

کنترل غریزه جنسی

محمّد کریمی

www.ketab.ir

سرشناسه	: کرمی، محمد، ۱۳۶۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: کنترل غریزه جنسی/ نویسنده محمد کرمی
مشخصات نشر	: تهران: آذرین مهر، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۵ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۲-۶۹-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: اخلاق جنسی نوجوانان
موضوع	: Sexual ethics for teenagers
موضوع	: عفت -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Chastity -- Religious aspects -- Islam
موضوع	: اسلام و مسائل جنسی
موضوع	: Islam and sex*
شناسه افزودن	: کرمی، عصمت، ۱۳۷۲-، ویراستار
رده بندی کنگره	: HQ۵۰۰
رده بندی دیویی	: ۱۷۰
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۹۸۹۰۰

کنترل غریزه جنسی

تألیف حقوق مادی و معنوی اثر

متعلق به نویسنده می باشد.

نویسنده: محمد کرمی

ویراستار: عصمت کرمی

ناشر: آذرین مهر

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۲-۶۹-۲

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد



تهران: خیابان انقلاب، خیابان وحید نظری بین فخر رازی و دانشگاه پلاک ۶۵ طبقه اول واحد ۴

۰۲۱-۶۶۹۷۸۰۲۹-۳۰

۰۹۳۶۱۷۰۲۷۷۸

انتشارات آذرین مهر

فهرست مطالب

۱۱	تذکره
۱۶	دوران جنسی
۱۹	چرا بهداشت جوانان اهمیت دارد؟
۲۰	چالش‌های سلامت در این دوران چیست؟
۲۲	مشکلات دوره بلوغ و بهداشت روانی
۲۵	بلوغ چیست؟
۵۳	جهت‌کاستن مشکلات آنها باید کرد؟
۵۸	عوامل روزمره در کنترل غریزه جنسی
۶۱	راههای کنترل غریزه جنسی با توجه به اسلام
۶۶	کنترل منفی
۶۷	کنترل مثبت
۶۸	شیوه‌های کنترل مثبت
۷۴	کنترل غرایز جنسی و هواهای نفسانی در پرتو آموزه‌های اسلامی
۷۴	اصلاح و تهذیب نفس در جوانی
۷۵	رویارویی شهوت و عقل، در جوانی
۷۸	پی‌آمدهای طغیان غرایز و چگونگی مهار آن
۸۰	پی‌آمدهای خطرناک پیروی از شهوت‌ها
۸۱	غریزه جنسی؛ نگاه ایزاری یا استقلالی
۸۳	مددخواهی از خداوند، برای کنترل غریزه‌ها

آموزش و تربیت جنسی ۹۵

توصیه هایی به پدر و مادرها ۱۳۶

منابع ۱۴۳

www.ketab.ir

در طول زندگی یک فرد وقایعی رخ می‌دهد که از اهمیت خاصی برخوردار است و به عنوان نقطه عطفی در زندگی از آنها یاد می‌شود. بلوغ یکی از این وقایع است. بلوغ دوره‌ای مابین کودکی و بزرگسالی است که در این دوره تغییرات دینامیک در مغز و غدد بدن، باعث تغییرات جسمانی، روانی و رفتاری در فرد می‌شود. هنگامی که شخصی از بلوغ به میان می‌آید، توجه ما بیشتر به غرایز جنسی، تغییرات فیزیولوژیک و ... معطوف می‌شود که نشانگر آغاز زندگی جنسی، امکان بارور شدن و بارور شدن است.

از میان این تغییرات، می‌توان از ازیاد سرعت رشد، پیدایش صفات ثانوی جنسی و به‌طور کلی، دگرگونی در شکل ظاهری بدن نام برد. افزون بر آنچه گفته شد، بلوغ، تصاویر دیگری را نیز در ذهن مجسم می‌کند که گویای تغییراتی است که در این دوره امکان وجود می‌یابند.

مهارتهایی که نوجوان باید در این دوره در آنها تسلط یابد به قدری دشوار است و انتخاب هایی که با آنها مواجه می شود به قدری متنوع است که بسیاری از مشکلات روانی، بیماریهای عفونی، ازدواج های ناموفق، حاملگی های زودرس و مخاطره آمیز، صدمات و مرگ و میر مادر و کودک و در نهایت مشکلات عدیده جسمی و روحی، ریشه در این دوران دارد.

در سراسر جهان تحلیف اساسی این دوره بسیار مشابه اند؛ نوجوان باید بدن بالغ خود را پذیرد، شیوه های تفکر بالغ را فراگیرد، استقلال عاطفی و مالی کسب کند روشهای پخته تر برقراری رابطه با همسالان هر دو جنس را بیاموزد و هویتی مستقل تشکیل دهد.

در همه مناطق جهان با در نظر گرفتن شرایط طبیعی، فرهنگی و اجتماعی، دختران زودتر از پسران به سن بلوغ می رسند و فعالیت جنسی و تغییرات جسمی در آنان قبل از پسران آغاز می شود.

با ظهور اسلام، دیدگاه گذشته نسبت به زنان و به طور کلی نسبت به غریزه جنسی، متحول شد؛ چنان که اسلام ارضای تمایل جنسی را در نظام خانواده و در پرتو ازدواج امری پسندیده به حساب آورد و بر آن تأکید ورزید و به انسان ها اجازه داد که تمایل جنسی خود را

از طریق آمیزش با همسر خویش ارضا کنند. بنابراین باید در جامعه برای پیشگیری از مشکلات در این حوزه آموزش های ویژه ای را برای آگاهی دادن خانواده ها تدارک دید. امید است این اثر مهم مورد استفاده همه قرار گیرد.

با احترام

محمد کرمی