

است: «حق همسرت که به پیوند زناشویی تو درآمده این است که بدانی خداوند و الامر تبه او را مایه آرامش، آسودگی و همدلی و نیز نگه دارنده تو قرار داده است... زن برای مردیاری مهربان و همدم است که از طریق کام بخشی او را به آرامش و لذت می رساند.» (تحف العقول)

پس دور نیست که این معادله از رابطه زن و مرد به دست آید:

نارامی (جسمی، روانی و فکری) از دواج و ارتباط جنسی زن و مرد = آرامش (جسمی، روانی و فکری)

با این توضیح، از دواج هدف و فوایدی دارد. هدف از دواج، به دنیا آوردن و تربیت شایسته فرزند است و فایده های آن یافتن همراه و همدمی باری رسان و آسوده ساز و فردی که بتواند با او نیاز جنسی خود را به صورت دین پسند، قانونی و پایدار برآورده ساخت و به آرامش جسمی، فکری و روانی رسید.

برکت های الهی

معاون ساماندهی امور جوانان وزارت ورزش و جوانان در ادامه اهمیت روابط جنسی زناشویی و به آرامش رسیدن آن ها در سایه این پیوند مقدس می نویسد:

اهمیت دادن، برنامه ریزی و وقت گذاشتن همسران برای برقراری رابطه جنسی سالم و گرم با یکدیگر، که هر دورا به لذت و رضایت کامل برساند، باعث می شود آن دو تندرست، شاد کام و خوشخوش شوند.

به علاوه، ارضای این کشش قوی، همراه با آرامش، اعتماد و مهرورزی، صمیمیت و پاکدامنی زن و شوهر را افزایش می دهد و در نتیجه پایه های زندگی مشترکشان را استوار می سازد. جالب تر آن که با نگاهی دینی و در چارچوبی اسلامی ارتباط جنسی زن و مرد عبادتی بزرگ است که زمینه های گناهان و بیماری های اخلاقی گوناگون را از بین می برد و فرد دین باور را محبوب خداوند و مشمول الطاف بی پایان او می سازد.

روش های افزایش رضایت جنسی

وی ادامه می دهد: از آن جا که روابط زناشویی، آرامش دهنده ذهن و روان زوجین است، هر فردی باید برای کسب این بهره ها، آگاهی ها و مهارت های لازم را به دست آورد. رهنمودهای اسلام (قرآن و سنت) برای این منظور به این قرار است:

۱- تنها مسیر طبیعی و پرفایده فرو نشان دادن میل جنسی، از دواج زن و مرد است و نه خودارضایی و یا هم جنس گرایی.
۲- زن و مرد هر دو نیاز جنسی دارند و از این رو همسران باید برای برآورده شدن نیاز یکدیگر به بهترین، سالم ترین و لذت بخش ترین صورت، حساس باشند و برنامه ریزی کنند.
۳- غیر از زمان های کوتاهی که زن عذر شرعی دارد، هیچ موقعیت زمانی و مکانی دیگری نباید مانع رابطه جنسی زن و مرد شود.

۴- زن خوب و سالم در برخورد با مردها غیر از همسر خود، خویشاوندان، پاکدامن و بی آریه است. رخسار، گفتار و رفتار او دلبرانه و وسوسه انگیز نیست و با آزر، کم گویی و وقار خویش، بیمار دلان آزمند را از خود می ماند و نومید می کند.

۵- اما همین زن موفق در عرصه های گوناگون اجتماعی، آن گاه که با همسرش تنهاست، آراسته، عشوه گر و جذب کننده است. هیچ کاری باعث نمی شود که در خواست شوهر را برای ارتباط زناشویی به تعویق بیندازد.

۶- پیشوایان بزرگوار دین، پیامبر و امامان، به مردان سفارش کرده اند، برای به دست آوردن رضایت جنسی خود و همسرشان پیش از نزدیکی جنسی:

* در پاکیزگی جسمی و آراستگی ظاهری خود بکوشند.

* در برقراری رابطه شتاب نوزند.

* با زنان شان سخنان مهرآمیز و عاشقانه بگویند.

* اگر آن ها به هر دلیلی ناراحت هستند، به دلجویی شان بپردازند و سردی و اندوه را از دل و غبار غم و خشم را از چهره شان بزدایند.

* پیش نوازی های گوناگون را با شکیبایی،

خوشرویی و گرمی به کار برند.



فواید و اهداف یک از دواج موفق از نگاه دکتر گلزاری

آرامش؛ هدیه بزرگ روابط زناشویی

صبا - قرآن انگیزه گر ایش زنان و مردان به یکدیگر و هدف پیوند عاطفی و جنسی آن ها را در آیاتی بیان می کند، از جمله در آیه ۲۱ سوره



روم می فرماید:

«وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا... / و از نشانه های [قدرت و ربوبیت] او این است که برای شما از جنس خودتان همسرانی آفرید تا در کنارشان آرامش یابید...» این آیه، مقصد و غایت میل و آمیزش زن و مرد را «سکون» دانسته که بیشتر مترجمان و مفسران قرآن آن را به «آرامش» معنی کرده اند.

«دکتر محمود گلزاری» روان شناس و مدیر گروه روان شناسی دانشگاه علامه طباطبائی، با این مقدمه در ماهنامه «سپیده دانایی» می نویسد: معنای دقیق سکون، آرام گرفتن موجود متحرک از جنب و جوش و استقرار یافتن او در مکان یا موقعیتی خاص است. ابن فارس (وفات در ۳۹۵ هـ.ق) در فرهنگ معروف خود می نویسد: اصل سکون، خلاف اضطراب و حرکت است. ساکن خانه کسی است که پس از بی جویی و سرگردانی، در خانه خود جای می گیرد. ساکن کشتی را با این واژه می نامند چون کشتی را، در برخورد با امواج تند دریا، از ناآرامی ها و این سو و آن سو کشیده شدن باز می دارد.

دیدگاه علامه طباطبائی

علامه طباطبائی در تفسیر گرانسنگ المیزان در تبیین این



ویژه نامه نوروزی

روزنامه خراسان

فروردین ۱۳۹۳

