكُمْ كَيْفَ يَحْفَظُ جَسَدَهُ فِي الطَّهَارَةِ وَالْكَرَامَةِ5 غَيْرَ مُنْسَاقٍ لِلشَّهْوَةِ الْجَامِحَةِ كَالْوَثَنِيِّينَ الَّذِينَ لاَ يَعْرِفُونَ اللهَ ،6 وَأَلاَّ يَتَعَدَّى حُقُوقَ أَخِيهِ وَيُسِيءَ إِلَيْهِ فِي هَذَا الأَمْرِ، لأَنَّ الرَّبَّ هُوَ الْمُنْتَقِمُ لِجَمِيعِ هَذِهِ الإِسَاءَاتِ، كَمَا أَنْذَرْنَاكُمْ قَبْلاً وَشَهِدْنَا لَكُمْ بِحَقٍّ"

الإدمان الجنسي عمل مدمر جدا. العمل الجنسي ممكن أن يتحول إلى إدمان عندما لا نستطيع إدارته. مع مرور الوقت يصبح مدمر, وشدة العمل الجنسي تزداد. طبيعة عدم الشبع في الإدمان الجنسي تدل على أن المدمن لا يحاول البحث على الإشباع الجنسي , ولكنه يحاول أن يجد مهربا.

يتضمن الإدمان الجنسي على العادة السرية, الصور الإباحية, الاتصال الجنسي, اللواط, ودرجات مختلفة من الانحراف الجنسي. في الحقيقة يمكن لإنسان أن يكون مدمن جنسيا ولما يمارس الجنس خارج حدود الزواج. وقد يؤدي هذا إلى الإدمان خارج حدود الزواج.

خطوتك الأولى هي أنك تعترف بأن عندك مشكلة. نشجعك بأن تبحث بالوصلات التي زودناك بها, وبعد ذلك إرجع إلى هذه الصفحة

الإدمان على الجنس

كيف يمكنني التخلص من الرغبات الجنسية التي تحولت إلى نوع من الإدمان؟
قبل كل شيء انه يجب ان لا تنظر إلى الرغبة الجنسية على انها لعنة شيطانية، بل ان الله له المجد وضع هذه الرغبة في البشر، ذكورا واناثا ، ليتمتع بها الإنسان ضمن اطارها الصحيح، اي الزواج المقدس.
ان جموح الجسد جنسيا، ولا سيما عند الشباب، مردّه الى اسباب بيولوجية، اضافة الى اسباب نفسية واجتماعية كالشعور بالوحدة والفراغ او الفشل او انكسار النفس او عدم تقدير المحيطين واحترامهم ومحبتهم للشخص المعين، وغيرها الكثير، يضاف اليها عدم تلقي تربية جنسية سليمة ، خاصة في المجتمعات الشرقية. الا ان كلمة الله قدمت علاجا ناجعا للشفاء من هذه المشكلة. وهذا العلاج يمكن تلخيصه في كلمتين " سياسة الهرب ".
ان اخطر واشر عدو للإنسان، كائنا من كان، هو جسده نفسه، وليس الشيطان كما يظن الكثيرون. فالكتاب المقدس عندما تحدث عن الشيطان المغلوب في صليب المسيح، دعا المؤمنين الى عدم الخوف منه بل مقاومته لكي يهرب " قاوموا ابليس فيهرب منكم " يعقوب 4 : 7 " اصحوا واسهروا لان ابليس خصمكم كأسد زائر يجول ملتمسا من يبتلعه هو، فقاوموه راسخين في الايمان "1 بط 5 : 8 و 9 . اما عند الحديث عن الجسد وشهواته، فالكتاب المقدس دعا المؤمنين لكي يهربوا هم، لا ان يقاوموا، كقول الرسول بولس لتيموثاوس " اما الشهوات الشبابية فاهرب منها " 2 تي 2 : 22 وقوله لاهل كورنثوس " اهربوا من الزنى "1 كو 6 : 18. فأي مشكلة مع الشيطان يمكن الانتصار عليها وعليه من خلال مقاومته باسم الرب يسوع المسيح وقوة روحه القدوس. اما مشاكل الجسد وشهواته فمن العبث ان نقاومها ونقاومه لاننا سنخسر حربنا معه بالتأكيد. وما علينا عند مهاجمة الجسد لنا الا بالهرب لكي نحقق الانتصار .
اما كيف يتم الهرب من الجسد عندما يجمح في شهوته ، فاليك بعض النصائح:

