

بررسی تطبیقی تعدیل غریزه جنسی از منظر قرآن و علم

مصطفی احمدی‌فر^۱

ظهیر عباس مدنی^۲

چکیده

در طول تاریخ بشریت مشکلات فراوانی، دامن‌گیر جوامع انسانی بوده است. در عصر حاضر نیز این مشکلات به شکل‌های مختلف بروز نموده، و زندگی شخصی و اجتماعی انسان را تهدید می‌کند. یکی از مشکلات جدی که در گذشته تا به امروز بشریت با آن مواجه بوده، انحراف جنسی می‌باشد. در عصر حاضر نیز از سوی دشمنان اسلام برای جوامع اسلامی حالتی جنگی و تهاجمی ایجاد کرده و در پی فاسد کردن جوانان جامعه اسلامی هستند و به ویژه در زمینه غریزه جنسی انواع انحرافات جنسی را از طریق رسانه‌ها به ذهن جوانان ما تزریق نموده‌اند. قرآن و روایات که تبیین‌کننده معارف اسلامی می‌باشد، در خصوص این موضوع به لحاظ مبانی و محتوایی از غنای بالایی برخوردار است و نقش کلیدی در تعدیل و کنترل غریزه جنسی و از بین بردن فشارهای روانی جنسی و تأمین بهداشت جنسی افراد و جامعه دارد. علاوه بر اسلام، علوم امروزی راهکارها و سفارش‌هایی در زمینه تعدیل و کنترل غریزه جنسی دارد که تأمین‌کننده بهداشت و سلامت جنسی فردی و اجتماعی می‌باشد.

کلید واژه‌ها: غریزه جنسی، انحرافات جنسی، کنترل، تعدیل.

۱. استادیار جامعة المصطفی (ع) العالمیه خراسان.

۲. کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث جامعة المصطفی (ع) العالمیه خراسان.

مقدمه

در طول تاریخ بشریت مشکلات فراوانی، دامن‌گیر جوامع انسانی بوده است. در عصر حاضر نیز این مشکلات به شکل‌های مختلف بروز نموده، و زندگی شخصی و اجتماعی انسان را تهدید می‌کند. بعضی وقت‌ها دامن‌های این مشکلات آنقدر وسیع است که پرداختن به تک‌تک این مسائل بسیار دشوار است و برای مقابله با آن مشکلات باید تمامی افراد جامعه زحمات زیادی را متحمل شوند تا بتواند جامعه را نجات دهند. یکی از مشکلات جدی که در گذشته تا به امروز بشریت با آن مواجه بوده، انحراف جنسی می‌باشد. غریزه جنسی، یکی از امیال ضروری بشر به حساب می‌آید. و از نظر ذاتی و اخلاقی نمی‌توان آن را به خوبی یا به بدی متصف نمود، بلکه بستگی به چگونگی استفاده از آن غریزه دارد. غریزه جنسی یکی از نعمات الهی می‌باشد که افراط و تفریط در این نعمت مانند سایر نعمت‌های خداوندی، انسان را در زندگی شخصی و اجتماعی با مشکلات جدی روبرو خواهد کرد. در عصر حاضر نیز از سوی دشمنان اسلام برای جوامع اسلامی حالتی جنگی و تهاجمی ایجاد کرده و در پی فاسد کردن جوانان جامعه اسلامی هستند و به ویژه در زمینه غریزه جنسی انواع انحرافات جنسی را از طریق رسانه‌ها به ذهن جوانان ما تزریق نموده‌اند.

برای مقابله با دشمنان ابتدا یک نگاه کلی بر مکاتب افراط و تفریط می‌اندازیم و انواع انحرافات مهم را در این زمینه بررسی می‌نماییم و بعد به راه‌های مقابله با انحرافات جنسی از منظر قرآن و علم می‌پردازیم. چون دین مبین اسلام، دین اعتدالی است و در این زمینه افراط و تفریط را جایز نمی‌شمارد و برای غریزه جنسی حد تعادل مانند ازدواج «دائم یا موقت» تعیین کرده است و در غیر این صورت راه‌کارهایی، ذکر شده که به کمک آن راه‌کارها می‌توان این غریزه را کنترل و تا حد اعتدال رساند.

