

## فصل

# اصول فرآیند آشنایی پیش از ازدواج



### ❖ اهداف آموزشی

- ❖ آشنایی قبل از ازدواج
- ❖ علت ازدواج
- ❖ اهداف نادرست ازدواج
- ❖ آثار و اهداف مثبت ازدواج
- ❖ زمان مناسب ازدواج
- ❖ دلایل تأخیر در ازدواج
- ❖ عواقب ازدواج دیر هنگام
- ❖ وظایف زن و شوهر و نیازهای اساسی زوجین
- ❖ مراقبت از ازدواج و زمینه‌های ازدواج‌های موفق

## □ آشنایی قبل از ازدواج

نظر به اهمیت آشنایی و شناخت قبل از ازدواج رعایت اصول زیر است:

- ۱- پرسیدن تا شناخت کامل
  - ۲- تمرکز در نشانه‌های هشداردهنده
  - ۳- تأخیر و تأمل در سازش
  - ۴- عدم تسلیم به نیازهای جنسی
  - ۵- جذابیت و محبت مقدم بر تفاهم
  - ۶- دل بستن به تغییر و کم شدن مشکلات پس از ازدواج
  - ۷- عدم تسلیم به کشش‌های مادی و ظاهری
  - ۸- مقدم شمردن تفاهم بر تعهد
  - ۹- اهمیت دادن به تردیدها
- هر کدام از موارد بالا در ادامه شرح داده می‌شود.

## □ پرسیدن تا شناخت کامل

از آنجا که بیشترین اطلاعات از طریق پرسش به دست می‌آید لازم است دختر و پسر که قرار است با هم ازدواج کنند آنقدر در طول آشنایی از یکدیگر سؤال کنند که نقطه ابهامی در مورد آنان باقی نماند. سؤال‌ها باید شامل کلیه مواردی باشد که در ازدواج مؤثر است. با توجه به فرهنگ رایج لیست سؤالات را تهیه و در مواقع مناسب آنها را مطرح کرده و پاسخ بگیرند. مواردی است که در طرف احتمال صداقت نیست. سؤالات غیر مستقیم از افراد و منابع دیگر می‌تواند به واقعیت منتهی گردد. این هنری است که باید دختران و پسران در دوران آشنایی پیش از ازدواج داشته باشند.

### □ تمرکز در نشانه‌های هشداردهنده

نادیده گرفتن نشانه‌های هشدار یکی از اشتباهاتی است که ممکن است در ازدواج رخ دهد. تجربه‌ای از نشانه‌های هشداردهنده عبارتند از:

- طرف مقابل از صحبت کردن در مورد گذشته اجتناب می‌کند.
- جزئیات سوابق خانوادگی خود را مطرح نمی‌کند.
- مطیع اعضای خانواده خود است و این نشان از وابستگی دارد.
- علایمی از اعتیاد در وی مشاهده می‌شود.
- هدایای غیر منتظره‌ای به طرف خود می‌دهد.
- چشم‌چرانی می‌کند و آثاری از روابط با دیگران وجود دارد.

در چنین مواردی توجیه کردن و تحت تأثیر عشق و علاقه، نادیده انگاشتن این نشانه‌ها اشتباه است. بحث و بررسی در چنین مواردی ضروری است تا بالاخره به آشنایی و شفافیت منتهی گردد.

### □ تأخیر و تأمل در سازش

یکی از اشتباهاتی که ممکن است در دوران آشنایی پیش از ازدواج انجام گیرد، عجله در سازش است. بسیاری از دختران و پسران تحت تأثیر عوامل مادی یا جنسی و یا موارد دیگر قبل از بررسی‌های لازم بسیاری از ارزش‌ها، رفتارها و عادت‌های خود را به سرعت در جهت تطابق با طرف مقابل تغییر می‌دهند.

در مواردی که عقاید، باورها و علایق آنان با طرف مقابل همخوانی ندارد وانمود می‌کنند که تفاهم دارند. عقاید، باورها و علایق خود را نادیده می‌گیرند و اهمیتی برای آن قائل نمی‌شوند. مدارا و مصالحه در زندگی مشترک از اهمیت زیادی برخوردار است. اما در زمان ازدواج وقتی این سازش زود هنگام و ناپخته باشد تبعات ناخوشایندی خواهد داشت. بعد از ازدواج سازش، مدارا و مصالحه اساس زندگی مشترک توأم با صفا و صمیمیت است ولی در آشنایی قبل از ازدواج تعهدی به طرف مقابل داده نشده در سازش زود هنگام احتمال انجام یک ازدواج ناموفق وجود دارد.

