sığınmak yerine akıllıca düşünmeli bir kez daha bu kötü adetin uğursuz eserlerini nazara alarak, bu öldürücü sapıklığın akıbetini, gözlerinin önünde mücessem etmelidir. Kendinde zaaf ve tembelliğe yol vermemeli ve bilmelidir ki eğer gerçekten ister ve karar alırsa, bu adeti suretle kendisinden uzaklaştırabilir.

Hadiste naklediliyor ki; bir gün adamın biri imam sadık (a. S)'ın hizmetine müşerref oldular ve şöyle arz ettiler: zavallı falanca cinsi sapıklığa müptela oldu ve kendisinin hiçbir iradesi yok. O hazret sinirle buyurdular: ne diyorsun! Acaba o, halkın insanların gözleri önünde de bu ameli yapmaya hazır mı? Arz ettiler hayır. Buyurdular: öyleyse anlaşılıyor ki onun kendi irade ve ihtiyarıyla oluyor.
Hz. Ali (a. S) buyurdular ki: imanlı kimseler dağlar gibi dayanıklı ve sebatlı olurlar.

Bu sapıklığa müptela olan kimse, onun dünyadaki beğenilmeyen akıbetini bir taraftan ve dertli ahret azabını diğer taraftan nazara alırsa, kendisine gelecek ve Allah'ı kendi amellerinin hazır ve nazırı olarak görecek ve bu ameli terk etmeye karar alacaktır. O bu sapık ve zararlı amele müteveccih olması ve vücudunda o adetin sağlamlaşmamasından dolayı ne kadar talihli olduğunu bilmelidir; güçlü bir irade ve Allah'a tevekkül ile onu terk edebilir.
O, kendini lanetlenmiş ve Allah katından kovulmuş biri olarak görmemelidir. Bilakis cidden Allah'ın lütuf ve inayetine ümit var olmalıdır.

UYGULAMALI TAVSİYELER

Kendini hoşnut etmek (cinsel yönden) büyük günahlardan sayıldığı için, ona müptela olan fert önce kendini temizlemeli, ab dest alıp iki rekat namaz kılmalı ve geçmiş günahları hakkında Allah katından bağışlanma dilemelidir ve ondan, bu uğursuz adeti terk etme yolunda yardım etmesini istemelidir; daha sonra aşağıdaki nükteleri dakik, icra merhalesine getirip amel etmelidir:

1-Kendini, tahrik edici muhit ve durumlardan uzak tutmalı ve yalnızlıktan kaçınmalıdır.
2-Dar ve yapışkan elbiseler giymekten kaçınmalı ve kendisinin veya başkalarının bedeninin azalarının dokunma yada temasından şiddetle uzaklaşmalıdır.

3-Namahreme bakmak ve çapkınlıktan kaçınmalıdır. (-)
4-Tahayyül ve düşüncelerini kontrol etmelidir. Zihninden ve düşüncelerinden geçen her şeye Allah'ın vakıf olduğunu bilmelidir ve be zemine de sorumluluğu vardır ve yalnızca akıl ve şer-i kanunların onayladığı şeyleri düşünmedir ki kurtulabilsin, zira şehevi ve cinsel meseleler hakkında tahayyül ve tasavvur etmek devamlı tahriklerle sonuçlanır ve hayatın gücünü yok edip, insanı hayatın hakiki ve gerçek meselelerinden alı koyar.

5-Teveccüh edilmelidir ki, gençlik dönemi, ömrün hassas ve heyecanlı dönemi sayılır. Gence yakışan, gündüz gece vakitleri için, devamlı iş ve çabalarla, tahsili, ilmi, mütalaa, zevk ve eğlence işleri zemin elerinde dakik programlamalar yaparak, lazım olduğu kadar az bir vaktini uykuya ihtisas etmelidir. Uyku onu istila ettiği zaman yatağa gitmeli ki çabuk uyuyabilsin.
6-Boş zamanlarda faydalı kitaplarla meşgul olmak ve kütüphanelere müracaat etmekle gelecekteki tahsil hayatında başarı zeminesi hazırlasın. (-14-)

-Zira Allah'ı teala herkesi duaya emrediyor ve icabet vaadinde bulunuyor. Kur'anı-ı mecid de peygambere hitaben buyuruyor: " Ey Muhammed! Kullarım sana beni sorarlarsa, bilsinler ki ben, şüphesiz onlara yakınım. Benden isteyin, dua ettiğinde duasını kabul ederim. Artık onlarda davetimi kabul edip bana inansınlar ki doğru yolda yürüyenlerden olsunlar". Bakara: 186. yine bir başka yerde şöyle buyuruyor: "Bana dua edin ki size icabet edeyim". Mümin (ğafir) /26.
-***tercüme edilecek.

