

سرشناسه: پسندیده، عباس، ۱۳۹۱
عنوان و نام پدید آور: رضایت از زنا شویی / مؤلف عباس پسندیده؛ سفارش دهنده سازمان بهزیستی کشور؛ تهیه کننده پژوهشکده اخلاق و علوم رفتاری پژوهشگاه قرآن و حدیث
مشخصات نشر: قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، سال ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری: ۳۶۰ ص.

شابک: 978-964-493-559-6

وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: این کتاب قبلاً تحت عنوان رضایت از زنا شویی: بررسی عوامل موفقیت زنا شویی از دیدگاه اسلام توسط سازمان بهزیستی کشور، روابط عمومی در سال ۱۳۹۰ منتشر شده است.
عنوان دیگر: رضایت زناشویی: بررسی عوامل موفقیت زندگی زنا شویی از دیدگاه اسلام.
موضوع: زناشویی (اسلام)

موضوع: روابط زن و مرد -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

شناسه افزوده: سازمان بهزیستی کشور

شناسه افزوده: پژوهشگاه قرآن و حدیث. پژوهشکده اخلاق و علوم رفتاری

رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ ۶۵ پ ۲ / ۲۵۳ BP

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۲۰۵۱۱

رضایت زناشویی

www.ketab.ir

دکتر عباس پسندیده

عضویت علمی دانشگاه قرآن و حدیث

رضایت زناشویی

عباس پسندیده

(عضو هیئت علمی دانشگاه قرآن و حدیث)

سفارش دهنده: سازمان بهزیستی کشور

تهیه کننده: پژوهشکده اخلاق و علوم رفتاری

(پژوهشگاه قرآن و حدیث)

سرپرستار: محمد هادی خالقی

ویراستار: حسین پور شریف

اعراب گذار احادیث: محمد پور صباغ

نمونه خوان: علی نقی کرمان، محمود سپاسی، حیدر وائلی، سید هاشم شهرستانی

حروفچین و صفحه آرا: علی اکبر...

طراح جلد: حسن فرزنانگان



ناشر: سازمان چاپ و نشر دار الحدیث

چاپ: اول / ۱۳۹۱

چاپخانه: دارالحدیث

شمارگان: ۲۰۰۰

قیمت: ۹۰۰۰ تومان

دفتر مرکزی: قم، میدان شهدا، خیابان معلم، پلاک ۱۲۵ تلفن: ۷۷۴۰۵۲۳ - ۰۲۵۱ / فاکس: ۷۷۴۰۵۷۱ - ۰۲۵۱ /

ص. پ ۴۴۶۸ / ۳۷۱۸۵

نمایشگاه دائمی علوم حدیث (قم، خیابان معلم) تلفن: ۷۷۴۰۵۴۵ - ۰۲۵۱ / فروشگاه شماره «۲» (شهر ری، حرم

حضرت عبدالعظیم حسنی علیه السلام درب شرقی ۷) تلفن: ۵۵۹۵۲۸۶۲ - ۰۲۱

فروشگاه شماره «۳» (مشهد مقدس، چهار راه شهدا، ضلع شمالی باغ نادری، مجتمع فرهنگی تجاری گنجینه کتاب،

طبقه هم کف: ۳ - ۲۲۴۰۰۶۲ - ۰۵۱۱

<http://darolhadith.ir>

darolhadith.20@gmail.com

ISBN: 978 - 964 - 493 - 559 - 6

* کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است *

فهرست مطالب

پیش‌گفتار.....	۱۵
مقدمه.....	۱۷

فصل اول: ترغیب به ازدواج

روش اسلام در ترویج ازدواج.....	۲۳
الف. برطرف کردن موانع.....	۲۴
۱. اعتماد به فضل خداوند.....	۲۴
۲. مخالفت نداشتن با فضیلت خواستگار.....	۲۹
۳. سخت نگرفتن در ازدواج.....	۳۱
۴. مسئولیت‌پذیری.....	۳۳
۵. پاسداشت مفهوم خانواده.....	۳۳
ب. تشویق به ازدواج.....	۳۷
۱. تشویق جوانان.....	۳۸
یک. نکوهش تجرد.....	۳۸
دو. ارزشمندی ازدواج.....	۳۹
۲. مسئولیت دیگران.....	۴۱
یک. مسئولیت خانواده.....	۴۱
دو. مسئولیت جامعه.....	۴۲
جمع‌بندی.....	۴۴