### □ عدم تسلیم به نیازهای جنسی

دختر و پسری که می‌خواهند ازدواج کنند نیاز جنسی در این زمینه موجب می‌شود که در دوران آشنایی پیش از ازدواج مبادرت به رابطه جنسی کنند. موارد زیادی است که افسون جاذبه جنسی

موجب شده است که دختر و پسر در دام یک ازدواج ناموفق گرفتار شوند. بنابراین لازم است از هرگونه پاسخ جنسی قبل از ازدواج پرهیز گردد. با کسی که قرار است ازدواج کنید با صبر و حوصله و به دور از رابطه جنسی برای شناخت اقدام کنید تا فرصتی فراهم گردد که بدون تأثیر جاذبه جنسی و با واقع‌بینی به شناخت نایل شوید. به عنوان مثال فردی که از نظر اخلاقی در مورد خشم و عصبانیت زیر سؤال است باید تا زمانی که پاسخ این خشم و عصبانیت روشن نشده بررسی ادامه داشته باشد.

### □ جذابیت و محبت مقدم بر تفاهم

تفاهم در ازدواج لازم است ولی کافی نیست، یکی دیگر از ملازمات ازدواج جذابیت و علاقه و محبت است. جذابیت و به دل نشستن طرف مقابل شرط یک ازدواج پایدار و با صمیمیت است. به امید آنکه علاقه ایجاد می‌شود نباید تن به ازدواج داد. زمان حال ملاک است نه امید به آینده.

### □ دل بستن به تغییر و کم شدن مشکلات پس از ازدواج

تاکید می‌شود، ملاک زمان حال است. دل بستن به اینکه مشکلات در آینده کم می‌شود و این باور که طرف را تغییر می‌دهم، اصلاح می‌کنم، می‌سازم، باوری بیهوده است. سپردن سرنوشت به شانس و تصادف و بنای پایه زندگی بر باورهای غلط عاقلانه نیست. آن هم بنای ازدواج که سودای عمر است. امید دادن تضمین اجرایی ندارد و در اکثر موارد قابل حصول نیست.

### □ عدم تسلیم به کشش‌های مادی و ظاهری

بسیاری از افراد تحت تاثیر ظواهر مادی، پول و ثروت، ماشین، باغ، قدرت و نفوذ، شهرت و ... بدون توجه به سایر عوامل تاثیرگذار مبادرت به ازدواج می‌کنند. چنین ازدواج‌هایی سپردن سرنوشت به دست قضا و قدر است و منجر به تباهی و گرفتاری در باتلاقی می‌گردد که خلاصی از آن به سادگی میسر نخواهد بود.

### □ مقدم شمردن تفاهم بر تعهد

مواردی است که قبل از یقین به تفاهم و مناسب بودن طرف مقابل، برای تعهد و قبول ازدواج عجله می‌کنیم. در چنین مواردی احتمال عدم تفاهم وجود دارد. چه بسا به دنبال آن ناسازگاری و شرایط بسوز و بساز حاکم می‌گردد.

## □ اهمیت دادن به تردیدها

وقتی در دوران آشنایی پیش از ازدواج در مورد بعضی از عوامل اثرگذار در ازدواج تردیدهایی وجود دارد نباید آن را نادیده گرفت. باید تا رفع تردید و رسیدن به واقعیت به پرس و جو ادامه داد.

## □ علت ازدواج

اگر کسی فقط برای مراسم ازدواج، ازدواج کرده باشد بعد از تمام شدن مراسم می‌گوید چی شد که من با این آدم ازدواج کردم؟ انگار یک خواب بود، اگر این اتفاق افتاد هیچ گاه خودتان را سرزنش نکنید چون پاسخ به ازدواج را این گونه دیده بودیم، در واقع به چشم یک مراسم، همه‌ی فامیل ازدواج می‌کنند من هم باید ازدواج کنم. با پرسش این سوال متوجه می‌شویم که ذهن خود را عادتاً بار آورديم يا خير؟ اگر مسیر پاسخگویی را غیر توانمند پیش ببرید به مشکل می‌خورید. همسر لباس تن ما می‌باشد. در گفته‌های ادیان منظور از لباس یعنی خود واقعی، یعنی خود ما یکی شد.

