257087 ـ حكم ممارسة تمارين كيجل وإدخال شيء إلى الفرج أثناءها

السؤال

سؤالي عن تمارين كيجل التي يتم القيام به لتعزيز عضلات الحوض والتي لها العديد من الفوائد الصحية مثل علاج سلس البول، حتى إنها تنهي كثيرًا من مشكلات الأخرى المتعلقة بالمثانة والمهبل للإناث. لذا أريد أن أعرف ما إذا كان يجوز للنساء المسلمات استخدامه من أجل منافعه الصحية فقط؟

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

تمارين كيجل تستعمل لما ذكرت من الأهداف، حسبما يقال وينشر في عدد من المواقع على الشبكة .

ونحن لم يتسن لنا التأكد من مصداقية هذه الفوائد المذكورة ، أو غيرها ، من خلال مصادر موثوقة في العلاج الطبيعي أو الرياضي .

فينبغي سؤال المختصين الثقات عن فوائد هذه التمارين ، وما أثبتته التجارب الحقيقية من جدواها.

فإذا تم التحقق من منفعة هذه التمارين ، وجدواها على المتدرب ؛ فلا حرج في استعمالها بشرطين:

الأول: ألا تكون للمتعة الجنسية والتلذذ بالضغط أو إدخال شيء للفرج؛ فإن هذا يدخل في الاستمناء المحرم، سواء نزل مني أو لا. قال تعالى: (وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ) المؤمنون/5، 6

قال في المبدع (3/ 22): " لو استمنى بيده، ولم ينزل فقد أتى محرما، ولا يفسد به [أي الصوم]" انتهى.

وينظر للفائدة : "حاشية العبادي على الغرر البهية" (2/3458) .

وفي فتاوى اللجنة الدائمة للإفتاء (22/ 60): " أود أن أعرف رأي الدين في تعمد إخراج المني بالضغط على البروستات (منطقة العانة) وهذا ما أفعله بصورة مستمرة، هل هذا يدخل في حكم الاستمناء باليد؟ علما أنني لا أقدر على الزواج بسبب ظروفي المادية أولا، والصحية ثانيا. " ؟

الجواب: يحرم الاستمناء على أي شكل كان؛ لأنه استمتاع بغير ما أحل الله من الزوجة، أو ملك اليمين، وقد قال تعالى: (وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ

الْعَادُونَ) ، والنبي صلى الله عليه وسلم قال: (يا معشر الشباب: من استطاع منكم الباءة فليتزوج،، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم، فإنه له وجاء) ، فقد أرشد صلى الله عليه وسلم إلى أحد طريقين هما: الزواج، أو الصوم، لمن لم يقدر على الزواج، ولم يذكر طريقا غيرهما، فدل على تحريم الاستمناء) انتهى .

اللجنة الدائمة للبحوث العلمية والإفتاء

الشيخ بكر أبو زيد ... الشيخ عبد العزيز آل الشيخ ... الشيخ صالح الفوزان ... الشيخ عبد الله بن غديان ... الشيخ عبد الرزاق عفيفي ... الشيخ عبد العزيز بن عبد الله بن باز.

والثاني: ألا يستعمل من هذه التمارين ما يتطلب إدخال شيء إلى الفرج ، لأن هذا فعل محرم ، لا تدعو إليه الضرورة ، ويخشى منه أن يؤول إلى ما سبق المنع منه ، من الاستمناء ، أو التلذذ المحرم .

والله أعلم.