اولا: يقول الرسول بولس الى اهل رومية " البسوا الرب يسوع المسيح ولا تصنعوا تدبيرا للجسد لاجل الشهوات " رو 13 : 14. هذه النصيحة مزدوجة وذات وجهين، ايجابي وسلبي.
الوجه الايجابي هو ان تتأكد انك قد قبلت الرب يسوع المسيح مخلصا شخصيا لك، " فلبسته " اي اصبحت صفات المسيح هي ما يظهر فيك كمؤمن، لانه عندذاك يسكب الله روحه القدوس في قلبك فيعينك تماما على الانتصار على ميول الجسد وشهواته ان كنت تسمح له بأن يسيطر على كيانك ويقودك في سبل البر والقداسة ، لان الكتاب يقول " انما اقول اسلكوا بالروح فلا تكملوا شهوة الجسد... واعمال الجسد ظاهرة التي هي زنى عهارة نجاسة دعارة... واما ثمر الروح فهو محبة فرح سلام طول اناة لطف صلاح ايمان وداعة تعفف... لكن الذين هم للمسيح قد صلبوا الجسد مع الاهواء والشهوات " غل 5 : 16-24. فعندما يهاجمك الجسد بشهواته اهرب الى المسيح بالصلاة ، طالبا منه النصرة لمجد اسمه المبارك ، فسيتدخل بروحه ليمنحك القوة اللازمة لعبور الازمة بسلام.
اما الوجه السلبي فهو ان لا تصنع تدبيرا للجسد لاجل الشهوات . اي لا تخطط لعمل ما قد يثير فيك شهوات الجسد ، كمشاهدة الافلام او المجلات الرديئة. بل ليكن لديك القرار الثابت بالابتعاد والهرب من هذه جميعها في الوقت المناسب.

ثانيا: درّب نفسك على القيام بأعمال مفيدة في المنزل او خارجه، او ممارسة تمارين رياضية وهوايات معينة كالمشي والركض او القراءة، او الاشتراك في نشاطات جماعية. فالانطواء على النفس والانزواء يشكلان فرصة مهمة للجسد لكي يتحرك بشهواته. كما انه من خلال الوحدة والشعور بالملل تنطلق الافكار بلا قيود للمضي بعيدا في التصورات والتخيلات الجنسية، ما يؤدي الى تفاقم المشكلة يوما بعد يوم.

ثالثا : الثقة بالنفس هي عامل مهم جدا للانتصار على شهوات الجسد. فانت شخص مخلوق على صورة الله ومثاله. وهذا يعني ان لله هدفا من حياتك هو ان يتمجد فيك. لذلك لا بد من تغيير طريقة تفكيرك في ذاتك، واجراء اعادة تقييم لنفسك في ضوء هذه الحقيقة، دون النظر الى تقييم الناس لك . فالكتاب يقول " فأطلب اليكم ايها الاخوة برأفة الله ان تقدموا اجسادكم ذبيحة حية مقدسة مرضية عند الله عبادتكم العقلية. ولا تشاكلوا هذا الدهر، بل تغيروا عن شكلكم بتجديد اذهانكم، لتختبروا ما هي ارادة الله الصالحة المرضية الكاملة "رو 12 : 1 و 2. فتجديد الذهن هو المفتاح لاختبار وعمل ما يرضي الله، ولتقديم الجسد كذبيحة حية مقدسة مرضية عند الله، فلا يعود مجرد آلة لانتاج الشهوات الرديئة . اما عن تجديد الذهن، فذلك يتم من خلال اشغال العقل بكلمة الله لكي تحل محل الافكار الباطلة والرديئة. وبما ان الانسان يتحرك ويتصرف تبعا لاوامر العقل، فكم هو مهم اذا ان يكون العقل مشحونا بالافكار المقدسة التي تؤدي بالانسان الى احترام جسده والتعامل معه كقيمة سامية الهدف. وعلى العكس من ذلك، فالافكار الرديئة والمظلمة في ذهن الانسان تؤدي به الى السلوك في النجاسة كما يقول الكتاب " فأقول هذا واشهد في الرب ان لا تسلكوا في ما بعد كما يسلك سائر الامم

