

# دیدگاه قرآن درباره روابط زناشویی

حجت الاسلام دکتر مسعود آذریباجانی روان شناس



روابط زناشویی از چند نظر حائز اهمیت است. روابط زناشویی یکی از نیازهای فیزیولوژیک انسان است و باز دواج به طور مشروع و آرام بخش به آن پاسخ داده می شود و با پاسخگویی به این نیاز دیگر نیازهای انسان نیز در مسیر صحیح خود قرار می گیرد. روابط زناشویی زمینه ای را برای روابط نزدیک عاطفی فراهم می کند. زن و شوهر به طور معمول نزدیک ترین روابط عاطفی خودشان را هنگام روابط جنسی دارند و ابراز عواطف و صمیمی ترین جملاتی که به هم می گویند و ابراز علاقه ای که انجام می دهند در این شرایط بیشتر است و این می تواند زمینه ای را برای استمرار این پیوند عاطفی در دیگر اوقات فراهم کند. خلوتی که زن و شوهر در این شرایط با هم دارند می تواند زمینه ای باشد برای حل مشکلات و اختلافاتشان. وقتی که احساس نیاز به یکدیگر می کنند راحت تر می توانند مشکلات و اختلافاتی که بینشان به وجود آمده را حل کنند.

## تلاش برای پایداری نهاد خانواده

قرآن به عنوان یک منبع جاودانه وحی الهی و کتاب هدایت همه جانبه انسان ها نه تنها غریزه جنسی را مهم دانسته و آن را به رسمیت شناخته بلکه از آن به عنوان یکی از کشش ها و میل های بسیار قوی در انسان یاد کرده است. در آیه ۲۷ سوره النساء می فرماید: «... أَنْ تَمِيلُوا مِيلًا عَظِيمًا» یعنی غریزه که زمینه ارتباط جنسی را فراهم می کند میلی عظیم در انسان است و در ادامه می فرماید: «... خُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا» انسان در مقابل این میل ضعیف است. یاد در مورد دیگری در جریان ماه مبارک رمضان ابتدا حکم بر این شد که زن و شوهر به طور کلی در تمام ماه رابطه زناشویی نداشته باشند و به عبادت بپردازند ولی چون خداوند می دانست انسان هانمی توانند در این مدت

بر این مسئله صبر کنند و بر خود تسلط داشته باشند در این حکم اصطلاحاً حاداء حاصل شد یعنی حکم تغییر کرد. خداوند در آیه ۱۸۷ سوره بقره فرماد که در طول روز از صبح تا شامگاه که روزه دار هستید باید از روابط زناشویی بپرهیزید ولی در شب مانعی برای این ارتباط نیست. سفارش دیگر در سوره نور آیه ۵۸ است که بیان می شود کودکان و افرادی که به سن بلوغ نرسیده اند باید در سه زمان زن و شوهر اجازه بگیرند بدون اجازه وارد حریم آنان نشوند. فرض بر این است که فرزندان بالغ نسبت به این مسائل آگاهی دارند. یکی از این سه زمان قبل از نماز صبح است که چون متصل به شب است احتمال بر این است زن و شوهر در شرایطی باشند که صلاح نیست بچه ها آنها را ببینند. دوم «حِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ» یعنی هنگام بعد از ظهر که معمولاً زن و شوهر استراحت می کنند و در اتاقشان ممکن است لباس های کمتری پوشیده باشند و با روابط نزدیک تری با هم داشته باشند و قرآن می فرماید قبل از ورود باید اجازه بگیرند. مورد سوم بعد از نماز شب است که زن و شوهر برای خوابیدن به اتاقشان می روند. قرآن می فرماید این سه موقع اوقات خصوصی برای شماست: «ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ» این زمان هایی است که شما می توانید با هم ارتباط داشته باشید. در این آیه نکته مهمی است. وقتی قرآن در روز سه زمان را معلوم می کند که زن و شوهر می توانند روابط نزدیک و خصوصی با هم داشته باشند البته نه به این معنی که حتماً در این اوقات رابطه جنسی داشته باشند، این نشان می دهد چنین روابطی تا چه اندازه اهمیت دارد و می تواند در پایداری نهاد خانواده تاثیر گذار باشد.

## وظیفه همسران چیست؟

اگر ما دیدگاه قرآن را در نظر داشته باشیم و بدانیم که تا چه اندازه روابط زناشویی در حفظ پیوند زن و شوهر و پایداری

خانواده اهمیت دارد باید کاری کنیم که موانع بر طرف شود. به خصوص این که به طور متعارف می بینیم از طرف برخی خانم ها سرد مزاجی وجود دارد که باید بررسی شود، اگر علت آن مشکلات جسمی و بیماری ها است مانند کم خونی، در پی درمان آن باشند یا ممکن است بعضی غذاها چنین حالتی را به وجود بیاورد. اما بخش عمده آن بعد روانی قضیه است. این رابطه به صورت متقابل بین زن و شوهر است یعنی توجه شوهر در میزان تمایل زن به رابطه تاثیر گذار است ولی لازم است هر کدام از زن و شوهر نقطه شروع را از خودشان بدانند و به صورت واکنشی و انفعالی بر خود نزنند و با گرمی و فعال بودن زمینه رابطه بهتر را برای هم فراهم کنند. زیرا زن و شوهر نسبت به محافظت یکدیگر از انحرافات احتمالی که به دلیل بی توجهی به این روابط به وجود می آید، مسئول هستند.