فصل دوم: عوامل پیشینی پایداری و رضامندی

- ۴۷..... پایداری خانواده و رضایت زناشویی
- ۴۷..... نقطه آغاز کجاست؟
- ۴۹..... عوامل پیشینی
- ۴۹..... یکم. توانمندی‌های شناختی
- ۴۹..... الف. تنظیم دیدگاه نسبت به ازدواج و تشکیل خانواده
- ۵۱..... راز قداست خانواده
- ۵۲..... یک. نظریه خانواده
- ۵۲..... رویکرد جنسی و نقد آن
- ۵۳..... رویکرد تداوم نسل و نقد آن
- ۵۵..... رویکرد مشارکت در زندگی و نقد آن
- ۵۶..... دیدگاه این
- ۵۶..... ۱. مؤلفه تربیت
- ۵۸..... ۲. مؤلفه سکونت
- ۵۹..... دو. کارکرد خانواده
- ۵۹..... ۱. تنظیم رفتار جنسی
- ۶۰..... ۲. تولید مثل
- ۶۳..... ۳. مشروعیت
- ۶۴..... ۴. حمایت و مراقبت
- ۶۵..... ۵. انس و عاطفه
- ۶۶..... ۶. مشارکت و همیاری
- ۶۹..... ۷. کنترل اجتماعی
- ۷۰..... .. کنترل همسران
- ۷۲..... .. کنترل فرزندان
- ۷۲..... جمع‌بندی
- ۷۳..... ب. تنظیم دیدگاه نسبت به همسر

۷۴	دوم. مهارت در انتخاب همسر
۷۴	الف. دقت در انتخاب همسر
۷۴	یک. محدودیت آوری ازدواج
۷۶	دو. تربیت نسل
۷۷	جمع بندی
۷۸	ب. معیارهای انتخاب
۷۸	۱. دینداری
۸۰	تقدم دینداری بر زیبایی
۸۱	تقدم دینداری بر دارایی و شهرت
۸۱	دلیل ترجیح دینداری بر دیگر ملاکها
۸۵	جمع بندی
۸۸	تشخیص دیندار و دینداری
۹۰	۲. حسن خلق
۹۱	۳. همسانی
۹۲	انواع همسانی
۹۴	معیار همسانی
۹۷	۴. خردمندی
۹۸	ج. ازدواج اختیاری
۹۹	نظرخواهی
۱۰۲	الگوی تصمیم گیری و انتخاب
۱۰۳	خلاصه بحث

فصل سوم: عوامل پسینی پایداری و رضامندی

۱۰۷	راهبرد: مودت و رحمت
۱۰۹	تأکید بر مهرورزی
۱۱۲	معنای مودت و رحمت و تفاوت آنها
۱۱۲	۱. تفاوت مودت با محبت
۱۱۲	۲. تفاوت مودت با رحمت

۳. تفاوت معنایی دو واژه..... ۱۱۳
- حدّ مودّت و رحمت..... ۱۱۴
- منبع مودّت و رحمت..... ۱۱۶
- وظیفه همسران..... ۱۱۷
- تعامل مثبت و سازنده، عامل تحقق راهبرد..... ۱۲۰
- یک. خوش اخلاقی..... ۱۲۳
- مفهوم خوش اخلاقی..... ۱۲۴
- الف. نرم خوئی..... ۱۲۵
- ب. خوش گفتاری..... ۱۲۶
- ج. خوش رویی..... ۱۲۸
- بد اخلاقی؟!..... ۱۳۰
۱. تأثیر بد اخلاقی..... ۱۳۱
۲. واکنش به بد اخلاقی..... ۱۳۲
- دو. واکنش مناسب به «خوبی و بدی همسر»..... ۱۳۶
- الف. نیکی کردن به همسر..... ۱۳۶
۱. تأثیر احسان و نیکی به همسر در دنیا و آخرت..... ۱۳۶
- توانمندی احسان به همسر..... ۱۳۷
- مهارت درک احسان همسر..... ۱۳۸
۲. واکنش در برابر احسان همسر..... ۱۴۰
- روش سپاس‌گزاری..... ۱۴۴
- الف. انواع سپاس‌گزاری..... ۱۴۴
- ب. مراتب سپاس‌گزاری..... ۱۴۵
۱. رفتاری..... ۱۴۵
۲. زبانی..... ۱۴۵
۳. قلبی..... ۱۴۷
- واکنش در برابر ناسپاسی همسر و پیامدهای آن..... ۱۴۹
- ب. بدی کردن به همسر..... ۱۵۳

