

پژوهشی  
مسانت جنسی  
در  
زندگی زنانشو  
پس

# عشق و روزی

حسین دهنوی

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)

کتاب  
مهر  
زندگی





أَجَلَ لَكُمْ لَيْلَةَ الصَّيَامِ الرَّفِثُ إِلَى نِسَائِكُمْ  
در شب ماه رمضان، نزدیکی با همسرانتان حلال است.

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)



سرشناسه: دهنوی، حسین، ۱۳۴۰-  
عنوان و نام پدیدآور: گلبرگ زندگی / ۴ / حسین دهنوی.  
مشخصات نشر: قم: خادم الرضا (ع)، ۱۳۹۵.  
مشخصات ظاهری: ۲۰۰ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۶۰-۸۹-۱  
وضعیت فهرست نویسی: فیپا  
یادداشت: کتابنامه.  
موضوع: زناشویی (اسلام)  
رده بندی کنگره: ۷۶ ۱۳۹۵ گ ۷۶ / ۲ / ۲۵۳ BP  
رده بندی دیویی: ۲۹۷ / ۶۴۲  
شماره کتابشناسی ملی: ۴۱۹۵۷۵۸

# گلزنی ۴

مسابقات جنسی  
در  
زندگی زناشویی  
هنر عشق ورزی



مؤلف/ویراستار: حسین دهنوی/ناشر: خادم الرضا (علیه السلام)  
طراح گرافیک: محمد مهدی عباسی/ چاپ: کوثر  
مجموعه کتاب: ۱۰۰۰ نسخه/ نوبت چاپ: دوازدهم/ ۱۴۰۳

برای اطلاع از قیمت و سفارش انتشارات خادم الرضا [www.khademolreza.com](http://www.khademolreza.com) مراجعه فرمایید.

[www.khademolreza.com](http://www.khademolreza.com)

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۹-۱

تمامی حقوق برای انتشارات خادم الرضا (ع) محفوظ است.

مراکز پخش:

مشهد مقدس، خیابان شهید کامیاب ۳۶، پلاک ۲۹

پخش صنایع فرهنگی ابر و بن

100000



انتشارات خادم الرضا (علیه السلام)

ارتباط با ما:

آدرس: خیابان صفویه (شمال)، انتهای کوچه ۲۸، پلاک ۲۸۲

۱۱۱۹ - ۳۳۱۹۵

صندوق پستی



تلفن ۳۳۷۲۳۱۲۲ - ۳۳۷۳۶۱۶۵ - ۰۲۵

۰۹۱۲ ۲۵۱ ۳۶۸۹ - ۰۹۱۲ ۲۴۶ ۱۲۰۵



@khademolrezaa

صفحه اینستاگرام



نمایش تصاویر، معرفی کتابها و مطالب مرتبط با انتشارات

فروشگاه مجازی انتشارات Khademolreza.com

با امکان خرید محصولات و بهره مندی از تخفیف ویژه



@khademolrezaa

کانال سروش



اطلاع رسانی آخرین اخبار و تازه های نشر

۳۰۰۰۱۹۱۹۶۰

عضویت در باشگاه مخاطبین با ارسال عدد ۱۱۲



عزیزانی که از طریق سایت و یا سامانه پیام کوتاه به باشگاه مخاطبین

انتشارات خادم الرضا (ع) می پیوندند به قید قرعه جوایزی اهدا میگردد.

خرید و فروش این کتاب بدون برچسب آرم دار (هولوگرام) شرعاً حرام است و پیگرد قانونی ندارد.

## فهرست مطالب

۱۳	..... سخن ناشر
۱۵	..... دیباچه
۱۷	..... بخش اول: کلیات
۱۷	..... اهمیت رابطه جنسی
۱۸	..... مقدس بودن رابطه جنسی
۱۹	..... وجوب شرعی رابطه جنسی
۲۱	..... ثواب رابطه جنسی
۲۳	..... فایده رابطه جنسی
۲۵	..... لذت رابطه جنسی
۲۶	..... توجه به آموزش روابط جنسی
۲۷	..... ضرورت توجه به رابطه جنسی
۲۸	..... توجه مرد به نیاز جنسی زن
۳۱	..... توجه زن به نیاز جنسی مرد
۳۵	..... بخش دوم: راه‌های بالا بردن کیفیت رابطه جنسی
۳۵	..... ۱. توجه به تفاوت‌های زن و مرد