انحرافات جنسی نسل آینده ما را دچار آشفتگی روانی کرده است. این معضل، ریشه جوامع به ویژه جوانان را هدف قرار داده. قرآن و روایات که تبیین‌کننده معارف اسلامی می‌باشد، در خصوص این موضوع به لحاظ مبانی و محتوایی از غنای بالایی برخوردار است و نقش کلیدی در تعدیل و کنترل غریزه جنسی و از بین بردن فشارهای روانی جنسی و تأمین بهداشت جنسی افراد و جامعه دارد. علاوه بر اسلام، علوم امروزی راهکارها و سفارش‌هایی در زمینه تعدیل و کنترل غریزه جنسی دارد که تأمین‌کننده بهداشت و سلامت جنسی فردی و اجتماعی می‌باشد.

۱. سؤالات تحقیق (اصلی و فرعی)

۱. سؤال اصلی: راه‌های تعدیل و کنترل غریزه جنسی از منظر قرآن و علم چیست؟

۲. سؤال‌های فرعی:

الف) مفهوم غریزه جنسی چیست؟

ب) چند دیدگاه درباره غریزه جنسی وجود دارد؟

ج) انواع انحرافات جنسی کدام است؟

د) راه‌کارها در مقابله با انحرافات جنسی کدام است؟

۲. مفهوم جنسیت

انسان‌ها مانند بقیه موجودات بر کره خاکی، دارای دوجنس مخالف یکدیگر هستند. این دو جنس مخالف، دارای تفاوت چشمگیری در حوزه مسائل زیستی، فیزیولوژیک و روان‌شناختی می‌باشند که این تفاوت‌ها باعث مکمل بودن برای یکدیگر قرار گرفتند و هر کدام بدون دیگری برای بقای نسل بشریت و زندگی اجتماعی امکان پذیر نخواهد بود؛ لذا این دو لازم و ملزوم یکدیگر می‌باشند و به خاطر همین اختلاف و تفاوت‌ها، مرد و زن مکمل یکدیگر قرار گرفته‌اند و صد در صد هر کدام بدون دیگری در بقای نسل انسانی و زندگی اجتماعی شکست می‌خورند. شهید پاک‌نژاد، در کتاب ازدواج (مکتب انسان‌سازی)، غریزه را یک حالت روحی و جسمی تعریف کرده است که این حالت در انسان نه تنها موروثی است بلکه اکتسابی نیز می‌باشد که انسان پس از به ارث بردن، کمیت آن نیز تغییر پیدا کرده و همواره با احساس رضایت همراه است، اما در بقیه حیوانات صرفاً موروثی می‌باشد. (پاک‌نژاد، شهید رضا، ازدواج (مکتب انسان‌سازی)، ص ۱۳)

۳. انواع انحراف غریزه جنسی

جدی‌ترین انحرافات و آسیب‌های جنسی که در عصر حاضر به‌عنوان مشکل مهمی برای جامعه‌ی بشری تلقی شده‌اند عبارت‌اند از: «بلوغ زودرس، بدآموزی‌های جنسی، ناهنجاری‌ها و وسایل ارتباط جمعی، ناهنجاری‌های فرهنگی در جامعه، اختلاط زن و مرد، چشم‌چرانی و تماشاگری جنسی، خودارضایی، خودنمایی جنسی، واسطه‌گری، آمیزش با حیوانات، مبدل پوشی و تشبه به جنس مخالف، بی‌غیرتی جنسی، غیرت بی‌جا، بچه‌بازی، آزادی جنسی، ازدواج تحمیلی، عدم تمکین (نشوز)، ناسازگاری جنسی، ناتوانی

جنسی، آزار گری جنسی، آزار خواهی جنسی، نمایش گری، هرزه دری تلفنی و یارانه‌ای، عضو خواهی، مدفوع و ادرار خواهی، دگر جنسی و میل به تغییر شخصیت جنسی و انحرافات نو و جدید که با رشد علم و تکنولوژی متأسفانه در فرهنگ جامعه‌ی جهانی امروزی ما سرایت می‌کنند». (هاشمی علی‌آبادی، سید احمد، غریزه جنسی از دیدگاه اسلام، ص ۱۹۶)

۴. راه‌های تعدیل و درمان انحرافات جنسی (از منظر قرآن و علم)

۱: توجه به پیامدهای نابه‌هنجاری‌های جنسی و ارضای غیر شرعی:

