

بسم الله الرحمن الرحيم

خلاصه تربیت جنسی ۷

استاد نیلچی زاده

در جلسات قبل گفتیم که مهم‌ترین مهارت بنیادین در تربیت جنسی، هیامداری عاقلانه و پرهیز از حیای احمقانه است. حیطة‌های مختلف حیا را مطرح کردیم و به حیای در گفتار رسیدیم:

- محتوای کلام باید از گناه (دروغ، تهمت، تمسخر و...) پاک باشد.
- از تخریب افراد، پیش رو یا پشت سر، باید پرهیز کرد زیرا روح توحیدی فرد، آسیب خواهد دید.
- نوع برخورد و تعاملات، نوع واژه‌ها و کلمات، کلام و لحن باید به گونه‌ای باشد، که حیا در آن موج بزند.
- زبانی که خدا را ستایش می‌کند، نباید به کلمات زشت و قبیح و نامناسب آلوده شود.
- سبک و بی‌وقار حرف زدن هم جزء بی‌حیایی محسوب می‌شود.
- مهم است که بدانیم هر سخن جایی و هر نکته مکانی دارد.
- الگوی عملی فرزند در حیای گفتاری، پدر و مادرند. وقتی کودک می‌بیند مادرش با نامحرم گرم می‌گیرد، پدرش با زن‌های نامحرم می‌خندد، طبیعی است که بخشی از حیای او در ارتباط با نامحرم می‌ریزد. یعنی مدیریت تعامل با نامحرم برایش معنی ندارد.
- ✓ معرفی کتاب: *گناهان زبان از آقای زرافشان*. (در این کتاب ۳۶۰ گناه به تفصیل توضیح داده شده است.)
- حرمت مومن از حرمت کعبه بالاتر است. هرچه حرمت‌شکنی از طریق کلام ایجاد شود، اعتماد اجتماعی از بین می‌رود و به افراد و جامعه ضربه می‌خورد.

- در حفظ حرمت مومن، به روش اهل بیت عمل کنیم: اگر ۵۰ نفر در رابطه با کار زشت یک فرد قسم خوردند، اما خود فرد حرف دیگری زد، او را تصدیق و دیگران را تکذیب کنید. البته این نکته در حیطة حقوق فردی است نه حقوق اجتماعی.

فضای مجازی و حیای در گفتار

- مراقب باشیم، اشاعه دهنده زشتی و فحشا نباشیم. امروزه یکی از مهم‌ترین ابزارهای "خر دجال" برای تشییع فاحشه، فضای مجازی است که می‌توان از این طریق، راحت و سریع زشتی را منتشر کرد.
- گاهی، در فضای مجازی مطلبی متفاوت یا عجیب به نظرمان می‌آید و آن را در گروه خانوادگی و دوستان می‌فرستیم و خودمان شایع‌کننده این بدی می‌شویم. این بدی، یا وجود دارد و ما مانند مگس این زشتی را منتشر کرده‌ایم، یا اصلاً وجود ندارد و چند روز آینده کاملاً واضح می‌شود که یک دروغ بوده است. کسانی که دوست دارند فحشا بین اهل ایمان پراکنده شود طبق وعده آیه نوزده سوره نور، عذاب دردناکی دارند.
- خانم‌ها به صورت ویژه مراقب خود باشند.
- خداوند در آیه ۳۲ سوره احزاب یه شیوه‌ای خاص از خانم‌ها می‌خواهد مراقب باشند: خانم‌ها! حواستان باشد صدایتان را مخملی، خاضع و نرم و لطیف نکنید. زیرا شما با صدای نرم خود، راه طمع را برای آدم‌های بیمار دل باز می‌کنید و او به خودش اجازه می‌دهد با شما گرم‌تر حرف بزند و به شما ابراز محبت کند. در همین مقدمه چینی‌ها، شیطان حریم حیا و عفاف شما را می‌درد. به این ترتیب هم به ظرفیت حیای خود و هم به ظرفیت حیای مخاطب‌های نامحرم آسیب می‌زند.
- حتی اگر با یکی از عزیزان (محارم) خود در حضور نامحرم، حرف می‌زنید، باید مراقبت کنید که نرم و لطیف حرف نزنید. زیرا فایل سری و پنهانی وجود شما بسیار راحت در دسترس او قرار خواهد گرفت.