نه پوشش که جدا از بدن ما است، لباس زینت‌دهنده و زیبایی‌دهنده بدن می‌باشد و همسر هم همین نقش را دارد. پس همسر بخشی از خود واقعی شماست.

در نهایت وقتی می‌گوییم چرا ازدواج، چون من هستم پس ازدواج می‌کنم چون در یک بخشی از وجودم حتماً نیازی دارم که هیچ‌کس و هیچ‌چیز به غیر از همسر نمی‌تواند به آن پاسخ دهد، بنابراین جایگاه همسر با پدر و مادر، خواهر و برادر خیلی فرق می‌کند مثل این است که بگوییم غذا بهتر است یا ماشین، غذا یک نیاز را رفع می‌کند و ماشین نیاز دیگر ما را برطرف می‌سازد. (لمبروزو، ۱۳۸۰: ۱۲۸)

## □ ارتباط با خود واقعی

آیا تا به حال فکر کرده‌اید که، که هستید؟ (خودتان را معرفی ازدواجی کنید؟) مثلاً یک نفر ممکن است زندگی شغلی‌اش برایش برجسته‌تر باشد و شروع به تعریف شغلی خود کند و ...

چه می‌خواهید؟ منظور چه نیازهایی دارید؟

پس با توجه به نیازهای خود به سؤال‌های زیر پاسخ دهید.

چند تا از اهداف یا خواسته‌ها یا رؤیاهای زندگی‌تان را فهرست کنید؟

دل‌م می‌خواهد که ...

ای کاش که ...

- در فهرست خواسته‌هایتان کدام طبقه خواسته، بیشتر است؟

الف) زندگی شغلی

ب) زندگی تحصیلی

ج) زندگی خانوادگی

- آیا زمانی که پدر و مادری را به همراه فرزند کوچکشان می‌بینید غبطه می‌خورید؟

الف) بله  
ب) خیر

- آیا زمانی که یک زوج جوان را در حال خنده می‌بینید غبطه خورده‌اید که چرا ازدواج نکرده‌اید؟

- آیا زمانی که یک زوج جوان را در حال دعوا می‌بینید خوشحال شده‌اید که ازدواج نکرده‌اید؟

- آیا همچون گذشته از اوقات تنهایی‌تان لذت می‌برید؟

- آیا زمانی که در جمع دوستان متأهل هستید به خود گفته‌اید که ای کاش من هم متأهل بودم؟

- آیا حضور شخصی از جنس مخالف توانسته حال شما را دگرگون کند؟

- آیا تاکنون به این موضوع فکر کرده‌اید که تنهایی دیگر بس است؟

- آیا تاکنون برایتان پیش آمده که شادی و غمتان را بخواهید به کسی از جنس مخالف انتقال

دهید و پذیرای شادی و غم آن فرد باشید؟

- آیا شده زمانی که پشت ویتترین یک فروشگاه هستید احساساتان به شما بگوید برای کسی غیر

از پدر و مادر، خواهر و برادر (یعنی مرد یا زن) مورد نظر هدیه‌ای بخرید؟

- آیا رنگ زندگی شما تا به حال تغییر کرده است؟ (یعنی اینکه زندگی را متفاوت ببینید)

- آیا امید دارید که حضور شخصی زندگی‌تان را می‌تواند دگرگون سازد؟

- اگر زمانی، فردی مثل دوستان، اقوام یا پدر و مادرتان به شما بگوید دیگر زمان ازدواج فرا رسیده

است اخم می‌کنید؟

- آیا تا به حال در خیالتان مراسم خواستگاری را مرور کرده‌اید؟

- آیا تا به حال برایتان پیش آمده عشق را در مفهوم غیر از عشق به خدا، عشق به پدر و مادر و

عشق به خواهر و برادر، در قالب عشق به همسر در قلب خود راه دهید، اما حجب و حیا اجازه

نمی‌دهد آن را بروز دهید؟

- آیا در کودکی پایان داستان‌هایی که خوانده‌اید بیشتر با این جمله تمام می‌شد: «و آنها یک