اگر در تأمین غریزه جنسی از راه‌های نادرست دقت کنیم، در می‌یابیم که ضرر آن بیشتر از منفعت آن بوده و دچار مشکلات جبران ناپذیری خواهد شد و جسم و روح انسان را آشفته خواهد کرد. پس اگر انسان از این جهت دقت کند و اصلاً به طرف انحرافات جنسی نمی‌رود و خود را از این امر باز می‌دارد. چون این یک اصل عقلی است و هر عقل سالم این اصل را تأیید می‌کند «دفع ضرر از جلب منفعت اولی و مهم‌تر است»؛ این اصل عقلی در بحث غریزه‌ی جنسی به خوبی نقش خود را ایفا می‌کند. (همان، ص ۲۶۷)

۲: نقش عوامل اعتقادی در کنترل و تعدیل غریزه جنسی

الف) نقش ایمان در کنترل و تعدیل غریزه جنسی: عوامل زیادی را برای کنترل و تعدیل غریزه جنسی می‌توان شمرد، که هر کدام از آن‌ها دارای اهمیت زیادی است، ولی ایمان بین همه این عوامل جایگاه ویژه‌ای دارد و به خصوص زمانی که امیال جنسی انسان را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد، انسان می‌تواند با کمک نیروی ایمان پیروز میدان باشد و اینجاست که هیچ نیرویی مثل ایمان مؤثر نخواهد بود.

ب) اخلاق مذهبی: یکی دیگر از عواملی که انسان را در کنترل و تعدیل غریزه جنسی مؤثر است، توجه انسان به عزت و کرامت نفس می‌باشد و این اخلاق اسلامی است که به عزت و کرامت نفسانی ارزش می‌بخشد. بدین معنی که اخلاق اسلامی وقتی می‌خواهد انسان را به سوی اخلاق حسنه سوق دهد، در گام اول انسان را به طرف درون‌گرایی وادار می‌کند.

ج) عبادات: عباداتی که خداوند در دین مبین اسلام بر انسان واجب نموده اگرچه از جهت کیفیت و اوقات آن عبادات متفاوت می‌باشند ولی همه عبادات در جهت مساوی‌اند

و آن تحقق معنای عبودیت و بندگی خدا و اخلاص و توجه به خدا در طاعت او و دوری بشر از لذائد نامشروع حیوانی می‌باشد. (مطهری، مرتضی، نظام حقوق زن در اسلام، ص ۱۴۳)

۳: نقش مراقبت های روحی و روانی در کنترل و تعدیل غریزه جنسی

الف) کنترل نگاه: این امر خیلی واضح و روشن است تا موقعی که چشم‌های انسان صحنه‌ی تحریک‌آمیز و شهوت‌انگیز نبینند، شهوت و غریزه جنسی انسان تحریک نمی‌شود. (هاشمی علی‌آبادی، سید احمد، غریزه جنسی از دیدگاه اسلام، ص ۲۷۷) همین علت بود که زنان مصر، زلیخا را نسبت به عشق حضرت یوسف ملامت کردند ولی وقتی یوسف را مشاهده کردند، به خاطر مبهوت شدن در چهره یوسف دل باختند و دست‌های خود را به جایی سیب با چاقو بریدند (سوره یوسف، آیه ۳۱).

ب) کنترل فکر و قوه تخیل: فکر انسان و قوه تخیل او می‌توان یکی از عوامل مؤثری باشد که در تقویت حالات غریزی و میل جنسی انسان نقش بسیار مهمی داشته باشد. ژان ژاک روسو می‌گوید: «در حقیقت آتش شهوات با نیروی تخیل مشغول می‌گردد» (قاسمی، حمید محمد، اخلاق جنسی از دیدگاه اسلام، ص ۱۹۹). از امیرالمؤمنین علی (ع) نقل شده است که فرمودند: «کسی که درباره گناه زیاد فکر می‌کند، در نتیجه همان افکار او را به ارتکاب گناه می‌کشاند» (عبدالواحد تمیمی آمدی، غررالحکم و دررالکلم، ص ۶۶۴).