ايضا ببطل ذهنهم، اذ هم مظلمو الفكر ومتجنبون عن حياة الله لسبب الجهل الذي فيهم بسبب غلاظة قلوبهم. الذين هم اذ قد فقدوا الحس اسلموا نفوسهم للدعارة... واما انتم فلم تتعلموا المسيح هكذا. ان كنتم قد سمعتموه وعلّمتم فيه كما هو حق في يسوع، ان تخلعوا من جهة التصرف السابق الانسان العتيق الفاسد بحسب شهوات الغرور، وتتجددوا بروح ذهنكم، وتلبسوا الانسان الجديد المخلوق بحسب الله في البر وقداسة الحق "اف 4 : 24-17. وهكذا عزيزي يمكنك ان تتمتع بحياة النصرة على الجسد، اذ تصبح اناء مقدسا ونافعا لخدمة السيد الوحيد مخلصنا وربنا يسوع المسيح، له المجد الان والى ابد الابدين، امين.

طريق الخلاص

الخلاص ليس مجرد تجربة واحدة. إنها تجربة تضعك على بداية رحلة الإيمان المسيحي- طريق الخلاص. قبول يسوع المسيح كرب ومخلص لحياتك هي الخطوة الأولى للرحلة. كلما قرأت في الكتاب المقدس تنمو روحيا. إبحث عن مجموعات مسيحية جيدة حتى تكون لك علاقة معهم. إبدأ بالذهاب إلى كنيسة تؤمن بالكتاب المقدس . تعلم كيف تشهد للآخرين عن علاقتك الجديدة مع المسيح.

ليس الهدف من الحياة المسيحية الدخول إلى الجنة؛ الجنة هي المكافأة. الهدف هو الاستمرار بأن نشابه يسوع المسيح ولعلاقتك الشخصية معه أن تزداد بالعمق.

الميلاد الجديد

يجب أن نولد بالروح ونأخذ الروح القدس أو طبيعة الله.

عندما جئنا لهذا العالم ولدنا بالجسد مثل أهالينا. كل الناس من سلالة آدم وحواء الذين أخطأوا في جنة عدن. بسبب خطيئة آدم وحواء ولدنا بنفس الخطيئة الطبيعية الذي تشتهي الأشياء الأرضية أكثر من الأشياء الربانية.

كلنا خطاة لأننا خالفنا قوانين الله كما هو مكتوب في الكتاب المقدس. ربما نحاول أن نطيع القوانين ولكننا نفشل إذا اعتمدنا على أنفسنا. يؤثر علينا روح الشيطان حتى نخالف إرادة الله. عندما نستسلم للشيطان ويؤدي بنا للخطيئة, نشعر بالذنب, بالغضب, بالجشع, بالكراهية, بالغرور, بالغيرة والمرارة.

هذا مصدر التعاسة لأننا نخيب أمل أنفسنا ونؤذي الآخرين. في أوقات كثيرة هذا هو السبب الجذري لليأس والحياة الفارغة التي تزداد باستمرارية الحلقة, البحث عن السعادة وعدم العثور عليها. الخطيئة تدمرنا وتؤدي بنا إلى جهنم الأبدية.

عندما كان يسوع يتكلم مع نيقوديموس, أعلن يسوع, "الحق الحق أقول لك إن كان أحد لا يولد من فوق لا يقدر أن يرى ملكوت الله. (يوحنا 3: 3)

مقاطع من الكتاب المقدس

"وأما أنا فقد أتيت لتكون لهم حياة وليكون لهم أفضل. أنا هو الراعي الصالح. والراعي الصالح يبذل نفسه عن الخراف." (يوحنا 10: 11-10). يريد لك يسوع أن تعيش حياة سلام. يأتي السلام من السماح ليسوع بأن يسكن في قلبنا. مخالفة كلمة الله تحطم هذا السلام, الحياة الممتلئة الذي وفرها لنا يسوع. تفصلنا الخطيئة عن حضور الله.

يوحنا 3: 18-15 يقول, لِتَكُونَ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ لِكُلِّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ. 16 لأَنَّهُ هكَذَا أَحَبَّ اللهُ الْعَالَمَ حَتَّى بَذَلَ ابْنَهُ الْوَحِيدَ، لِكَيْ لاَ يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ.17 فَإِنَّ اللهَ لَمْ يُرْسِلِ ابْنَهُ إِلَى الْعَالَمِ لِيَدِينَ الْعَالَمَ، بَلْ لِيَخْلُصَ الْعَالَمُ بِهِ،18 فَالَّذِي يُؤْمِنُ بِهِ لاَ يُدَانُ، أَمَّا الَّذِي لاَ يُؤْمِنُ بِهِ فَقَدْ صَدَرَ عَلَيْهِ حُكْمُ الدَّيْنُونَةِ، لأَنَّهُ لَمْ يُؤْمِنْ بِاسْمِ ابْنِ اللهِ الْوَحِيدِ."