عمر با خوبی و خوشی در کنار هم زندگی کردند.»؟

- وقتی با یکی از دوستان خود که به تازگی ازدواج کرده است مواجه می‌شوید راجع به کدام یک از این دو موضوع بیشتر صحبت کرده‌اید؟  
الف) مراسم ازدواج  
ب) مهارت ازدواج (مثلاً معیارت برای انتخاب همسر چیست؟ همسرت چه ویژگی‌هایی دارد؟)  
- تا به حال به کدام یک از دو موضوع فکر کرده‌اید؟  
الف) مهارت ازدواج  
ب) مراسم ازدواج
- با دوستان خود راجع به کدام یک از این دو موضوع بیشتر صحبت کرده‌اید؟  
الف) مهارت ازدواج  
ب) مراسم ازدواج
- در خانواده خود راجع به کدام یک از دو موضوع بیشتر صحبت کرده‌اید؟ (بیشتر در خانواده برای ازدواج آماده شده‌اید یا مراسم ازدواج)  
- واقعا چرا ازدواج؟  
الف) مسیر پاسخگویی غیر توانمند شده:  
- به دلیل اجبار خانواده و حرف مردم  
- به خاطر عرف، خانواده و جامعه  
ب) مسیر پاسخگویی توانمند شده:  
- به دلیل شناخت نیازهای خود واقعی‌ام  
- به دلیل برخورداری از قدرت انتخاب برای پاسخگویی نیازهایم  
- به دلیل برخورداری از اراده در عمل کردن به خواسته‌هایم. (دیما تیوه، ۱۳۹۲: ۲۳۲)

## □ ازدواج و اهمیت آن

مسئله ازدواج یکی از مهمترین تصمیماتی است که هر جوانی باید در زندگی‌اش بگیرد و اگر در این انتخاب و تصمیم بسیار مهم، درست و منطقی عمل کند آینده روشنی برای خود رقم زده است. دین اسلام بیش از همه، بر آن تأکید فراوان دارد و آثار و فواید مهمی برای آن یاد کرده است. فقیهان، ازدواج را از مستحبات مؤکد بر شمرده و آن را برای کسی که به سبب نگرفتن همسر به گناه بیفتد، واجب دانسته‌اند.

نبی اکرم (ص) فرمود: هرکس ازدواج کند، به درستی که از نصف دینش پاسداری کرده است.

(وسائل الشیعه، ج ۱۴، ۵)

### با ازدواج:

- ۱- فکر از پراکندگی به انسجام می‌رسد.
- ۲- هدف در زندگی معنا پیدا می‌کند.
- ۳- بیکاری و بیهودگی تمام می‌شود.
- ۴- نیازهای جسمانی و عاطفی تأمین می‌شود.
- ۵- فرد به سوی نیازهای روحانی و اهداف الهی تمایل پیدا می‌کند. (رنجکش، ۱۳۹۱: ۱۸۵)

### مراحل ازدواج:

- تصمیم‌گیری برای ازدواج
- آمادگی برای ازدواج: برای آمادگی دختر و پسر برای انجام ازدواج قبل از هر اقدام آموزش مهارت‌ها و اطلاعات لازم برای ازدواج موفق ضروری است.
- تحقیق کردن در مورد ازدواج
- عملی کردن معیارهای انتخاب همسر
- انتخاب همسر
- مراسم خواستگاری
- توافق در مورد شرایط یکدیگر
- دوران نامزدی
- دوران عقد و عروسی: (به عبارتی دوره ترک پدر و مادر، قطع وابستگی کامل از خانواده). (میشل، ۱۳۵۴: ۸۵)

### □ مفهوم ازدواج

ازدواج در عرف و شرع، پیمان زناشویی که بر اساس آن، برای مرد و زن در برابر هم، تعهدات اخلاقی و حقوقی پدید می‌آید که سرپیچی از بسیاری از آنها، عقوبت و کیفر در پی خواهد داشت. در هر آیینی، ازدواج با قوانین و مقررات ویژه‌ای صورت می‌گیرد و اسلام به آداب و رسوم دیگر اقوام احترام گذاشته است. «لکل قوم نکاح»

از پیمان زناشویی در قرآن به (نکاح) نیز تعبیر شده، و به دو معنا به کار رفته است:

۱- آمیزش (بقره/۲۳۰؛ نسا/۶)

۲- عقد ازدواج (نور/۳۲)

نیاز روح به کانون آرامش با اهمیت‌تر از نیاز جنسی است.