ج) کنترل قوای شنیداری و گفتاری: گوش و زبان انسان نیز یکی از راه‌های تحریک غریزه جنسی انسان می‌باشد که فرد به شنیدن آواز جنس مخالف یا موسیقی تحریک شود؛ و نمی‌توان یکباره بر این قوا کنترل و تسلط پیدا کرد؛ بلکه مستلزم تمرین همیشگی است و این عمل از دوران کودکی تحت نظارت والدین انجام می‌گیرد. پدر و مادر در هنگام صحبت با کودک از الفاظ ناپسند استفاده نکنند و از صحبت‌های خصوصی والدین، درباره‌ی مسایل زناشویی در حضور فرزندان جداً خودداری نمایند.

۴: نقش مراقبت‌های جسمانی در کنترل و تعدیل غریزه جنسی

الف) نقش غذا در تعدیل غریزه جنسی: غذا در کارکرد سیستم بدن ما بسیار تأثیرگذار است. بعضی غذاها باعث تحریک قوای جسمانی، از جمله قوای جنسی می‌شود و در مقابل بعضی غذاها تحریک قوای بدن را کاهش می‌دهد و برای تعدیل قوای جنسی کمک می‌کند. در متون دینی ما نیز به نقش غذا در تقویت و تحریک میل جنسی اشاره شده است. پیامبر اعظم اسلام (ص) فرمودند: در خرما، ۹ خصوصیت وجود دارد که از جمله‌ی آن جلوگیری از ورود میکروب، موجب تقویت ستون فقرات و زیادشدن توان جنسی می‌شود (محمد بن حسن الحر العاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۱۰۷).

ب) نقش ورزش در کنترل و تعدیل غریزه جنسی: یکی از بهترین راه‌های تعدیل غریزه جنسی و مهار انرژی بدن انسان، ورزش می‌باشد که بر روح و جسم انسان تأثیر فراوانی دارد پس لازم است برای جلوگیری از تحریکات زیاد جنسی، برنامه ورزشی وسیع و متنوعی را برای خود تنظیم کند. تحقیقات نشان می‌دهد بیشتر افرادی که مبتلا به انحرافات جنسی هستند گوشه‌گیر، منزوی، کم‌تحرک و خمود هستند و همین گوشه‌نشینی و انزوا، بیماری انحراف جنسی را افزایش می‌دهد.

ج) بلند نگاه داشتن موهای بدن: از متون اسلامی استفاده می‌شود که برای تعدیل غریزه جنسی انسان موهای بدن انسان مؤثر می‌باشد. دین مبین اسلام برای افراد مجرد و متأهل از لحاظ موهای بدن کلاً دو برنامه ارائه کرده است.

۱) افراد متأهل: برای افرادی که ازدواج کرده اند و از خطر شهوت جنسی در امان هستند، دین مقدس اسلام برای آن‌ها کوتاه کردن موهای زائد بدن را توصیه کرده است. (کلینی، محمد یعقوب، اصول کافی، ج ۶، ص ۵۰۶).

۲) افراد مجرد: افرادی که ازدواج نکرده اند و از خطر غریزه جنسی در امان نیستند و دنبال تعدیل غریزه جنسی خود می‌باشند، در روایات اسلامی آمده است که چنین افرادی موهای بدن خود را نتراشند (حرعالملی، وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۷۸).

د) آب‌درمانی و شستن اعضای بدن با آب سرد: در زمان حاضر متخصصان علوم تغذیه برای سلامت بدن انسان و روانشناسان برای سلامتی اعصاب و روان انسان و برای خالی کردن تخیلات شیطانی از ذهن، آب‌درمانی را توصیه می‌کنند و متخصصان بیشتر از روش فرورفتن در آب و شستن اعضاء بدن بالخصوص دست و پاها با آب سرد را برای

تعدیل غریزه جنسی توصیه می‌کنند (لقمانی، دکتر احمد، چگونگی ارتباط دختران و پسران، ص ۸۲).

ه) شستن مجاری ادرار با سرکه: یکی دیگر از راه‌های تعدیل غریزه جنسی شستن مجاری ادرار با سرکه طبیعی انگور می‌باشد، به این‌طور که یک روز درمیان دستگاه تناسلی خود را به سرکه انگور طبیعی آغشته کنند و بعد از ۲۰ دقیقه با آب بشویند. در روایات اسلامی هم به این شیوه اشاره شده است. (کلینی، محمد یعقوب، اصول کافی، ج ۶، ص ۳۳۰).

