

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور: مهارت همسرداری و رعایت حقوق زنان شوهری - مصطفی کتبی
نهیجه گنده مجموعه علمی فرهنگی مراکز اندیشه
محل چاپ: تهران، سازمان تبلیغات اسلامی، شرکت چاپ و نشر بین الملل، ۱۳۹۱
محل چاپ: ۱۳۸
فروست: مجموعه کتابهای مهارت زندگی: ۲۲
شابک: 978-964-304-519-7
وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع: روانشناسی (اسلام)
موضوع: روابط زن و مرد -- جنبه های مذهبی -- اسلام
شماره آفروده: مجموعه علمی فرهنگی مراکز اندیشه
شماره آفروده: سازمان تبلیغات اسلامی - شرکت چاپ و نشر بین الملل
رده بندی گنگره: BP T8A / 5 / ۱۳۹۱
رده بندی درسی: ۳۷۷.۲۲۵
شماره کتابشناسی ملی: ۲۷۸۶۲۷۷

شرکت چاپ و نشر بین الملل



نام کتاب: مهارت همسرداری و رعایت حقوق زنان شوهری
مؤلف: مصطفی کتبی
با همکاری: مجموعه علمی فرهنگی مراکز اندیشه
نویس: چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۱
لیتوگرافی: الوان
چاپ و صحافی: سپهر
شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه
قیمت: ۲۲۰۰۰ ریال
ویراستار: ویراستاران حرفه ای یاروس
موضوع: سادات موسویان
صفحه آرا: علی سعیدی
طرح جلد: محمدرضا نبوی
مسئول تولید: شریف شایسته
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۰۴-۵۱۹-۷

دفتر مرکزی:

تهران: میدان استقلال
سعدی جنوبی - پلاک ۲ -
طبقه سوم
تلفن: ۳۳۹۲۳۹۵۹ - ۲۱
شماره: ۳۳۱۱۸۶-۲

فروشگاه مرکزی:

میدان فلسطین - ضلع
شمال شرق - پلاک ۲ و ۵
تلفن: ۸۸۹۲۱۹۸۰ - ۲۱
شماره: ۸۸۹۰۲۸۴۳

E-mail:

intlpub@intlpub.ir
www.intlpub.ir

همه حقوق محفوظ است. هرگونه نسخه برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری اقتباس کلی و جزئی (به جز اقتباس جزئی در نقد و بررسی، اقتباس در گیومه در مستندنویسی و مانند آنها) بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

فهرست

۵	سخن آغازین
۷	پیشگفتار
۱۱	فصل اول: کلیات
۱۱	۱.۱. مفهوم‌شناسی مهارت‌های همسررداری
۱۳	۲.۱. دسته‌بندی مهارت‌های همسررداری
۱۳	۱.۲.۱. مهارت‌های شناختی
۱۴	۲.۲.۱. مهارت‌های روانی
۱۵	۳.۲.۱. مهارت‌های رفتاری
۱۶	۳.۱. شاخصه‌گزینش مهارت‌ها
۱۹	فصل دوم: مهارت‌های بهداشتی و زینت‌بخشی
۱۹	۱.۲. مقدمه
۱۹	۲.۲. بهداشت و زیبایی زن
۲۰	۱.۲.۲. حاملگی (باروری)

۲..... مهارت همسر داری و رعایت حقوق زناشویی

۲۶..... ۲.۲.۲. یائسگی

۲۷..... ۳.۲. آراستگی و زینت زن

۲۷..... ۱.۳.۲. گرایش طبیعی زن به زیبایی

۲۸..... ۲.۳.۲. اهمیت زینت زن

۳۰..... ۴.۲. زینت زن برای شوهر

۳۴..... ۱.۴.۲. مصادیق زینت زن برای شوهر

۳۷..... ۵.۲. بهداشت و آراستگی مرد

۴۰..... ۱.۵.۲. مصادیق تزئین مرد

۴۵..... فصل سوم: مهارت‌های روابط جنسی

۴۵..... ۱.۳. نکات کلیدی

۴۵..... ۱.۱.۳. زاویه دید

۴۷..... ۲.۱.۳. هیجان و انرژی

۴۸..... ۳.۱.۳. فرهنگ جنسی

۵۰..... ۴.۱.۳. آسیب‌ها و بایسته‌ها

۵۳..... ۲.۳. مراقبه‌های فردی (مهارت‌های اخلاق جنسی)

