



« من به شما توصیه می‌کنم کتاب‌هایی چاپ کنید که صد در صد اسلامی است. »

امام خمینی (ره) ۶۰/۸/۲۴

صحیفه امام، ج ۱۵، ص ۳۶۲

راه‌های پیشگیری و درمان

گناهان جنسی

رضا آقاملانی

همیشه پیشگیری آسان‌تر از درمان است  
همیشه گناه نکردن آسان‌تر از توبه کردن است



سرشناسه: آقاملابی، رضا، ۱۳۶۴ -  
عنوان و پدیدآور: راههای پیشگیری و درمان گناهان جنسی /  
رضا آقاملابی  
مشخصات نشر: قم: افق روشن، ۱۳۹۱.  
مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص.  
شابک: ۹ - ۵ - ۹۲۵۸۶ - ۶۰۰  
وضعیت فهرست نویسی: فیبا. یادداشت: کتابنامه به صورت  
زیرنویس.  
موضوع: اسلام و مسائل جنسی. موضوع: امور جنسی - جوانان  
- اخلاق. موضوع: جوانان و اسلام. موضوع: جرایم جنسی  
رده بندی کنگره: ۲ ۱۳۹۱ ر ۷ / آ ۷ / ۱۷ / ۲۳۰ Bp

|                                                                                    |                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
|  |                     |
| <b>نشر افق روشن</b>                                                                |                     |
| <b>راههای پیشگیری و درمان گناهان جنسی</b>                                          |                     |
| مؤلف:                                                                              | رضا آقاملابی        |
| ناشر:                                                                              | افق روشن            |
| نوبت چاپ:                                                                          | اول / زمستان ۱۳۹۱   |
| شمارگان:                                                                           | ۱۰۰۰ نسخه           |
| قیمت:                                                                              | ۵۵۰۰ تومان          |
| شابک:                                                                              | ۹ - ۵ - ۹۲۵۸۶ - ۶۰۰ |

وَرَوَدَتْهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَغَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ  
 وَقَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ  
 إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ ﴿٢٤﴾ وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا  
 لَوْلَا أَنَّ رَأَى بُرْهَنَ رَبِّهِ ۚ كَذَلِكَ لِنَصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ  
 وَالْفَحْشَاءَ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ ﴿٢٥﴾

و با او بانوی خانه [زلیخا] به میل و نفس خود بنای مراوده را گذاشت و او را با بست و یوسف را به خود دعوت کرد و اشاره نمود که من برای تو آماده ام. یوسف گفت: پناه می برم به خدا (که به چنین عمل زشت اقام کنم) خدا مرا مقامی منزّه و نیکو عطا کرده و هرگز ستمکاران را رستگار نسازد \* آن زن از فرط میل باز اصرار و اهتمام کرد و اگر لطف خاص خدا و برهان روشن حق نگهبان یوسف نبود او هم به میل طبیعی اهتمام دردی ولی ما میل او را گردانیدیم [چرا که او از بندگان مخلص ما بود] که همانا او از بندگان خالص و پاکیزه ما است.

هشدارهای امیرالمؤمنین علی علیه السلام

هَوَاكَ أَعَدَى عَلَيْكَ مِنْ كُلِّ عَدُوٍّ فَاعْلِبْهُ وَإِنَّا أَهْلُكَ<sup>۱</sup>

نفست دشمن ترین دشمنان تو است کوشش کن که بر آن غالب و پیروز گردی و گرنه هلاکت خواهد کرد.

تَرَكَ الذَّنْبَ أَهْوَنَ مِنْ طَلَبِ الْمَعُونَةِ<sup>۲</sup>.

ترک گناه آسان تر از درخواست توبه است.

www.ketab.ir

۱. غرر الحکم، ص ۷۹۷.

۲. نهج البلاغه، حکمت ۱۷۰.