- گاهی فکر می‌کنیم اگر ارتباط حضوری نباشد، می‌توانیم هر طور که می‌خواهیم رفتار کنیم و حرف بزنییم در صورتی که ممکن است یک پیام را بنویسیم و صدای ما روی آن نباشد ولی خاضعانه و لطیف باشد؛ بنابراین هم در کلام و هم در جملات و هم در صدایمان باید مراقبت کنیم.
- -یک بانوی مومن به غیرت‌ورزی (هوش جنسیتی) همسرش احترام می‌گذارد و برای آن ارزش قائل است.
- نود درصد مردها در هوش جنسیتی‌شان در تشخیص اینکه یک مرد دیگر نسبت به شما نظر سوء دارد و به قول قرآن قلب مریضی دارد، خوب عمل می‌کنند. قدرت درک مردانه در این موضوع یک قدرت خدایی، فطری و غریزی است.
- البته امکان دارد یک نفر بدبینی افراطی داشته باشد؛ یعنی اگر شما با برادران حرف معمولی بزنید، می‌گوید چرا با او حرف زدی؟! این بدبینی افراطی است.
- نکته: روح، جسم، فکر، دل، احساس و ایمان ما دچار زنگ‌زدگی و زنگار می‌شود. به همین دلیل گفته‌اند روی سر یتیم دست بکشید، با فقیران مومن نشست و برخاست کنید، قرآن تلاوت کنید، سحر بیدار شوید و... تا زنگار دل از بین برود.
- مهم‌ترین بعدِ حیا، حیای از خداوند است که موجب می‌شود من حیا کنم و خجالت بکشم از اینکه دروغ بگویم یا تهمت بزنم و... در حیطة تربیت جنسی خدافهمی، خدا باوری و شاهد بودنِ خدا، مهمترین عاملِ حیامداری است.
- به فرزندم یاد بدهم خداوند می‌بیند، می‌شنود و می‌داند و اگر آبروی کسی را که پنهانی بدی می‌کند، نمی‌برد به این دلیل است که امید دارد این آدم برگردد و می‌خواهد آبرویش نرود؛ نه اینکه خدا نمی‌داند، نمی‌تواند و خبر ندارد.
- مرحله بالاتر اینکه: خدا شاهد و ناظر احساسات و ادراکات ما است. "اللَّهُ يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ" (۱۹ غافر). او کسی است که از چشم‌هایی که خیانت می‌کنند و آنچه دل‌ها پنهان می‌کنند، خبر دارد؛ یعنی خدا از چیزی باخبر است که احدی باخبر نیست حتی خیلی وقت‌ها خودت باخبر نیستی. چون قبل از اینکه احساسی در دل ما وارد شود، خدا از آن احساس و فکر باخبر است.

- کسی که این اندازه به من نزدیک باشد و کوچک‌ترین احساس، فکر و تمایل من را قبل از اینکه تبدیل به گفتار یا رفتار شود، می‌داند چه قدر باید از او حیا کنم؟
- کسی که در خلوت، اهل مناجات، دعا، تقوا و زیبایی باشد و اهل گناه و زشتی نباشد، وقتی حضور اجتماعی پیدا می‌کند، حضورش نورانی، مفید و موثر است. یک کلمه حرف بزند، حرفش اثر می‌کند.
- اما اگر کسی در خلوت خود، اهل پروا و حیا کردن از خدا نباشد و حیای از خدا برایش جدی نباشد، حداقل همان اندازه که از مردم حیا می‌کند، به قول حافظ چون به خلوت می‌رود آن کار دیگر می‌کند."

-عشق به خداوند، را در قلب کودکان جا بیندازیم.

- اگر کسی ارتباط سالم، صمیمانه و پرمحبت خدا نسبت به خود را درک کند، ارتباط عاطفی‌اش زیاد می‌شود.
- خداوند می‌فرماید: «ان الله يحب...» یا «ان الله لا يحب...» یعنی خدا دوست دارد، خدا دوست ندارد.
- برای با حجاب کردن کودک لازم است:
 - ✓ حیا را جا بیندازید
 - ✓ برای جا انداختن حیا باید عشق خدا را جا بیندازید
 - ✓ برای عشق خدا باید زیبایی و نعمت‌های خدا را جا بیندازید. خوبی‌هایی که در حق همه موجودات عالم هستی انجام داده است و در حق خود فرد بیش از پیش.

✓ معرفی کتاب:

۱- ازدواج در اسلام از شهید پاک نژاد

۲- حلیة المتقین از علامه مجلسی

پرسش و پاسخ

۱- آیا در دوره بارداری ارتباط جنسی همسران مجاز است؟ در دوران بارداری، ارتباط زناشویی چه از جهت جسمی و بیولوژیک چه از جهت روحی و روانی امکان پذیر است، مگر اینکه منع بیولوژیک پزشکی وجود داشته باشد. البته در اسلام به وضو داشتن در حین ارتباط، تاکید شده است.

۲- اگر مادری در دوران بارداری نگاه گناه‌آلودی به نامحرمی داشته، چه باید بکند؟ مراقبه به ذکر استغفار و سوره نور داشته باشد. به اعجاز سوره نور در صیانت همسر، بچه‌ها و خودتان از گناه‌های چشم، دل، گفتار، رفتار و حریم عفاف باور کنید. این سوره کاملاً می‌تواند به اذن الهی شما را وارد حیطة خودآگاه کند.