و) نکاتی در مورد حمام رفتن: یکی از عوامل تحریک جنسی، تنها شدن در فضای گرم و مرطوب حمام است. چون در حمام بدن انسان لخت و برهنه می‌باشد و در عین حال بازی کردن با آلت، مالش دادن و نگاه کردن به آن می‌تواند فرد را به طرف خود ارضایی بکشانند و اگر در حمام تنها نباشد و افراد دیگری هم در حمام باشند در این صورت نباید از پوشش‌های نازک، به ویژه لباس‌هایی که موقع خیس شدن، بدن دیده می‌شود. (ز) کیفیت پوشش لباس: یکی از عوامل تحریک جنسی، پوشیدن لباس‌های نامناسب و چسبان می‌باشد، خصوصاً برای نوجوانان در جهت پوشش باید دقت شود. «و. د. کوچتکف» و «م. لایبیک» دو روان‌شناس معروف روسی درباره لباس می‌گویند: «تحریک آلت تناسلی به میزان جریان خون در نواحی کمر و لگن خاصره بستگی دارد و وقتی خون در آن نواحی افزایش می‌یابد، این تحریکات بیشتر می‌شود و افزایش جریان خون در ناحیه کمر و لگن خاصره، چند علت دارد که از مهم‌ترین آن‌ها، زیاده‌روی در خوردن غذاهای مقوی در شب، غذاهای ادویه‌دار و استفاده از لباس‌های تنگ است» (حسینی، داوود [و دیگران]، شکفتن سهم توس، ص ۲۳۳).

ح) تنظیم برنامه خواب: جسم و روح انسان به خواب و استراحت نیاز دارد. برنامه منظم خواب، روی جسم و روان انسان آثار مثبت می‌گذارد و همچنین برای تعدیل غریزه جنسی انسان بسیار مفید می‌باشد و زمانی که انسان دچار بی‌خوابی شود، مورد هجوم وسوسه‌های شیطانی و فکرای جنسی قرار می‌گیرد. به همین علت باید برای خواب شرایط مناسب مهیا نمود.

ط) کنترل لمس و تماس: انسان در خانواده و جامعه ای زندگی می‌کند که در طول روز ناگزیر است تماس بدنی با دیگران داشته باشد، به همین خاطر اسلام بعضی از تماس‌ها را جایز قرار داد تا انسان‌ها به زحمت نیفتند. تماس‌های جایز منحصر به افرادی

می‌باشد که با او محرم بوده و انسان اغلب اوقات را بین محارم می‌گذارند؛ البته این تماس و لمس بدنی در صورتی جایز است که احتمال واقع شدن در گناه نباشد و گرنه تماس‌هایی که در آن احتمال گناه و لغزش باشد، اسلام چنین تماس را جایز نمی‌داند و آن را حرام قرار داده است.

۵) نقش ازدواج (دائم و موقت) در کنترل و تعدیل غریزه جنسی
مهم‌ترین راه تعدیل و کنترل غریزه جنسی ازدواج می‌باشد که شرع مقدس اسلام این طریق را تأیید و بر آن تأکید نموده است. راه کارهای دیگر که برای تعدیل و کنترل غریزه جنسی ذکر شده، دارای جنبه سلبی هستند و یقیناً در صورت عدم امکان ازدواج در جای خود مهم و کارگشا می‌باشد. ولی اگر انسان قدرت بر ازدواج دارد، باید این راه را انتخاب کند؛ چون این عمل امروزه از حد یک مستحب مؤکد به واجب فوری رسیده است.

۶) نقش عفت و پاکدامنی در کنترل و تعدیل غرایز
همان‌طور که بیان شد، بهترین راه برای تعدیل و کنترل غریزه جنسی ازدواج است. ولی افرادی که به علت نداشتن امکانات مادی یا نیافتن کفو برای ازدواج یا به هر دلیلی و نمی‌توانند ازدواج کنند، تقویت غریزه جنسی برای آن‌ها خیلی ضرر دارد و زمینه سرکشی و انحراف از این کار برایشان مهیا می‌شود. پس چنین افرادی باید با آگاهی و برنامه‌ریزی، غریزه جنسی خود را تعدیل و کنترل کنند. و این امر بعد از ازدواج فقط با پیشه کردن عفت و پاکدامنی محقق می‌باشد. و قرآن کریم برای افرادی که نمی‌توانند ازدواج کنند، عفت و پاکدامنی را برای آنها انتخاب می‌کند و اگر به این مسیر بروند، خدا آنان را از فضل خود بی‌نیاز می‌کند: «و کسانی که امکانی برای ازدواج نمی‌یابند به دنبال عفاف باشند و پاکدامنی پیشه کنند تا خداوند از فضل خود آنان را بی‌نیاز گرداند» (سوره نور، آیه ۳۳).