## فهرست

|    |                                                                |
|----|----------------------------------------------------------------|
| ۱۲ | .....مقدمه                                                     |
| ۱۴ | .....فصل اول «راه‌های پیشگیری»                                 |
| ۱۴ | .....بخش اول «شناخت خطرات این گناهان»                          |
| ۱۴ | .....اعلام خطر                                                 |
| ۱۵ | .....داستان برصیصای عابد                                       |
| ۱۸ | .....«ترک عادت»                                                |
| ۱۹ | .....۱. استمناء                                                |
| ۲۱ | .....۲. زنا                                                    |
| ۲۲ | .....چند داستان عبرت آموز                                      |
| ۲۲ | .....داستان اول                                                |
| ۲۴ | .....داستان دوم                                                |
| ۳۱ | .....داستان سوم                                                |
| ۳۳ | .....داستان چهارم                                              |
| ۳۴ | .....۳. لواط                                                   |
| ۳۹ | .....چند داستان عبرت آموز                                      |
| ۳۹ | .....داستان اول                                                |
| ۴۰ | .....داستان دوم                                                |
| ۴۲ | .....۴. مساحقه                                                 |
| ۴۳ | .....لازم به ذکر است که                                        |
| ۴۳ | .....تکمیل بحث                                                 |
| ۴۳ | .....عذاب زنهای گنهکار                                         |
| ۴۸ | .....بخش دوم «پرهیز از موارد تحریک کننده»                      |
| ۴۸ | .....۱. همنشینی با افراد آلوده                                 |
| ۴۹ | .....۲. نگاه‌های آلوده                                         |
|    | سؤال: اگر اشتباهی منظره تحریک آمیزی را دیدیم و تحریک شدیم برای |
| ۵۱ | .....نجات از گناه چه کنیم؟                                     |

|    |                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------|
| ۵۲ | خطر ماهواره، بلوتوث، سینمای منحرف و.....                          |
| ۵۴ | نامه یک پسر جوان دانشجو.....                                      |
| ۵۴ | نامه یک دختر جوان.....                                            |
| ۵۵ | بخش سوم « بلوغ زودرس ».....                                       |
| ۵۵ | بخش چهارم « دختران فراری ».....                                   |
| ۵۶ | داستانی واقعی از یک فرار.....                                     |
| ۵۷ | علت های فرار.....                                                 |
| ۵۸ | ۱. طلاق پدر و مادر.....                                           |
| ۵۸ | ۲. دعوا و ناسازگاری پدر و مادر.....                               |
| ۵۹ | ۳. کارمند بودن پدر و مادر.....                                    |
| ۵۹ | ۴. آوردن ماهواره به خانه.....                                     |
| ۶۰ | ۵. دوستان ناباب.....                                              |
| ۶۱ | داستان اول.....                                                   |
| ۶۳ | داستان دوم.....                                                   |
| ۶۴ | ۶. ازدواج های ناموفق.....                                         |
| ۶۴ | بخش پنجم «ازدواج دائم».....                                       |
| ۶۴ | بالا رفتن سن ازدواج بزرگ ترین خطرا.....                           |
| ۶۶ | مجردی بالای بیست سال باید ریشه کن شود.....                        |
| ۶۸ | به امید روزی که مجرد بالای بیست سال در مملکت اسلامی ریشه کن شود.. |
| ۶۹ | ازدواج موفق.....                                                  |
| ۶۹ | بهترین زن.....                                                    |
| ۷۱ | آراستگی شوهر.....                                                 |
| ۷۲ | ابراز محبت به همسر.....                                           |
| ۷۴ | دختران را زود شوهر دهید؛.....                                     |
| ۷۵ | این خواستگار را رد نکنید؛.....                                    |
| ۷۵ | حفظ دین.....                                                      |
| ۷۶ | الگوی مسلمین.....                                                 |
| ۷۶ | داستان اول.....                                                   |

|     |                                              |
|-----|----------------------------------------------|
| ۷۷  | داستان دوم                                   |
| ۷۸  | داستان سوم                                   |
| ۷۹  | داستان چهارم                                 |
| ۸۱  | داستان پنجم                                  |
| ۸۲  | داستان ششم                                   |
| ۸۳  | داستان هفتم                                  |
| ۸۴  | داستان هشتم                                  |
| ۸۴  | چند نکته بسیار مهم                           |
| ۸۵  | چند توصیه مهم به خانم‌ها                     |
| ۸۷  | فصل دوم « راههای درمان »                     |
| ۸۷  | بخش اول « توبه »                             |
| ۸۸  | خوشحالی خداوند از توبه و بازگشت بنده گناهکار |
| ۹۰  | مناجات توبه کنندگان                          |
| ۹۳  | حکایت توبه کردن چنانچه                       |
| ۱۰۰ | شرایط توبه                                   |
| ۱۰۱ | توبه برای همه                                |
| ۱۰۴ | بخش دوم « دعا »                              |
| ۱۰۵ | قطره ای از تفسیر مناجات شکایت کنندگان        |
| ۱۰۶ | ۱. نفس اماره                                 |
| ۱۰۷ | ۲. نفس لوامه                                 |
| ۱۰۸ | ۳. نفس مطمئنه                                |
| ۱۱۰ | مناجات شکایت کنندگان                         |
| ۱۱۲ | مناجات محبین                                 |
| ۱۱۵ | دعای معراج                                   |
| ۱۱۷ | دعاء الصحیفه                                 |
| ۱۲۴ | بخش سوم « دستور العملی برای ترک گناه »       |
| ۱۲۴ | ۱. فکر نکردن به این مسائل                    |

