

آناناسی

راهنمای سلامت جنسی همسران

عبدالرضا آتشین صدف

نام کتاب: آناثاس
راهنمای سلامت جنسی همسران
مؤلف: عبدالرضا آتشین صدف
ویراستار: محمد مرادی حسین آباد
آماده سازی متن: سیدعلی آقایی
صفحه آرا: احمد خان بابایی
ناشر: تیماس
نویت چاپ: اول، پائیز ۱۳۹۹
چاپ و صحافی: بوستان کتاب
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
قیمت: ۲۰۰,۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۹۰-۱۰-۶

سرشناسه: آتشین صدف، عبدالرضا، ۱۳۵۷-
عنوان و نام پدیدآور: آناثاس؛
راهنمای سلامت جنسی همسران/
عبدالرضا آتشین صدف
مشخصات نشر: قم: نشر تیماس ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری: ۹۸ص: جدول، نمودار.
وضعیت فهرست نویسی: فیفا: کتابنامه: ص ۷۹؛
موضوع: روابط اجتماعی، مهارت های زندگی.
رده بندی کنگره: HQ۳۱
رده بندی دیویی: ۶۱۲/۶
شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۶۵۲۵۹

۲۱۱۴۶۵۷

فهرست

۷.....	مقدمه
۹.....	دیباچه

(۱) مفهوم شناسی

۱۳.....	مفهوم شناسی
---------	-------------

(۲) نگرش اسلام درباره ارضای جنسی

۱۹.....	یک) وظایف جنسی همسران
۱۹.....	دو) پرهیز از زیاده روی
۲۰.....	سه) فضیلت ارتباط جنسی با همسر
۲۲.....	چهار) پرهیز از رابطه نامشروع

(۳) تدابیر پزشکی در بهداشت جنسی

۲۷.....	یک) منافع مقاربت
۲۷.....	دو) پیش نوازی
۲۷.....	سه) زمان مقاربت

۲۸	چهار) دفعات مناسب مقاربت
۲۸	پنج) عوارض ترک آمیزش
۲۹	شش) افراط در آمیزش
۲۹	هفت) توصیه‌های مفید
۲۹	هشت) تقویت قوای جنسی
۲۹	نه) غذاها و ادویه مقوی

۴) ناهنجاری‌ها و آسیب‌های جنسی

۳۲	یک) پورنوگرافی
۴۲	دو) خشونت جنسی
۴۹	سه) خیانت جنسی
۵۰	الف) تعریف
۵۳	ب) گونه‌شناسی خیانت‌کاران
۵۴	ج) آسیب‌ها و صدمات
۶۲	د) زمینه‌های خیانت
۷۳	هـ) تفاوت‌های زن و مرد در خیانت
۷۴	و) نشانه‌های خیانت
۷۷	ز) راهکارها
۸۲	چهار) نارضایتی همسران از روابط جنسی خود
۸۹	نتیجه‌گیری
۹۳	کتاب‌نامه



مقدمه

یکی از موضوعاتی که در سال‌های اخیر در موضوعات مربوط به خانواده و ارتباطات زناشویی اهمیتی یافته، مسئله سلامت جنسی به معنای بهره‌مندی از آسایش جسمی، عاطفی، ذهنی و اجتماعی در زمینه جنسی است. این اهمیت به‌گونه‌ای است که در حال حاضر موضوع سلامت جنسی یکی از اولویت‌های سلامت‌های همگانی به شمار می‌آید.

یکی از دلایل اهمیت مذکور آسیب‌ها و پیامدهای گسترده فردی، خانوادگی و اجتماعی آن است که طیفی از مسائلی همچون هرزه‌نگاری، روابط پیش از ازدواج، روسپی‌گری، خشونت جنسی، فرار دختران از خانه، ازدواج سفید، خیانت زناشویی، بیماری‌های آمیزشی و نارضایتی همسران از روابط جنسی را در برمی‌گیرد.

در آموزه‌های دینی، ارضای نظام‌مند و صحیح نیازهای جنسی ازجمله مهم‌ترین کارکردهای خانواده برشمرده شده است. دین اسلام با مشروع دانستن ارضای نظام‌مند تمایلات جنسی و تأکید بر استحباب آن، ازدواج و تشکیل خانواده را راهکاری درست برای تأمین این نیاز دانسته و با تأکید بر رعایت فرایند ارتباط جنسی همسران همچون پیش‌نوازی، تکنیک‌های معاشقه، رعایت عواطف و احساسات همسر از آغاز تا پایان رابطه جنسی، بیان ابعاد زمانی، مکانی، شیوه‌های رابطه جنسی و حتی راهکارهای تقویت قوای جنسی آموزه‌های مهم و کاربردی خود را برای دستیابی و حفظ سلامت جنسی همسران ارائه کرده است.



دیاچہ

www.Ketab.ir



سلامت جنسی از جمله موضوعاتی است که در دهه اخیر در جهان اهمیت فراوانی یافته است تا آنجا که امروزه موضوع سلامت جنسی یکی از اولویت‌های سلامت همگانی به شمار می‌آید. در سال ۲۰۱۰ م «انجمن جهانی سلامت جنس» (WAS) با هدف پیشبرد آگاهی درباره سلامت جنسی، برای اولین بار، ۴ سپتامبر (برابر با ۱۳ شهریور) را «روز جهانی سلامت جنسی» در سطح جهانی معرفی کرد که این امر حاکی از اهمیت موضوع یادشده است. از سوی دیگر، با پیچیده‌تر شدن روابط و رفتارهای جنسی در جوامع انسانی نیاز به مداخلات آگاهی‌بخش، اصلاح نگرش و پیشگیری و درمان بیماری‌های مرتبط از اهمیت روزافزونی برخوردار شده است. این موضوع به‌ویژه پس از گسترش بیماری ایدز در جهان اهمیت بیشتری یافته است. با توجه به اهمیت موضوع سلامت جنسی و آثار و پیامدهای گسترده فردی، خانوادگی و اجتماعی آن و همچنین با توجه به وضعیت کنونی جامعه ایران که ناهنجاری‌ها و آسیب‌های جنسی (مانند تماشای تصاویر و فیلم‌های مستهجن، خودارضایی، روابط پیش از ازدواج، روسپی‌گری، فرار دختران از خانه، خیانت



زناشویی، بیماری‌های آمیزشی و نارضایتی همسران از روابط جنسی) روزه‌روز گسترش و عمق بیشتری پیدا می‌کند و با رواج پدیده‌های ناهنجاری مانند همباشی یا ازدواج سفید در میان جوانان که در رسانه‌های غربی به استناد آن از وقوع انقلاب جنسی در ایران گفتگو می‌کنند، برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری در حوزه سلامت جنسی و مقابله با ناهنجاری‌ها و آسیب‌های جنسی اهمیت بسزایی دارد؛ به‌ویژه با توجه به اصل سوم قانون اساسی که «ایجاد محیط مساعد برای رشد فضایل اخلاقی بر اساس ایمان و تقوا و مبارزه با کلیه مظاهر فساد و تباهی» وظیفه و مسئولیت نظام اسلامی دانسته است.

از این رو بر نهادهای سازمان‌های گوناگون فرهنگی، آموزشی، پژوهشی، تبلیغی، رفاهی، بهداشتی، پزشکی، انتظامی و قضایی کشور لازم است وظایف و مسئولیت‌های خود را در زمینه‌های یادشده به‌خوبی بشناسند و با همه توان برای تحقق آن‌ها بکوشند.