الخطوة الأولى في طريق التحرر من قوة الإدمان هو الإعتراف بأنك مدمن وتحتاج إلى مساعدة. وَلَكِنْ، إِنِ اعْتَرَفْنَا لِلهِ بِخَطَايَانَا، فَهُوَ جَدِيرٌ بِالثِّقَةِ وَعَادِلٌ، يَغْفِرُ لَنَا خَطَايَانَا وَيُطَهِّرُنَا مِنْ كُلِّ إِثْمٍ." رسالة يوحنا الأولى 1: 9

الخطوة الثانية في طريق التحرر من قوة الإدمان هو الإعتراف بيسوع المسيح كرب ومخلص لحياتك. هذا يعني أنك تؤمن بأن يسوع هو ابن الله الوحيد وإنه ولد من مريم العذراء ومات من أجل خطاياك. يقول يوحنا 3: 16 " 16 لأَنَّهُ هكَذَا أَحَبَّ اللهُ الْعَالَمَ حَتَّى بَذَلَ ابْنَهُ الْوَحِيدَ، لِكَيْ لاَ يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ."

اعتزم بصدق في قلبك بأن تعمل كل ما هو ضروري حتى تحصل على الحرية: علاج طبيعي, حلقات نقاش, مصحات لإعادة التأهيل.

قاوم الشيطان. يقول الكتاب المقدس, "7 إِذَنْ، كُونُوا خَاضِعِينَ لِلهِ. وَقَاوِمُوا إِبْلِيسَ فَيَهْرُبَ مِنْكُمْ." رسالة يعقوب 4: 7 كلما شعرت بأن العادة القديمة تظهر حاربها بقراءة الكتاب المقدس. صلي هكذا, " يا يسوع, إنني محتاج مساعدتك الآن. أيها الشيطان إنني آمرك بدم يسوع المسيح بأن تبتعد ولا تقاوم." لا تسمح لعقلك بالتفكير بأفكار غير نظيفة أو أفكار عن الإدمان. عندما تأتي هذه الأفكار إلى عقلك غير اتجاه تفكيرك حالا. الرسالة إلى أهل فيلبي 4: 8 تقول, "8 وَخِتَاماً، أَيُّهَا الإِخْوَةُ: كُلُّ مَا كَانَ حَقّاً، وَكُلُّ مَا كَانَ شَرِيفاً، وَكُلُّ مَا كَانَ عَادِلاً، وَكُلُّ مَا كَانَ طَاهِراً وَكُلُّ مَا كَانَ مُسْتَحَبّاً، وَكُلُّ مَا كَانَ حَسَنَ السُّمْعَةِ، وَكُلُّ مَا كَانَ فِيهِ فَضِيلَةٌ وَخَصْلَةٌ حَمِيدَةٌ، فَاشْغَلُوا أَفْكَارَكُمْ بِهِ."

تحتاج إلى مساعدة ودعم من كنيسة محلية. معظم الكنائس الكبيرة العدد توفر استشارات مجانية لتساعدك على التحرر من الإدمان. يستطيع يسوع أن يحررك من الإدمان. ربما تتعرض أحيانا للتجربة ولذلك يجب أن تجد مجموعة قوية لتساندك وتدعمك وتعطيك القوة عندما تشعر بالرغبة للمخدرات. هناك عدة طرق تساعدك بأن تجد هذه المجموعة.

من الضروري أن تجد مرشدا خاصا لك أو شخصا آخر تستطيع أن تعتمد عليه. في أي وقت تعاني فيه سيكون هذا هو الشخص الذي تتصل به حتى يصلي معك. جد صديق حقيقي تستطيع أن تتصل به في أي وقت ويستمع لك

التخلص من الإدمان ليس سهل, لا يحدث بين ليلة وضحاها. الله عظيم يستطيع أن يحررك, ولكنك أسست عادة سيئة تحتاج إلى وقت حتى تُكسر. لا يريدك الشيطان أن تتحرر. الأخبار السعيدة هي أن الله ملك وعظيم. سوف يحررك.

إذ الجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله. (رسالة بولس الرسول إلى أهل رومية 3: 23)