۵۳..... ۱.۲.۳. روش خوشتن‌داری

۷۸..... ۲.۲.۳. روش جایگزین‌سازی

۸۹..... ۳.۲.۳. تنوع‌طلبی نامشروع جنسی

۹۰..... ۳.۳. مهارت‌های روابط جنسی

۹۰..... ۱.۳.۳. نقشه شیطان

۹۲..... ۲.۳.۳. زاویه دید

۹۳..... ۳.۳.۳. مسیر شروع و تحقق رابطه جنسی

۱۰۷..... فصل چهارم: مهارت‌های روابط روانی و عاطفی

۱۰۷..... ۱.۴. زاویه دید

۱۱۲	 ۲.۴ عشق برافروخته
۱۲۰	 ۳.۴ گذر از چاله‌های هوایی
۱۲۰	 ۱.۳.۴ صبر
۱۲۱	 ۲.۳.۴ مدارا و گذشت
۱۲۳	 ۳.۳.۴ سازگاری
۱۲۴	 ۴.۴ در مسیر ثبات
۱۲۷	 فصل پنجم: مهارت‌های روابط معنوی
۱۲۷	 ۱.۵ زاویه دید
۱۲۸	 ۲.۵ زنک خطر
۱۳۰	 ۳.۵ احساس مسئولیت
۱۳۳	 ۴.۵ خدامحوری در خانواده
۱۳۵	 ۵.۵ ساده‌زیستی و پرهیز از تجملات
۱۳۶	 ۶.۵ ایثار و انفاق خانوادگی
۱۳۸	 ۷.۵ پاک نگه داشتن خانه و خانواده از گناه
۱۳۹	 ۸.۵ صلۀ رحم
۱۴۲	 ۹.۵ عفت‌ورزی و عفاف‌محوری
۱۴۳	 ۱۰.۵ غیرت‌ورزی و حریم‌داری

سخن آغازین

از دیرباز، آداب زیستِ مسلمانی جزو فرهنگ دینی ایرانیان بوده است. چگونگی ارتباطات فردی و اجتماعی، ارتباط با عالم معنا، نیک‌اندیشی و مهارت‌های زندگی در حوزه فردی و خانوادگی، از جمله موضوعاتی است که اگر به درستی آموزش داده شود، زندگی فرخ‌بخشی را به ارمغان خواهد آورد. با دقت در نسل‌های پیشین، درمی‌یابیم که پدران و مادران از روزگاران گذشته، اهتمام ویژه‌ای در تربیت فرزندان بر پایه آداب زندگی دینی داشته‌اند.

مجموعه مهارت‌های زندگی، شامل ۲۴ جلد کتاب در موضوعات مختلف، به این مسئله پرداخته است. از ویژگی‌های این مجموعه، رویکرد کاملاً دینی به مهارت‌های زندگی است. بهره‌گیری از آیات و روایات و استخراج مهارت‌های زندگی از سیره معصومان، بر جذابیت محتوایی این کتاب‌ها افزوده است.

۶..... مهارت همسر داری و رعایت حقوق زن‌اشویی

از معاونت پژوهشی و آموزشی سازمان تبلیغات اسلامی و
نیز از پژوهشگران و نویسندگان و دیگر عواملی که در تهیه
و تألیف این آثار تلاش کردند، سپاسگزاریم.

مجموعه علمی فرهنگی مرآت اندیشه

www.ketab.ir

پیشگفتار

آیا باید بپذیریم ازدواج رفتاری طبیعی و برآمده از نیازهای غریزی و عمدتاً جنسی است؟ آیا عامل اصلی پیوند زناشویی، بهره‌مندی و کسب شادکامی است؟ آیا خوشبختی، با همان مفهوم امروزی آن، که مهم‌ترین آرزوی هر دختر و پسر جوان است، با تن دادن به ازدواج محقق می‌شود؟ شادکامی، رضایتمندی، کسب اوج لذت و خوشبختی پر دامنه‌ترین کلید واژگان جست‌وجو را در فضای مجازی تشکیل می‌دهند. زنان و مردان جوان به امید دانستن آنچه تصور می‌کنند در گرم‌تر کردن روابط عاطفی یا جنسی مؤثر باشد، به جست‌وجویی فراگیر دست می‌زنند و در بیشتر اوقات از فضاهایی سر در می‌آورند که قصد دیدن آن‌ها را نداشتند.

داشتن زندگی پر شور و نشاط و همراه با بهره‌مندی و کام‌گیری رضایت‌بخش، یکی از دغدغه‌های اصلی جامعه ما به‌شمار می‌آید. این نگرش، درست باشد یا غلط، برخاسته از نیازی طبیعی باشد یا جریان‌هایی با مدیریت احساسات و

جهت‌دهی به ذائقه جامعه، آن را تحمیل کرده باشد، هر چه باشد و از هر کجا آمده باشد، یکی از مسائلی است که جامعه به آن مبتلاست و باید با تدبیری حکیمانه آن را ارضا کرد و سامان بخشید.