7-Timlerde ve spor gruplarında katılım ve faaliyetleri olmalı ve yine eğitici, kültürel ve dini faaliyetlere katılmalıdır. Zira bu meşguliyetler, imanın artmasında ve günahın terk edilmesinde muvaffak olmada ona yardım eder. (-16 ve kız-)

Sağlıklı ve faydalı yöndeki faaliyetler, gencin fazla bir miktarda enerjisini kendine ihtisas ediyor ve şehevi ve cinsi tahrikleri engelliyor. Çünkü bu kötü adete müptela olanlar daha çok köşeye

çekilmeye meylederler. Kütüphaneler ve mescitlerdeki Kur'an gruplarına içtimai ve eğitici faaliyetlere şirket etmek mümin ve temiz kimselerle temasta bulunmak , bu gibi gençlerin iman ve ruhiye sinin güçlenmesinde oldukça müessirdir.

8-İmanlı ve iyi gençlere gidip gelmeli, oturup kalkmalıdır. Namazlarını elinden geldiğince ilk vakitte ve cemaatle kılmaya çalışmalıdır. Sapık ve ipsiz sapsız arkadaş ve dostlara gidip gelme ve oturup kalkmaktan -yakın akrabalar bile olsalar- uzaklaşmalıdır.
9-Yatmadan önce mutlaka ab dest almalı ve yatağa gittiği zaman Nas, Felek surelerini ve ayet-el kürsiyi kalbi huzur ve teveccüh ile okumalı ve Allah zikri ile uyumalıdır.

10-En azından haftada bir veya iki gün oruç tutmalıdır. Bu amel, onun Allah'a yakınlığı ve imanın çoğalmasında oldukça faydalı olup, iradenin kuvvetlenmesinde önemli bir role sahiptir.

11-Yemek programlarına dikkat etmelidir. Çok yemek ve kuvvet verici , sıcak ve tahrik edici beslenmeler, cinsi ihtilallere ilaveten, her zaman ihtiyacının üzerinde bir miktar enerji ve güç üretecektir ve bu fazla güç, cinsi meyli tahrik eder. Bu tahrik edici ve şehveti kuvvetlendirici yiyeceklere ıstılah en "sıcak" deniyor.

Bunlar: ceviz, hurma, kişmiş, fıstık, kudret helvası, kavun, soğan ve tatlı türünden yiyeceklerdir. Bunlardan kaçınmalı veya az meyletmeli ve daha çok, ıstılah en "soğuk" yiyeceklere yönelmelidir.

Çok yemekte ifrat etmek, insanda ahmaklığın ve hayvani huyların buruz etmesine sebep olur; bu nedenle İslam'ı eğitimde, doymadan sofradan kalkmanın müstahap olduğu ve çok yemenin mekruh olduğu, tavsiye edilmiştir ve diğer taraftan, çirkin bir iş sayılan, yemeye hırs ve tamahtan da kaçınmalıyız. Yemeklerde orta halli olmak gerekir, aynı şekilde, aylık adet döneminde ıstılah en "soğuk" yiyeceklerden kaçınmalıdır.

12-Genç kendini, tahrik edici muhit ve mevkilerden uzaklaştırmalı ve tahrik edici müzik ve fasit filmlerden kaçınmalıdır.
13-Genç kız, dar ve yapışan elbiselerden hatta kardeşinin ve mahrem yakınlarının yanında dahi kaçınmalıdır.
Kendisini namahremlerin görmesine müsait muhitlerden uzaklaştırmalıdır. Çünkü Hz. Zehra (s.

A) dindar kadının özelliklerinden bir tanesini hiçbir erkeğin onu görmemesi ve onunda hiçbir erkeği görmemesi olarak biliyor.

14-Boşluk ve işsizlik bütün sapıklıkların kaynağıdır. Genç yararlı uğraşlar bularak gelecekteki başarılarına ortam hazırlamalıdır. -6-

15-Kültürel ve dini ortamlara katılmalı ve kendisine yöneltilen sorulara ortaya koymalı ve cevap vermelidir.

16-Teveccüh etmelidir ki, adet döneminde zor ve ağır sporlardan ve ağır işlerden kaçınmalıdırlar ve soğuk su ve yüzmeden kaçınmalıdır. -7-

Aynı şekilde bedenin dengesiz ve kılıksız olmasından dolayı rahatsız olmamalıdır, zira buluğ çağından sonra durumu yavaş-yavaş normal ve mütenasip olacaktır.

17-Genç mahrem ve namahrem çizgisini hıfz etmelidir ve tenha bir yerde namahrem bir kimseyle yalnız kalmaktan cidden kaçınmalıdır. Zira şeytan ve nefsi emmare kuvvetlidir. Eğer üçüncü kimse olmazsa şeytani vesveseler insanın aklına galip olup, sapıklık ve günah ortamı her iki taraf için hazır olmuş olur.

(-*** (tercüme edilmeli