همسر شایسته در پیش‌آمدهای زندگی راه اصول به آرامش و سعادت را نزدیک می‌کند. (حرعاملی، ۱۴۱۸ق، ۳)

### □ اهداف نادرست ازدواج

اهداف ازدواج، از آن دست موضوعاتی است که هر دختر و پسر جوان باید به آن بیاندیشد تا بتواند بفهمد که چرا و چگونه ازدواج موفق را برای خود رقم بزند. بسیاری از شکست‌ها در زندگی مشترک به خاطر نشناختن هدف ازدواج است. خداوند متعال در قرآن خلقت زن و شوهر و محبت و مودت میان آنها را از نشانه‌های حکمت خود معرفی می‌کند.<sup>۱</sup>

و حضرت محمد (ص) می‌فرمایند: «هیچ کانونی در اسلام بر پا نشده که نزد خداوند محبوب‌تر و عزیزتر از ازدواج باشد.» همچنین امام صادق (ع) می‌فرمایند: «دو رکعت نماز انسان متاهل افضل و بالاتر از هفتاد رکعت نماز انسان مجرد است.»

در آفرینش انسان زن و مرد مکمل نیازهای روحی و روانی یکدیگرند و هر یک بدون دیگری احساس فقر و نیاز نموده و در وجود خود خلاء و کمبودی احساس می‌کند. (وسایل الشیعه، ج ۱۴: ۳)

انسان به عنوان موجودی طبیعی و با داشتن بعد مادی و جسمانی نیز با جهان طبیعت در ارتباط حیاتی و وابستگی متقابل می‌باشد.

دختر در ساختار وجودی خویش متمایل به مرد آفریده شده و به دنبال تکیه‌گاه محکمی است که در فراز و نشیب زندگی یار و یاور حامی او باشد، او طالب آن است که مردی را متوجه شخصیت و موقعیت عاطفی خود نماید. (هاشمی رکاوندی، ۱۳۷۶: ۲۵)

پسر نیز پس از بلوغ به طور طبیعی سرشار از تمایلات غریزی است و نیازمند روابطی دوستانه و محبت‌آمیز بوده و بدون جنس مخالف نه در مراقبت از تمایلات سرکش و شهوانی خود تواناست و نه در رشد استعدادهای اجتماعی موفق است.

او در پی کسی است که کمبود روحی و عاطفی او را جبران کند و با نرمی و لطافت، خشکی و خشونت زندگی را هنرمندانه از یادش ببرد. پس با توجه به نیاز طبیعی دختر و پسر به یکدیگر، ازدواج پاسخی درست و کامل به این نیاز طبیعی است که در آن زن و مرد زندگی مشترکی را آغاز می‌کنند و پیمان می‌بندند که در مصائب (سختی‌ها) یار و غمخوار یکدیگر باشند.

۱. وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (سوره رم/ ۲۱)

ازدواج یکی از بهترین پاسخ‌ها به نیازهای عاطفی و جنسی انسان است و هدف‌ها و نیازهای بی‌شماری را تأمین می‌کند. که از جمله مهمترین آثار و اهداف ازدواج میل به آرامش و سکون، حرکت به سوی تکامل دین و معنویت، تأمین نیازهای جنسی، بقای نسل، تکمیل و تکامل فردی و اجتماعی، سلامت و امنیت و سرانجام، تأمین نیازهای روانی و اجتماعی فرد را می‌توان نام برد. هدف عالی و نهایی از ازدواج هماهنگی و وحدت دو نفر در تمام مراحل و حوزه‌های زندگی است. اما گاهی افراد بر اثر عدم آگاهی از ازدواج و زندگی مشترک اهدافی از قبیل فشار خانواده، ترس از تنها ماندن، رفع نیازهای مالی و فرار از موقعیت خانواده، ارضای نیازهای جنسی را برای خود معین و مشخص می‌کنند که بسیار سطحی و زودگذر و آسیب‌زا است. می‌توان ازدواج را راهی برای پیشگیری از ابتلا به انواع اختلالات روحی و روانی بیان نمود.