از سوی دیگر، نمی‌توان ریشه‌های عمیق مذهبی و معنوی جامعه ایرانی را نادیده گرفت. جوشان‌ترین چشمه مذهبی و ایمانی جامعه در خانوادهٔ اصیل ایرانی نهفته است. مادران و پدران ما، فرزندان خویش را با محبت اهل بیت (علیهم‌السلام) و تقیدات و پایبندی‌های شرعی پرورش داده و مهم‌ترین کارکرد خانواده، یعنی اجتماعی‌بودن را تحت‌تأثیر قیودات شرعی به ما آموخته‌اند. خصلت‌هایی مانند غیرت، حیا، عفت، پرده‌پوشی و... روابط اجتماعی ما را رنگ و بویی خاص بخشیده است. تهاجم‌هایی که به خصوص با مدیریت شیاطین،^۱ به مبانی دینی خانوادهٔ ایرانی صورت می‌گیرد، آسیب‌های زیاد روانی و اخلاقی به این ساختار ارزشمند وارد می‌کند. با این حساب می‌توان به نتایج زیر دست یافت:

ازدواج یعنی شروع گونه‌ای ارتباط. مهم‌ترین ویژگی ارتباط، دوسویه‌بودن آن است. به علاوه، هر ارتباطی شامل دو مؤلفهٔ مسئولیت و حقوق است؛ به این معنا که هر پیوندی، طیفی از مسئولیت‌ها را به عهدهٔ طرفین می‌گذارد و در مقابل آن نیز دامنه‌ای از حقوق و برخورداری‌ها به دو طرف تعلق می‌گیرد. این حقوق و تکالیف منشأ و خاستگاه برقراری ارتباط به‌شمار می‌آید. محبت و عشق و عاطفه

جامه‌ای است که با دست تدبیر الهی^۱ بر قامت زن و مرد می‌نشیند تا زمختی و شکنندگی، جای خود را به آرامش و سکون دهد.^۲ انس و مهربانی و ملاطفت در کنار تدبیر و سخت‌کوشی همراه با فرمانبرداری و مسئولیت‌پذیری، ویژگی‌هایی است که هم از زن و هم از مرد انتظار می‌رود.

پرسش‌های مهمی وجود دارد که از آن میان می‌توان به این‌ها اشاره کرد: چه مهارت‌ها و راهکارهایی وجود دارد تا با کسب آن‌ها بتوان هم پاسخی شایسته به نیازهای طبیعی و غریزی خود داد و هم با حفظ کرامت انسانی، از غلتیدن در وادی هولناک شهوات و زیرپانهادن کرامت‌های الهی انسانی دوری جست؟ چگونه می‌توان در اوج لذت و بهره‌مندی جنسی، از مسیر بندگی خدا خارج نشد و اساساً میان این دو، هیچ تنافی و تزاخمی ندید؟ چگونه می‌توان رابطه عاشقانه زناشویی را فرصتی برای سلوک در راه خدا و قرب به او دانست و بهره‌مندی غریزی را زمینه‌ای برای کسب طهارت ظاهری و باطنی به‌شمار آورد؟

تلاش ما این است تا با مراجعه به متون دینی و روایی موجود، به پرسش‌های بالا و هزاران پرسشی که ذهن پریشان بشر امروزی را به خود مشغول کرده است، پاسخی درخور بدهیم. شگردهایی که دین با توجه به خلقت کرامت‌گونه انسان، در برقراری رابطه زناشویی پیشنهاد می‌کند، برای بهره‌مندی بیشتر و لذتی عمیق‌تر از زندگی

۱. ... وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةَ وَرَحْمَةً: روم، ۲۱.

۲. ... خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا: روم، ۲۱.

۱۰..... مهارت همسر داری و رعایت حقوق زناشویی

است و این با شیوه‌های به‌اصطلاح مدرن و امروزی در تضادی آشکار است.

آنچه امروز در قالب روش‌ها و مهارت‌های زناشویی مطرح می‌شود، بیش از هرچیز ساخته و پرداخته ذهن پریشان و شهوت‌آلود انسان‌هایی است که قرن‌ها با تجربه‌گرایی و سکولاریسم و لذت‌اندیشی، از خدا و ارزش‌های الهی فاصله گرفته‌اند.