|                                                                                              |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ۲. برنامه ریزی برای تمام وقت .....                                                           | ۱۲۵ |
| ۳. پرهیز از خلوت .....                                                                       | ۱۲۷ |
| ۴. استفاده سرگرمی های مفیدی که علاقه داریم .....                                             | ۱۲۸ |
| ۵. قرار گرفتن در فضاهایی که حس مذهبی فرد را تحریک می کند و انگیزه توبه را قدرت می بخشد ..... | ۱۲۸ |
| ۶. دوری از اهل معصیت .....                                                                   | ۱۲۹ |
| ۷. روزه .....                                                                                | ۱۲۹ |
| ۸. پرهیز از موسیقی .....                                                                     | ۱۳۰ |
| ۹. نپوشیدن لباس هایی که شهوت را تحریک می کنند .....                                          | ۱۳۱ |
| ۱۰. در حمام چه کنیم؟ .....                                                                   | ۱۳۲ |
| دوش گرفتن با آب سرد .....                                                                    | ۱۳۵ |
| ۱۱. دتر بخارآیدن .....                                                                       | ۱۳۶ |
| ۱۲. «یاد مرگ» .....                                                                          | ۱۳۷ |
| ۱۳. تشویق و تنبیه .....                                                                      | ۱۳۸ |
| ۱۴. تنظیم برنامه غذایی مناسب .....                                                           | ۱۳۸ |
| ۱۵. مواظب چشمهایت باش .....                                                                  | ۱۳۸ |
| ۱۶. آرایش زن برای همسرش .....                                                                | ۱۳۹ |
| ۱۷. اگر خواستید نمودن بالله گناه کنید قبل از گناه این چند خط را بخوانید .....                | ۱۴۱ |
| بخش چهارم: چگونه حضرت یوسف <small>علیه السلام</small> توانست بر شیطان برود شود؟ .....        | ۱۴۱ |
| بخش پنجم «آخرین روش» .....                                                                   | ۱۴۴ |
| ازدواج موقت .....                                                                            | ۱۴۴ |
| صیغه عقد موقت .....                                                                          | ۱۴۶ |
| دو نکته .....                                                                                | ۱۴۸ |
| فصل سوم «پرواز بسوی لقاء الله» .....                                                         | ۱۴۹ |
| نماز کامله .....                                                                             | ۱۵۰ |
| کیفیت نماز کامله این است .....                                                               | ۱۵۱ |
| نماز شب .....                                                                                | ۱۵۲ |
| هشدار: .....                                                                                 | ۱۵۲ |



|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| کیفیت نماز شب                          | ۱۵۴ |
| روایت عنوان بصری                       | ۱۵۶ |
| فصل چهارم «ملحقات»                     | ۱۶۶ |
| بخش اول «سقط جنین»                     | ۱۶۶ |
| داستان اول                             | ۱۶۷ |
| داستان دوم                             | ۱۶۹ |
| داستان سوم                             | ۱۷۰ |
| داستان چهارم                           | ۱۷۱ |
| داستان پنجم                            | ۱۷۲ |
| دیه سقط جنین                           | ۱۷۲ |
| بخش دوم: حمله شب زفاف»                 | ۱۷۴ |
| شب زفاف کمتر از سحیح و شاهای نیست      | ۱۷۴ |
| چگونه جماع کنیم؟                       | ۱۷۶ |
| بخش سوم: راههای تقویت قوه جنسی         | ۱۸۰ |
| تقویت قوه جنسی با تخم مرغ              | ۱۸۰ |
| تقویت نموظ ( راست شدن) با خوردن هویج   | ۱۸۰ |
| تذکر مهم                               | ۱۸۱ |
| تقویت قوه جنسی با میگو                 | ۱۸۱ |
| تحریک پذیری آلت با میوه درخت به        | ۱۸۱ |
| تقویت غذاهای فسفر دار در امر امور جنسی | ۱۸۱ |
| تحریک پذیری آلت با خوردن فلفل تند      | ۱۸۱ |
| سرطان بیضه                             | ۱۸۲ |
| معاینه بیضه ها                         | ۱۸۲ |
| نحوه معاینه بیضه ها                    | ۱۸۲ |
| بخش چهارم «لطیفه»                      | ۱۸۲ |
| داستان «همسر تنبل»                     | ۱۸۳ |
| بخش پنجم: نعمت فرزند                   | ۱۸۴ |