۷) نقش حجاب در کنترل و تعدیل غریزی جنسی
در یک نگاه کلی آثار و فوایدی که نتیجه حجاب شرعی می‌باشد، بدین گونه است: «حفظ حریم عمومی، جلوگیری از فساد و فحشا، کنترل و تعدیل غریزه جنسی، ارزش نهادن به کرامت زن، جلوگیری از سقوط شخصیت زن و مرد، جلوگیری از نگاه حیوانی و جنسیتی و ابزاری مرد به زن، جلوگیری از فروپاشی کانون خانواده، جلوگیری از ایجاد نسل بی‌پایه و اساس، ایجاد آرامش روانی در سطح جامعه، آزادی زن از قید

هوس‌ها و مدها، رشد معنویت، جلوگیری از بلوغ زودرس، رشد ایمان و باور اعتقادی و جلوگیری از تکذیب سایر آیات الهی که فرمود: پس عاقبت کسانی که بدی‌ها را انجام می‌دهند به آنجا می‌رسد که آیات خداوند را تکذیب کرده و آن را مسخره می‌کنند. (سوره روم، آیه ۱۰)

۸) پرهیز از اختلاط زن و مرد

ارتباط بین زن و مرد را می‌توان به دو قسم تقسیم شود.

الف) ارتباط در حد معقول و معروف: این گونه از ارتباط در حد متعارف بین زن و مرد از آیات و روایات و سیره معصومین تأیید می‌شود.

ب) ارتباط به صورت آزاد و در حد اختلاط: از جهت روانشناسی این امر خیلی واضح و روشن است که طبیعت، حاکم بر تربیت است. و طبیعت انسان مطلقاً آزادی که اصلاً قید و بندی نداشته باشد، می‌طلبد و انسان یک موجود تنوع‌طلب و دارایی‌غرایز گوناگون می‌باشد. مردان بیشتر تمایل به ارتباط با زنان را دارند که از لحاظ استمعات جنسی با دیدن و لمس کردن آن‌ها بهره بگیرند و از طرف دیگر زنان تمایل به خودآرایی و تبرج و نشان دادن زیبایی‌های بدن خود دارند. در این صورت چطور می‌توان از این طبیعت تنوع‌طلب، طغیانگر و سرکش جلوگیری کرد؟ آیا قانونی وجود دارد؟

۹) پرهیز کامل از معاشرت و هم‌نشینی با افراد منحرف

معاشرت و هم‌نشینی با افراد منحرف و ناسالم نیز یکی از عوامل انحراف جنسی و انحطاط اخلاقی فرد به شمار می‌آید. این گونه دوستان ناسالم با سرگوشی‌های پی‌درپی خود، سعی می‌کنند، موضوع انحرافی را یک امر ساده و عادی جلوه دهند و دوستان پاک و ناآگاه خود را با سخنان هیجان‌انگیز و تشویقی به سمت فساد اخلاقی و جنسی بکشانند مانند: چیز مهمی نیست، ترسو نباش، طوری نمی‌شود، از زندگی جوانی خود لذت ببر، اگر این کار را انجام ندادی اصلاً مرد نیستی، و

۱۰) اجرای مجازات اسلامی بر افراد منحرف

افرادی که از محدوده خویش تجاوز کرده و دچار انحرافات جنسی شده‌اند و دیگران را نیز به انحرافات جنسی آلوده کرده‌اند، باید با چنین افرادی برخورد شدید و قاطع شود که باعث جلوگیری از بروز انحرافات جنسی می‌گردد.

خلاصه و نتیجه گیری

نتیجه تحقیق انجام شده را می توان به صورت های زیر بیان کرد :

الف: برای غریزه جنسی سه دیدگاه وجود دارد که قائلین به دیدگاه تفریطی، غریزه جنسی را ذاتاً پلید و قائل به سرکوبی غریزه جنسی می باشند و بعضی ها در این زمینه دچار افراط شدند و قائلند که این غریزه را از هر قید و بند باید رها گذاشت و از هر راهی می توان این غریزه را ارضا نمود و در مقابل این دو دیدگاه، یک دیدگاه دیگر وجود دارد، آن را دیدگاه متعادل می گویند که قائل به خیر وجودی این غریزه است. نه سرکوبی مطلق و نه رها گذاشتن آن بلکه قائل به کنترل و تعدیل غریزه هستند که این نظریه، نظریه مختار دین مبین اسلام می باشد.