۳- آیا دخترها و پسرها باید تفاوت‌های ظاهری عضو جنسی یکدیگر را بدانند یا خیر؟ خیر! بایستی وجود ندارد، اگر مواجه شدند توضیح اجمالی بدهید اما بنای ما بر این است که ندانند و معنای حیامداری همین بود؛ یعنی اینکه مادر جان! وقتی پوشک برادر یا خواهرت را عوض می‌کنم، عیبی برادرت پیدا می‌شود، نبین عزیزم!

۴- آیا به کار بردن کلمه عیبی، باعث شرمساری کودک نسبت به آلت تناسلی خود نمی‌شود؟ بر اساس کلید واژه قرآن و فرهنگ غنی قرآنی، دو کلید واژه برای عضو جنسی به کار برده می‌شود: ۱- عورت ۲- سوءاتهما

عورت به معنای چیزی است که نباید دیده شود. سوءاتهما یعنی عیبی. نه به این معنی که ذاتش بد است بلکه دیدنش بد است، برهنگی‌اش بد است. باید به کودک توضیح داده شود که مادر جان! اینکه آدم به خودش دست بزند و دیگران ببینند زشت است، عیب است.

۵- روش صحیح شستن آلت تناسلی کودک چگونه است؟ در دخترها ابتدا عضوی که محل ادرار است را باید بشوییم و بعد محل مدفوع را. عضو جنسی و راه ارتباط جنسی یعنی رحم و واژن، بالاتر قرار دارد و لازم نیست ارتباطی با آن قسمت‌ها برقرار شود. اگر آلودگی به شکل پنیرکی می‌بینید، با آب بشویید و گاهی با شوینده. از شوینده کم استفاده کنید زیرا اگر حالت طبیعی‌اش را از بین ببرید، امکان دارد آسیب بیشتر باشد.

در پسرها، همین که از آلودگی و نجاست پاک شود. اما در حد نوازش یا شست و شوی مکرری که شبیه به نوازش باشد و تحریک فیزیکی ایجاد کند، نباشد.

۶- بچه ها از چه سنی، می‌توانند به تنهایی دستشویی بروند؟ سن از شیر گرفتن کودک (دو سالگی) و تمرین دستشویی بردن او نباید با هم یکی باشد، زیرا برای او اضطراب ایجاد می‌شود. در سن دو سال و نیم یا سه سالگی به او یاد بدهید دستشویی برود و خودتان به عنوان ناظر بایستید، به خصوص وقتی که ادرار می‌کند به او یاد بدهید چگونه خودش را بشوید، نجاست به جایی منتقل نشود، دستش را بشوید و... . حتماً در خانه آفتابه داشته باشید و به بچه یاد بدهید که با آفتابه هم بتواند خودش را بشوید. فرزند شما باید برای همه شرایط، قدرت مدیریت بدن خود را داشته باشد. زمانی که فرزندتان بتواند فرق بین تمیزی و پاکی، تمیزی و آلودگی، نجاست و پاکی را تشخیص دهد و بتواند تمیز بشوید، می‌تواند خودش به طور کامل و مستقل برود. ولی مدتی باید کارورزی کنید.

۷- دختر هفت ساله‌ام، مدام در بازی‌هایش نقش زن حامله را بازی می‌کند، چه باید بکنم؟ توجه اضافی مادر در جمع‌های زنانه نسبت به خانم‌های حامله در حضور کودک، بچه را به شبیه‌سازی کشانده است. اینکه او بخواهد در این سن رفتار یک زن حامله را داشته باشد، لزوماً رفتار خوبی نیست چون وارد فاز توجهات جنسی می‌شود. مادر باید مراقب باشد که شرایط را حاد نکند.

روش شهید باهنر و شهید رجایی را در بحث تربیت شروع کنید که می‌فرمایند: از جایی با بچه‌ها شروع کنید که آنها می‌خواهند و به جایی برسانید که شما می‌خواهید. مادر باید او را از این نقش عبور دهد؛ یعنی وقتی امروز، فردا، پس فردا و همیشه، نقش زن حامله و زایمان کردن را بازی می‌کند، به او بگوید: بسیار خوب! حالا که شما بچه‌هایی به این خوبی به دنیا آوردی باید به این بچه‌ها غذا بدهی، لباسشان را بشویی، به مدرسه ببری و... . یعنی فرآیند رشد را به او یاد بدهید تا متوجه شود بچه بزرگ کردن، فقط بچه به دنیا آوردن نیست. وقتی دوباره خواست این کار را بکند بگویند: "مگر تو گربه‌ای؟ گربه‌ها سالی یک بار بچه به دنیا می‌آورند. تو خانم خانم‌ها هستی. وقتی خانم خانم‌ها چند تا بچه دارد، تا چند

سال صبر می کند بچه‌هایش بزرگ شوند، عاقل شوند." این فرآیند را به صورت بازی درمانی اجرا کنید تا بتواند راه را پیدا کند.

