

وسوسه و درمان آن

وسوسه و درمان آن

س ۳۱۱. چند سالی است که به بیماری وسواس مبتلا شده ام و این موضوع مرا بسیار عذاب می دهد، و روز به روز این حالت در من تشدید می شود تا جایی که در همه چیز شک می کنم و همه زندگی ام بر پایه شک استوار گشته است. بیشترین شک من درباره غذا و اشیاء مرطوب است، به همین دلیل نمی توانم مثل سایر مردم عادی زندگی کنم. وقتی داخل مکانی می شوم فوری جوراب هایم را از پای خود بیرون می آورم زیرا فکر می کنم جوراب هایم عرق کرده و بر اثر تماس با نجس، نجس خواهند شد، حتی من بر سجاده هم نمی توانم بنشینم. هر وقت بر آن می نشینم بر اثر وسوسه نفس از روی آن بلند می شوم تا مبادا پرزهای سجاده به لباس هایم بچسبد و مجبور به شستن آن ها شوم. در گذشته چنین نبودم، اکنون از این کارهایم خجالت می کشم و همیشه دوست دارم کسی را در عالم رؤیا ببینم و مشکلاتم را با او در میان بگذارم و یا معجزه ای رخ دهد و زندگی ام را دگرگون نماید و به حالت گذشته ام برگردم. امیدوارم مرا راهنمایی فرمایید.

ج. احکام طهارت و نجاست همان است که در رساله های عملیه ذکر شده است. از نظر شرعی همه اشیاء محکوم به طهارت هستند، مگر مواردی که شارع حکم به نجاست آنها کرده و برای انسان هم یقین به آن حاصل شده است. در این صورت رهایی از بیماری وسواس احتیاج به رؤیا و معجزه ندارد، بلکه باید مکلف ذوق و سلیقه شخصی خود را کنار گذاشته و متعبد و مؤمن به دستورات شرع مقدس باشد و چیزی را که یقین به نجس بودن آن ندارد، نجس نداند. زیرا شما از کجا به نجاست در و دیوار و سجاده و سایر اشیایی که استفاده می کنید، یقین پیدا کرده اید؟ چگونه یقین پیدا کرده اید که پرزهای سجاده ای که بر روی آن راه می روید یا می نشینید، نجس هستند و نجاست آن ها به جوراب و لباس و بدن شما سرایت می کند؟ لذا در این صورت اعتنا به وسواس برای شما جایز نیست. مقداری عدم توجه به وسوسه نجاست و تمرین عدم اعتنا به شما کمک خواهد کرد تا به خواست و توفیق خداوند خود را از وسواس نجات دهید.

س ۳۱۲. زنی هستم با تحصیلات عالی و دارای چندین فرزند، مشکلی که از آن رنج می برم مسأله طهارت است. چون در خانواده ای متدین بزرگ شده ام، می خواهم همه تعالیم اسلامی را مراعات کنم. به علت داشتن فرزندان کوچک، همیشه با مسائل بول و غائط سر و کار دارم. هنگام تطهیر بول، ترشحات سیفون پراکنده شده و به پاها، صورت و حتی سرم برخورد می کنند و هر دفعه با مشکل تطهیر آن اعضا مواجه هستم، و این باعث شده که در زندگی با سختی های زیادی روبرو شوم. از طرفی هم نمی توانم این امور را رعایت نکنم، زیرا مربوط به عقیده و دینم است. برای حل مشکل به پزشک روان شناس هم مراجعه کردم، ولی نتیجه ای نگرفتم. به علاوه موارد دیگری هم هست که از آن ها رنج می برم مثل غبار شیء نجس یا مراقبت از دست های کودک که یا باید آنها را آب بکشم و یا از دست زدن بچه به اشیاء دیگر جلوگیری نمایم. با توجه به این که تطهیر شیء نجس برای من بسیار دشوار است ولی در همان وقت، شستن آن ظرف ها و لباس ها در صورتی که فقط کثیف باشند برایم راحت است. لذا از حضرت عالی می خواهم که با راهنمایی های خود زندگی را بر من آسان نمایید.

ج. ۱. از نظر شرع مقدس، در طهارت و نجاست، اصل بر طهارت اشیاء است. و تا زمانی که یقین به نجاست چیزی نداریم، آن چیز پاک است؛ هرچند احتمال زیادی به نجاست آن دهیم.

۲. به کسانی که دارای حساسیت شدید روانی در امور طهارت و نجاست اند و مثلاً زودتر از دیگران یقین به نجاست، یا دیرتر از دیگران یقین به طهارت چیزی پیدا می کنند، در فقه «وسواسی» گفته می شود. اگر وسواسی یقین به نجس بودن چیزی پیدا کند، لازم نیست به یقین خود عمل کند؛

جز در مواردی که به طور متعارف یقین حاصل می شود. در آب کشیدن چیز نجس به دست و سواسی، میزان حال متعارف مردم است و لازم نیست و سواسی یقین به طهارت و برطرف شدن نجاست پیدا کند. استمرار اجرای این حکم در مورد افراد مزبور تا زمانی است که این حساسیت به طور کلی از بین برود.

۳. هر شیء یا عضوی که نجس می شود، برای تطهیر آن، یکبار شستن با آب لوله کشی بعد از زوال عین نجاست کافی است. تکرار در شستن یا فرو بردن آن در آب لازم نیست، و اگر شیء نجس از قبیل پارچه و مانند آن باشد، باید بنا بر احتیاط به مقدار متعارف فشار یا تکان داده شود تا آب از آن خارج گردد.

۴. از آنجایی که شما به این حساسیت شدید در برابر نجاست مبتلا هستید، باید بدانید که غبار نجس در هیچ صورتی نسبت به شما نجس نیست و نیز مراقبت از دست های کودک چه پاک باشد یا نجس و همچنین دقت در این که خون از بدن زائل شده یا خیر، لازم نیست. این حکم درباره شما تا زمانی که این حساسیت از بین نرفته، باقی است.

۵. دین اسلام دارای احکام سهل و آسان و منطبق با فطرت بشری است، لذا آن را بر خود مشکل نکنید و با این کار باعث وارد شدن ضرر و اذیت به جسم و روحتان نگردید. حالت دلهره و اضطراب در این موارد زندگی را بر شما تلخ می کند، و خداوند راضی به رنج و عذاب شما و کسانی که با شما ارتباط دارند، نیست. شکرگزار نعمت دین آسان باشید و شکر این نعمت، عمل بر اساس تعلیمات خداوند تبارک و تعالی است.

۶. این حالت یک وضعیت گذرا و قابل علاجی است. افراد بسیاری بعد از ابتلا به آن، با روش مذکور از آن نجات یافته اند. به خداوند توکل نمایید و نفس خود را با همت و اراده آرامش ببخشید. انشاء الله موفق باشید.