- ۱۵۴..... ۱. تأثیر بدی کردن به همسر
- ۱۵۶..... ۲. واکنش در برابر بدی کردن همسر
- ۱۶۱..... مهارت عفو کردن
- ۱۶۲..... یک. از شتاب در انتقام پرهیز کنید
- ۱۶۲..... دو. خشم خود را مهار کنید
- ۱۶۲..... سه. شکایا باشید
- ۱۶۲..... چهار. موقعیت را خردمندانه ارزیابی کنید
- ۱۶۹..... پنج. «عذرخواه» و «عذرپذیر» باشید
- ۱۷۱..... شش. ایمان خود را تقویت کنید
- ۱۷۲..... سه. الگوی تعامل مثبت با «همسر - خانواده»
- ۱۷۳..... الگوی نادرست تعامل ناظر به شخص ثالث
- ۱۷۴..... الگوی درست تعامل ناظر به شخص ثالث
- ۱۷۸..... چهار. واکنش مناسب در موقعیت «حضور - غیبت»
- ۱۷۹..... الف. الگوی تعامل مثبت در غیبت و حضور
- ۱۸۱..... ب. الگوی نادرست تعامل در غیبت و حضور
- ۱۸۳..... خیانت زناشویی
- ۱۸۴..... پیامد خیانت زناشویی
- ۱۸۵..... انگیزه‌ها و زمینه‌های خیانت
- ۱۸۵..... بنیان خیانت
- ۱۸۶..... زمینه‌های خیانت
- ۱۸۶..... الف. پیش از ازدواج
- ۱۸۶..... ۱. روابط ناسالم
- ۱۸۶..... ۲. ولادت ناپاک
- ۱۸۶..... ب. هنگام زندگی
- ۱۸۶..... ۱. نارضایتی زناشویی
- ۱۸۷..... ۲. تحریکات جنسی نابه‌جا
- ۱۸۸..... ۳. نبود غیرت

۴. غیرت نابه جا ۱۸۹
۵. مکافات عمل ۱۸۹
- راه کارهای ایمن سازی در برابر خیانت ۱۸۹
۱. امانت داری ۱۹۰
۲. تنظیم روابط با نامحرم و پرهیز از ارتباط های ناسالم ۱۹۰
۳. انتخاب همسر مناسب ۱۹۰
۴. برخورداری از مهارت لازم برای زندگی زناشویی ۱۹۱
۵. پرهیز از ارتباط های ناسالم ۱۹۲
۶. غیرتمندی ۱۹۲
- پنج. ارضای جنسی ۱۹۳
- مسئولیت جنسی همسران ۱۹۳
- الف. مسئولیت زن ۱۹۳
- ب. مسئولیت مرد ۱۹۴
- چگونگی رسیدن به رضایت جنسی ۲۰۱
- شش. شادی و نشاط در خانواده ۲۰۳
- عوامل برانگیختن نشاط در خانواده ۲۰۴
۱. لذت شوخی ۲۰۵
۲. لذت بوی خوش ۲۰۷
۳. خریدن هدیه ۲۰۸
۴. با هم بودن ۲۰۹
- ۵ - ۱۴. شادی های ده گانه دیگر ۲۱۱
- هفت. سازگاری و مدارای همسران ۲۱۲
- حدا مدارا و سازگاری ۲۱۵
- تسهیل در سازگاری ۲۱۶
- هشت. الگوی مناسب اقتصاد خانواده ۲۱۶
- بحث اول: رفتار اقتصادی همسران ۲۱۷
- الف. الگوی درآمدها ۲۱۷