### ■ فرار از تنهایی

بسیار از افراد مبتلا به فوبیای تنهایی، برای رهایی و درمان این ترس و هراس خود وارد رابطه و زندگی مشترک می‌شوند. این‌گونه افراد به دلیل این که از تنها ماندن در طول زندگی هراس دارند تن به ازدواج می‌دهند و آنچه از زندگی مشترک به دست می‌آورند چیزی جز انتخاب عجولانه و ناامیدی در زندگی نیست. آنان تصور می‌کنند که با ازدواج می‌توانند با این ترس مبارزه کنند، اما به دلیل این که افراد مبتلا به فوبیا قادر به تصمیم‌گیری درست و صحیح نیستند. اصولاً در انتخاب افراد دچار مشکل می‌شوند در نهایت این‌گونه از افراد درگیر روابط تهی - غم‌انگیزی می‌شوند.

### ■ فرار از موقعیت خانواده

افرادی نیز وجود دارند که به ازدواج به عنوان یک راه فرار و میانبر نگاه می‌کنند. این دسته از افراد برای فرار از موقعیت نامناسب خانواده و یا حتی برای رهایی از زخم زبان‌های آنان بدون توجه به معیارهای خود و شخصیت فرد مقابل تن به ازدواج می‌دهند و در نهایت با شکست در زندگی مشترک و کوهی از تجربه‌های ناگوار مجبور به بازگشت به همان موقعیت اول می‌شوند.

### ■ ارضای نیازهای جنسی

گاهی افراد بدون آمادگی و آگاهی نسبت به زندگی مشترک تن به ازدواج می‌دهند. در واقع گزینه جنسی این قبیل از افراد آنقدر در سطح بالایی قرار دارد که اجازه انتخاب صحیح را از آنان می‌گیرد. این افراد رابطه جنسی را در اولویت قرار می‌دهند و سایر ویژگی‌های همسر

مناسب را فراموش می‌کنند. البته لازم به ذکر است که توجه به ارضای غریزه جنسی به عنوان یک غریزه نیرومند در امر ازدواج بسیار مهم است. اما انتخاب همسر فقط بر اساس اغنای این نیاز کار بیهوده و عبثی است که در نهایت برای فرد جز آسیب‌های روانی و جسمی نتیجه‌ای در پی نخواهد داشت. (آیت... امینی، ۱۳۸۹: ۲۳)

## □ آثار و اهداف مثبت ازدواج

### ■ ایجاد محیطی خصوصی برای آرامش و آسایش

نیاز به آرامش که ریشه در سرشت آدمی دارد، بر اساس تعالیم مکتب اسلامی یکی از بهترین و شاید اولین انگیزه ازدواج محسوب می‌شود. ازدواج در حقیقت، کانونی تشکیل می‌دهد که در آن زن و مرد احساس آرامش کنند؛ زیرا زنان و مردان آرامش‌دهنده روانی یکدیگرند. خداوند می‌فرماید: «یکی از نشانه‌های ما این است که برای شما همسری از جنس خودتان بیافرید تا با او انس گیرید و در کنارش آرامش بیابید.»<sup>۱</sup>

پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: برای مؤمن چه سودی بهتر از زن شایسته که هر گاه او را ببیند، شادمان شود. (حرعاملی، ۱۴۱۸ق، ۲۵)

### ■ تأمین نیازهای جنسی

احساس جنسی و اندام‌های مربوط به آن، بخش‌های مهمی از وجود انسان هستند. برای حفظ و استمرار سلامت و آرامش روانی، اولین نکته تصویق صریح و درک احساس و جنبه جنس خویش و جنس مخالف است.

انسان دارای مجموعه‌ای از نیازها و غرایز است که عدم ارضا یا نقص در ارضای هر کدام از آنها موجب ایجاد تزلزل در شخصیت می‌گردد و ازدواج، بهترین پاسخ به این غریزه است و پنهان کردن و پس زدن این غریزه صحیح نیست، چون جز تشنگی سیری‌ناپذیر و تنوع‌طلبی و اضطراب، چیز دیگری در پی نخواهد داشت؛ بنابراین باید به ضرورت تأمین نیاز جنسی توجه نمود، اما نه تنها از بعد مادی و جسمانی؛ بلکه در نتیجه تأمین صحیح، که فرد از لحاظ روانی و اخلاقی به آرامش برسد. بنابراین فرد پس از ازدواج می‌تواند این غریزه مهم حیاتی را با شیوه‌ای مطلوب و معقول و اجتماع‌پسند ارضا کند و در سایه آن، به آرامش دست یابد. (آیت... امینی، ۱۳۸۹: ۱۲-۲۰)

۱. وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً (سوره روم/۲۱)