۸- دختر ۷ ساله و پسر ۴ ساله در بازی، مدام به هم می‌چسبند، مادر چه باید بکند؟ مادر باید مانند یک رفیق از آگاهی‌های جنسی هر دو فرزند، در خلوت‌های جداگانه با آنها، آگاه شود. مثلاً بگوید: "دختر خوبم شما که قراره در آینده یه مامانِ خوب بشی، چی برای یه مامانِ خوب لازمه؟" صبر کنید تا دایرهٔ اطلاعاتش را بیرون بریزد و در حیطه‌های مختلف، هر چه دیده است به شما بگوید. مثلاً: "جهیزیه بخریم، عروس بشم و..." اجازه دهید تا آخر قصه پیش برود تا بدانید اطلاعات جنسی‌اش چه قدر است. مراقب باشید که هم حالت حریم فیزیکی یکدیگر را حفظ کنند، هم محبت و علاقه‌شان را به همدیگر ابراز کنند.

از انواع بازی‌های دست‌ورزی، مثل خمیر بازی، لگو که با دست خود زیاد کار کنند، استفاده کنید.

بوسهٔ کرامت را در خانه‌هایتان مد کنید، تا بوسهٔ لب بین آنها رایج نشود. بوسهٔ کرامت بوسه بر پیشانی، روی سر و کتف راست است. به او کمک کنیم بوسهٔ کرامت را بفهمد و از آن لذت ببرد. مثلاً بگویید: "پیشونی تو مثل ماه پیشونیه. ماه پیشونی دختری بود که ماه روی پیشونیش بوده. می‌دونی چرا؟ چون وقتی برای خدا نماز می‌خونیم، پیشونی‌مون رو روی مهر می‌گذاریم. وای! مهر مثل یک خورشید روی پیشانی ما زیبایی درست می‌کنه. سرمون مثل یه خزانه پر از طلاهایی هست که خدا به ما داده، که فکرهای زیبا به ذهنمون بیاد. تو بچهٔ خوبی هستی که فکرهای خیلی زیبایی می‌کنی. فرشته‌ای که کارهای خوب تو را می‌نویسه روی کتف راست تو می‌شینه، من اونجا رو بوس می‌کنم به خاطر اینکه کارهای تو خوبه و دلم می‌خواهد خوب‌تر بشی."

۹- پسر ۱۳ ساله چت جنسی پدر و مادر را دیده است و ۳ سال پیش هم متوجه رابطهٔ جنسی آنها شده است. مادر چه باید بکند؟ توجه کنید: هنگام ارتباط حریم خلوت، الزاماً در را از داخل قفل کنید و کلید روی در باشد؛ یعنی بچه حتی از منفذ کلید اتاق هم چیزی را نبیند. راهکار شرایط فعلی: آب ۷۰ حمد را درست کنید؛ یعنی ۱۴ صلوات، ۷۰ حمد و دوباره ۱۴ صلوات به آب بدمید و علاوه بر آن، هر شبانه روز یک بار سوره نور را بخوانید و به این آب

بدمید و تا ۴۰ روز به آن مراقبه کنید. هم بچه و هم خودتان و همسران از آن بخورید و مراقب باشید بیشتر از این آینده فرزندان را خراب نکنید.

-ابتدا مادر باید بداند که فرزندش در این مورد چقدر می‌داند. در یک فرصت مناسب با فرزندان صحبت کنید. از جایی شروع کنید که همیشه نقش غیرجنسی بدهید. مثلاً بگویید "مادر! تو بزرگ و عاقل شدی. قربون تو بشم! ده سال دیگه بابا میشی. به من بگو بابا بودن چه خوبی‌هایی داره؟" از نقش بابایی شروع کنید تا فرزندان آرام آرام وارد حیطه‌های جنسیتی‌اش بشود، او یا اعراض می‌کند یا ابراز تمایل. مهم این است که بعد از آن پرسید: "مادر! به نظرت یه مرد، برای بابای خوب بودن چه نوع رفتارهایی باید داشته باشه؟ تو خودت بابا را چه جور دوست داری؟ فکر می‌کنی یه پدر برای اینک بچه‌دار بشه باید چه کار کنه؟" وارد نقش‌های غیرجنسیتی شوید تا وقتی او از بحث‌های جنسی می‌گوید بتوانید گفتار و فکرش را به شکل صحیح سامان دهید.

✓ کتاب *راهکارهای بلوغ جنسی پسران* از خانم بهزاد پور و *دنیای نوجوان* را از آقای دکتر شرفی مطالعه کنید.