۲۱۹	الگوی مناسب درآمد
۲۱۹	- قناعت
۲۲۳	چه چیزی قناعت را برای زن تسهیل می‌کند؟
۲۲۴	- رعایت اعتدال در کار و تلاش
۲۲۵	- تلاش برای کسب روزی حلال
۲۲۶	ب. هزینه و مصرف
۲۲۸	الگوی مناسب مصرف
۲۲۸	۱. مدیریت منابع
۲۲۹	حسن تدبیر
۲۳۱	۲. میانه‌روی
۲۳۴	۳. رعایت علاقه خانواده
۲۳۵	جمع‌بندی
۲۳۶	بحث دوم: واکنش به بحرانیتهای اقتصاد زندگی
۲۳۶	الف. موقعیت خوشایند
۲۳۷	واکنش منفی به دوران خوشایند
۲۳۸	واکنش مناسب به دوران خوشایند
۲۳۹	به دست آوردن توان سپاس‌گزاری
۲۴۰	۱. راهبرد
۲۴۰	داشته‌های زندگی
۲۴۲	۲. عوامل و راهکارها
۲۴۲	یک. در ارزیابی داشته‌ها جامع‌نگر باشید
۲۴۵	دو. نظام مقایسه‌های خود را مدیریت کنید
۲۴۵	مقایسه صعودی منجر به نارضایتی و ناسپاسی
۲۴۷	مقایسه نزولی منجر به رضامندی و سپاس‌گزاری
۲۵۲	سه. آرزوهایتان را مدیریت کنید
۲۵۶	جمع‌بندی
۲۵۷	ب. موقعیت ناخوشایند

- واکنش منفی به دوران ناخوشایند ۲۵۸
- واکنش مناسب به دوران ناخوشایند ۲۶۰
- تأثیر بردباری و رضامندی بر زندگی زناشویی ۲۶۰
- پیامد بردباری و رضامندی ۲۶۲
- کسب توان بردباری ۲۶۲
۱. انتظارات خود را با واقعیت‌ها تنظیم کنید ۲۶۳
۲. موقعیت ناخوشایند را با شجاعت بپذیرید ۲۶۷
- تفاوت بین پذیرش و انفعال ۲۶۹
۳. خداوند را سرچشمه همه امور بدانید ۲۷۰
- خداوند، تضمین‌کننده روزی ۲۷۱
۴. موقعیت ناخوشایند را درست ارزیابی کنید ۲۷۵
- مصیبت؛ زشت یا زیبا؟ ۲۷۵
- ما ماننا ریم یا مالک،؟! ۲۷۶
۵. کلمه «استرجاع» را بر زبان جاری کنید ۲۸۱
۶. به نکات مثبت زندگی توجه کنید ۲۸۵
۷. به آینده خوشایند فکر کنید ۲۸۶
۸. به پاداش بردباری بیندیشید ۲۸۷
۹. توان روحی خود را تقویت کنید ۲۸۹
- جمع‌بندی ۲۹۲
- نه. کمک به همسر ۲۹۲
- الف. کمک مرد به همسر ۲۹۵
- ب. کمک زن به شوهر ۲۹۶
- ده. معناداری زندگی زناشویی ۲۹۸
- نقش معنا در زندگی زناشویی ۲۹۹
- ناکامی در معناجویی ۲۹۹
- معنای انسانی حیات ۳۰۲
- ایمان، تجلّی معنای انسانی ۳۰۲

۳۰۴	۱ - ۳. بی‌نیازی، ارضا و عزتمندی
۳۰۷	۴ - ۵. صداقت و امانتداری
۳۰۸	۶. تقوا
۳۰۹	۷. تقدس تلاش همسران
۳۱۰	یک. معناداری تلاش زنان
۳۱۴	دو. معناداری تلاش مردان
۳۱۷	خدامعنایی، مبنایی متعالی برای ازدواج و همسرداری
۳۱۹	دعا، اوج خدامعنایی
۳۱۹	الف. دعا و نشاط
۳۲۲	ب. دعا و رضامندی
۳۲۳	ویژگی‌های دعاشناسانه
۳۲۳	۱. هماره پاسخگو
۳۲۴	۲. هماره بخشنده
۳۲۴	۳. هماره در دسترس
۳۲۵	۴. نزدیک بودن
۳۲۵	دعا و تأمین امکانات
۳۲۶	دعا برای خانواده
۳۲۶	یک. طلب خیر و دوری از شر
۳۲۷	دو. بخشش و سلامتی
۳۲۷	سه. پناه بردن به خداوند در هنگام سختی
۳۲۷	چهار. ایمنی
۳۲۸	پنج. سامان یافتن زندگی
۳۲۸	دعا برای فرزندان
۳۲۹	یک. دعا‌های ابراهیم علیه السلام برای فرزندانش
۳۳۰	دو. دعای مادر حضرت مریم علیها السلام برای وقف فرزندش برای عبادت خدا
۳۳۱	سه. دعا‌های حضرت زکریا علیه السلام برای فرزنددار شدن
۳۳۲	چهار. دعای حضرت یعقوب علیه السلام برای آمرزش فرزندان گنهکارش