ب: غریزه جنسی از دیدگاه اسلام، نیرومند، تأثیر گذار، ضروری برای ادامه حیات و رسیدن به کمال انسانی است، علاوه بر این کنترل پذیر هم می باشد. ارضا این غریزه به نحو صحیح و شرعی نه تنها باعث آرامش روح و روان بشر می شود بلکه یک امر مستحب مؤکد و در بعضی از مواقع واجب است.

ج: غریزه جنسی به تدریج رشد و فعالیت خود را شروع می کند و معمولاً در ابتداء بلوغ در این غریزه تحرک بیشتر دیده می شود.

د: خارج شدن از حد اعتدال ارضای غریزه جنسی و کشیده شدن به طرف افراط و تفریط، انحراف جنسی تلقی می گردد و در این زمینه، تعداد انحرافات غریزه جنسی بسیار زیاد است و از گذشته تا به امروز انسان مبتلا به اکثر این انحرافات می باشد.

ه: در بروز انحرافات جنسی مهم ترین عوامل، روان شناسی شخصی و شخصیتی، عوامل خانوادگی، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی برشمرده اند.

و: غریزه جنسی قابل کنترل و تعدیل است و می توان رعایت فرمایشات اخلاقی و تربیتی دین مبین اسلام و همچنین رعایت نکات علمی نیز در این زمینه بسیار تأثیر گذار است.

ز: عمده راهکارها برای تعدیل و کنترل غریزه جنسی عبارتند از:

توجه به پیامدها و نابهنجاری های جنسی و ارضای غیر شرعی.

نقش عوامل اعتقادی در کنترل و تعدیل غریزه جنسی

نقش مراقبتهای روحی و روانی (کنترل نگاه و قوای تخیل، شنیداری و گفتاری) در

تعدیل و کنترل غریزه جنسی

نقش مراقبتهای جسمانی(از جمله مصرف غذا، ورزش، بلند نگاه داشتن موهای بدن برای مجردها، آب درمانی و شستن مجاری ادرار با سرکه، کیفیت پوشش لباس و حجاب، تنظیم برنامه خواب و کنترل لمس و تماس بدن) در تعدیل غریزه جنسی مهم‌ترین عامل تعدیل کننده این غریزه ازدواج(دائم یا موقت) می باشد. نقش عفت و پاکدامنی در تعدیل غریزه جنسی پرهیز از اختلاط زن و مرد و از معاشرت افراد منحرف اجرای مجازات های اسلامی بر افراد منحرف راه های مبارزه با تهاجم فرهنگی

فهرست منابع

قرآن کریم، ترجمه، مکارم شیرازی، ناصر

- پاک‌نژاد، شهید رضا، ازدواج(مکتب انسان‌سازی)، قم: انتشارات اخلاق، ۱۳۷۶.
- حسینی، داوود [و دیگران]، شکفتن سهم توست، قم: مؤسسه امام خمینی، ۱۳۸۶.
- عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غررالحکم و دررالکلم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶.
- قاسمی، حمید محمد، اخلاق جنسی از دیدگاه اسلام، چ اول، مرکز چاپ و نشر سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۸۳.
- کلینی، محمد یعقوب، اصول کافی، ترجمه شیخ محمد باقر کمره ای، نشر اسوه، چ چهارم، ۱۳۷۹.
- کلینی، محمد یعقوب، اصول کافی، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵.
- لقمانی، دکتر احمد، چگونگی ارتباط دختران و پسران، چ اول، قم: انتشارات بهشت بینش، ۱۳۸۹.

- محمد بن حسن الحر العاملی، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل البیت،: ۱۴۰۹ هـ.ق.
- مطهری، مرتضی، نظام حقوق زن در اسلام، قم: انتشارات صدرا، چ ۴۹، ۱۳۸۷.
- هاشمی علی‌آبادی، سید احمد، غریزه جنسی از نگاه اسلام، چ اول، تهران: کمال اندیشه تهران، ۱۳۹۰.