- اگر بچه دار نمی شویم چه کنیم؟ ..... ۱۸۴
- توصیه پزشکی ..... ۱۸۵
- بخش ششم: شما به این عروسی دعوتید ..... ۱۸۶
- از حجله عروسی تا بستر شهادت ..... ۱۸۶
- کلام آخر ..... ۲۰۷

www.ketab.ir

## مقدمه

سپاس و ستایش خداوند تبارک و تعالی را سزااست که حمند را بیهای نعمت‌ها و پناهگاه از بلاها، و وسیله رسیدن به نعمت‌ها و بهشت جاویدان، و موجب افزایش احسان و کرمش قرار داد، او را می‌ستایم برای تمام کارهایش و از او یاری می‌طلبیم در نگهداری حق الهی؛ اما بعد از ستایش خدا، همانگونه که عالمیان می‌دانند سالهاست که جنود شیطان با تمام توان و تجهیزات قلوب مسلمانان، علی‌الخصوص جوانان را هدف قرار داده‌اند تا شاید بتوانند آنها را در منجلاب گناه غرق، و فاجعه کشور اندلس را تکرار کنند. حال وظیفه ما چیست؟

این حقیر از آنجا که طلبه‌ای جوانم، بارها مورد اطمینان و مشورت دوستان جوانم واقع شده‌ام، هنوز صدای حق‌گریه جوانی در گوشم است که می‌گفت: ... حال نمی‌خواهم گناه کنم!! تا به حال بیش از صد بار توبه کرده‌ام!! اما نتوانسته‌ام گناه را ترک کنم!! گویی معتاد به این اعمال شده‌ام، هنوز چند روز نگذشته دوباره .....

وقتی کارم تمام می‌شود از خودم بدم می‌آید اما.....!!!!

خلاصه مطلب این که؛ سالهاست شاهد قتل عام فرهنگی شیطان هستم و از هر راهی برای نجات دوستان جوانم از چنگال شیطان استفاده کرده‌ام اما متأسفانه توفیق چندانی نداشته‌ام تا این که به نظرم رسید همیشه پیشگیری بهتر از درمان است لذا چند خطی را به رشته تحریر درآوردم، که فکر می‌کنم حتی برای اقشار

مذهبی هم سودمند است، زیرا خطر شهوت آنقدر زیاد است که حتی می‌تواند با یک لحظه غفلت عابدهایی چون برصیصا<sup>۱</sup> را از اوج عزت به خاک ذلت بنشاند، کشوری چون اندلس را به زانو در آورد و...

حال آیا عاقلانه نیست که هر مؤمنی در خود آمادگی لازم را برای دفاع از دینش، در مقابل شیخون احتمالی شیطان، بوجود آورد، تا انواع نیرنگ‌ها و دامهای شیطان را بشناسد و راه خشتی سازی آنها را بداند؟

همچنین در این کتاب نکاتی را برای مبتلایان به گناهان جنسی آورده‌ام که با عمل به آنها بتوانند هرچه سریعتر بر شیطان پیروز شوند و جبران گناهات را بکنند. البته باید توجه داشت که هیچ‌کس به نتیجه نخواهد رسید مگر با توکل و عنایت خداوند تبارک و تعالی و یاری جستن از درگاه او.

در پایان از همه عزیزانی که در این نوشته اشتباهی می‌بینند می‌خواهم با انتقادات و پیشنهادات خود این حقیر را در این جهاد معنوی یاری رسانند.

با تشکر

وَالسَّلَامُ عَلَيَّ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِ

رضا آقاملانی

صفر ۱۴۳۲ هـ. ق.