- ۳۳۳..... پنج. دعای امام زین العابدین علیه السلام برای فرزندان
- ۳۳۷..... دعا برای والدین
- ۳۳۸..... یک. درخواست رحمت بر والدین
- ۳۳۸..... دو. دعای حضرت ابراهیم علیه السلام
- ۳۳۹..... سه. دعای حضرت نوح علیه السلام
- ۳۳۹..... چهار. دعای حضرت یوسف علیه السلام
- ۳۴۰..... پنج. دعای امام زین العابدین علیه السلام
- ۳۴۳..... ج. دعا و کاهش فشارهای روانی
- ۳۴۵..... تربیت معنوی
- ۳۴۸..... حدّ مشابّهت
- ۳۵۱..... فهرست منابع و مآخذ

پیش‌گفتار

خانواده، از نهادهای مهم و همیشگی جامعه انسانی است که سلامت آن، نقش مهمی در سلامت فرد و جامعه دارد. احساس کامیابی و شادکامی همسران و همچنین رشد و تربیت فرزندان، به موفقیت خانواده بستگی دارد. این، نکته‌ای است که اگر مورد توجه قرار نگیرد، ممکن است آسیب‌های فراوانی (مانند: همسرآزاری، اعتیاد، طلاق، خیانت و فرار از خانه) را در پی داشته باشد. از این رو، پرداختن به خانواده، اهمیتی دوچندان پیدا می‌کند.

خوش‌بختانه، از آن‌جا که در منابع اسلامی، خانواده، از جایگاه بلندی برخوردار است، آموزه‌های دینی فراوانی در باره آن، در دسترس ماست. این آموزه‌ها باید گردآوری شوند و اطلاعات به دست آمده از آنها، مورد تجزیه و تحلیل و پردازش، قرار گیرد.

بررسی‌های «همایش اسلام و آسیب‌های اجتماعی» نشان داد که الگوی دینی خانواده، بویژه در دو حوزه «شیوه انتخاب همسر» و «سبک همسرداری»، نقشی اساسی در پیشگیری از بسیاری آسیب‌های اجتماعی دارد. مسئولان «سازمان بهزیستی کشور»، بنا به رسالت خود در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی، پیشنهاد تدوین متنی بر اساس آموزه‌های اسلامی را ارائه نمودند که مورد موافقت «دارالحديث» قرار گرفت. در همین زمینه، جلسات کارشناسی، میان نمایندگان دو مرکز، تشکیل شد و سرفصل‌های پژوهش مورد نظر، تدوین گشت و سپس کار مطالعه و بررسی متون دینی شروع شد و نتیجه آن، به اطلاع مسئولان سازمان بهزیستی کشور رسید و مورد تأیید، قرار گرفت.

از مزیت‌های متن حاضر، آن است که مبتنی بر یک دیدگاه نظری در پایداری و رضایت زناشویی است و همه مطالب، بر گرد آن، شکل گرفته‌اند. لذا از انسجام تئوریک (نظری) برخوردار است. همچنین سعی شده تا از توصیه صرف، پرهیز شود و به همین خاطر، تا حد امکان، آموزه‌های اسلامی تبیین شده‌اند تا منطق حاکم بر آنها و نقشی که در پایداری و رضامندی زندگی دارند، برای مخاطب، روشن شود، و نیز سعی شده است که نظام مطالب، ناظر به موقعیت‌های عینی و ملموس زندگی باشد، تا اثر، با قابلیت‌های کاربردی، در اختیار علاقه‌مندان قرار گیرد.

بر خود، لازم می‌دانیم که از «سازمان بهزیستی کشور» و همه مدیران و مسئولانی که ما را در این پژوهش، یاری نمودند، تشکر کنیم. بویژه از آقای دکتر حبیب‌الله مسعودی‌فرید، رئیس وقت دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و طراح اصلی این ایده، و همچنین آقای دکتر کامران بهمن‌نژاد، مشاور این پژوهش، صمیمانه سپاس‌گزاریم.

از همه اندیشمندان محترم و خانواده‌های گرامی درخواست می‌کنیم که دیدگاه‌ها و پیشنهادها را با این پژوهش‌کننده و یا با سازمان بهزیستی کشور، در میان بگذارند تا در ویرایش‌های بعدی، مورد توجه قرار گیرند.

واحد روانشناسی اسلامی

پژوهشکده اخلاق و علوم رفتاری