## چرا بعضی از زوجین سردند؟

به طور معمول می بینیم در بعضی از زوجین بعد از مدت زمانی که از شروع زندگی مشترکشان می گذرد روابط زناشویی در آن ها به سردی می گراید و کم رنگ می شود یا فعال بودن و پویایی اوایل از دواج در آن ها مشاهده نمی شود و این دلایل گوناگونی می تواند داشته باشد که به برخی از آنها اشاره می کنم. یکی از این علل این است که زن یا شوهر ممکن است به ارضاء کامل دسترسی پیدا نکنند که توصیه می شود کتاب هایی که در این زمینه وجود دارد مطالعه شود و سعی کنند مهارت های لازم را در این زمینه به دست آورند. علت دیگر وجود حس تنوع طلبی در آدم هاست که ممکن است به خاطر یکنواخت شدن ارتباط این حس تامین نشود. زن و شوهر می توانند زمینه های تنوع را برای خودشان فراهم کنند. از طریق توجه به اموری مثل آراستگی ظاهری، تنوع لباس، نوع آرایش، رنگ مو، آراستن

حجت الاسلام والمسلمین دکتر مهدی هادی روان شناس

## تفاوت مردان و زنان

به صورت عمومی مردان رغبت بیشتری برای برقراری روابط زناشویی دارند و هنگامی که احساس نیاز به آن ها دست بدهد کمتر قادرند شرایط را بسنجند. ضمن آن که باید مردان را به انضباط دعوت کرد، باید از همسرانشان تقاضا شود که این رفتار را بخشی از طبیعت مردان تلقی کنند و برآورده کردن آن را عامل به آرامش رسیدن مرد بدانند. برخی خانم ها با متهم کردن مردان به این که تمام فکرشان متمرکز بر چنین خواسته ای است، در همراهی با شوهرانشان کوتاهی می کنند که از نگاه اسلام این کار امری ناپسند است.

## لذتی برای تمام عمر

گزارش ها و شکوه ها حاکی از آن است که برخی همسران در طول دوران زندگی دستخوش فراز و نشیب هایی در زمینه توجه به این نیاز می شوند. در این زمینه مناسب است به این نکات توجه شود: اول آن که شرایط جسمی خود و همسر مورد توجه قرار گیرد و متناسب با آن به ارتباط زناشویی اقدام شود. دوم این که مراقب باشیم حضور فرزندان ما را نسبت به وظایفی که در قبال همسران داریم غافل نکند. درگیری با مشکلات فرزندان گاهی باعث می شود رابطه زن و شوهر کم رنگ و کم

## آداب و تربیتی بجوی!

همان گونه که در هر گونه فعلی، اسلام آداب آن را بیان می کند این رابطه نیز دارای آدابی است که با رعایت آن می توان به لذت دنیوی و سعادت اخروی دست یافت و از آسیب های آشکار و پنهان در امان ماند. به عنوان نمونه می توان به این امور اشاره کرد: وضو داشتن، بسم الله... گفتن، رو به قبله و پشت به قبله نبودن، نداشتن ارتباط در حالی که معده و مثانه پر است و اموری از این قبیل.

## ارتباط جاده ای دو طرفه است

در زمینه روابط زناشویی افکار غلطی در میان توده مردم رواج یافته که می توان به برخی از آن ها اشاره کرد. برخی از مردم ارتباط زناشویی را رفتاری از سوی مرد می دانند که با تسلیم شدن خانم همراه است. در نگاه این افراد لذت مرد مهم است و زن نادیده گرفته می شود. در نگاه اسلام این تفکر مردود است و ارتباط زناشویی جاده ای دوطرفه تصویر شده، که قرار است هر دورا به لذت و آرامش برساند. این مطلب با عناوین مختلفی بیان شده و مورد توصیه قرار گرفته است. از جمله آن که پیامبر خدا (ص) فرمودند: «هر گاه یکی از شما با همسرش هم بستر شد او را نیز بر انگیزد و چنانچه پیش از او نیازش برآورده شد زودتر از او بر نخیزد تا وی نیز نیازش را برآورده سازد.»



نگاه های افراطی و تفریطی انسان ها به برخی مسائل، باعث شده نه تنها حق آن مسئله ادا نشود بلکه آن مسئله به یک معضل و مشکل تبدیل شود. یکی از این مسائل روابط زناشویی است. انسان ها معمولاً در طول تاریخ یا غرق در شهوت شدند و از این راه به خود و دیگران آسیب رساندند و یا با روی آوردن به ریاضت خود را از این موهبت الهی محروم کردند.

اسلام که دین تعادل و تکامل است با نگاهی زیبا به این موضوع منطبق بر نیازها و فطرت، روابط زناشویی را امری مقدس معرفی کرده است. پیامبر عظیم الشان اسلام حضرت محمد (ص) به ابودر فرمودند: «با همسرت ارتباط زناشویی داشته باش که پاداش می گیری.» ابودر با تعجب سؤال کرد: «برای داشتن ارتباط زناشویی با همسر ما چقدر هستم؟» پیامبر (ص) پاسخ دادند: «همانگونه که اگر مرتکب حرام شوی گناهکار هستی هر گاه با حلال خود در آمیزی پاداش می یابی.» در روایتی دیگر فرمودند: «هر گاه با همسرت ارتباط زناشویی داشته باشی گناهان همچون برگ درخت فرو می ریزد و هر گاه غسل انجام شود از گناهان شسته می شوی.» خواسته اسلام آن است که فرد غرق در شهوات نشود و از سویی خود را از آنچه خدا حلال دانسته محروم نکند.