- ۳۶ ..... ا. زخمی مرد و لطافت زن.
- ۳۷ ..... ب. عشق‌بازی در مرد و عشق‌ورزی در زن.
- ۴۰ ..... ج. سرعت در مرد و آهستگی در زن.
- ۴۲ ..... د. دیداری بودن مرد و شنیداری بودن زن.
- ۴۳ ..... ه. سخن گفتن مرد و سکوت کردن زن.
- ۴۴ ..... و. ایجاد میل در زن با حمام گرم و خواب‌آلودگی در مرد.
۲. ۴۴ ..... توجه به فضای رابطه جنسی.
۳. ۴۵ ..... توجه به چگونگی رابطه جنسی.
- ۴۵ ..... آغازگری در رابطه جنسی.
- ۴۷ ..... استفاده از فن توقف و حرکت.
- ۴۸ ..... ایجاد تنوع در رابطه جنسی.
- ۵۲ ..... استفاده از اشیای جنسی.
- ۵۳ ..... رابطه جنسی دهانی (oral sex).
- ۵۳ ..... آمیزش با شهوت زن یا مرد دیگر.
- ۵۴ ..... رابطه جنسی در عادت ماهانه.
- ۵۷ ..... چگونگی رابطه جنسی در عادت ماهانه.
- ۵۷ ..... رابطه جنسی از پشت (مقعد) زن.
- ۶۰ ..... رابطه جنسی زن و مرد در دوران بارداری.
- ۶۱ ..... حکم شرعی رابطه جنسی در دوران بارداری.
- ۶۱ ..... دستور پزشکی رابطه جنسی در دوران بارداری.
- ۶۲ ..... تفاوت میل جنسی زنان در دوران بارداری.
- ۶۳ ..... علل بی‌میلی جنسی برخی زنان در دوره بارداری.
- ۶۳ ..... علل بی‌رغبتی جنسی مردان در دوران بارداری زن.
- ۶۴ ..... رابطه جنسی پس از زایمان.
- ۶۴ ..... حکم شرعی رابطه جنسی پس از زایمان.

۶۴	..... زمان رابطه جنسی پس از زایمان
۶۵	..... کاهش میل جنسی زن پس از زایمان
۶۷	..... راهکارهای افزایش میل جنسی در زن پس از زایمان
۶۸	..... کاهش میل جنسی مرد، پس از زایمان زن
۷۰	..... رابطه جنسی در یائسگی زن (منوپاز)
۷۱	..... ۴. توجه به میزان رابطه جنسی
۷۱	..... تفاوت در نیاز جنسی
۷۲	..... میزان استاندارد رابطه جنسی
۷۳	..... افراط و تفریط در رابطه جنسی
۷۵	..... مشکلات زیاده‌روی در آمیزش
۷۶	..... علل زیاده‌روی در آمیزش مردان و زنان
۸۱	..... نوسانات رابطه جنسی
۸۲	..... ۵. توجه به زمان رابطه جنسی
۸۵	..... مدت زمان رابطه جنسی
۸۵	..... ۶. توجه به مکان رابطه جنسی
۸۹	..... ۷. توجه به بهداشت رابطه جنسی
۹۳	..... ۸. توجه به تحریک جنسی
۹۵	..... فواید تحریک زن
۹۵	..... ا. پیشگیری از سرد مزاجی زن
۹۵	..... ب. رفع نازایی زن
۹۵	..... ج. تضمین سلامت بیشتر فرزند
۹۵	..... نقاط تحریک‌پذیر در مرد
۹۶	..... نقاط تحریک‌پذیر در زن
۱۰۴	..... ۹. توجه به ارگاسم (اوج لذت جنسی)
۱۰۵	..... مراحل رابطه جنسی

- ۱۰۵..... مرحله نخست: میل
- ۱۰۵..... راه‌های ایجاد میل در مرد
- ۱۰۷..... راه‌های ایجاد میل در زن
- ۱۰۷..... مرحله دوم: برانگیختگی
- ۱۰۸..... نشانه‌های برانگیختگی زن
- ۱۰۸..... نشانه‌های برانگیختگی مرد
- ۱۰۹..... مرحله سوم: ارگاسم
- ۱۱۱..... نشانه‌های ارگاسم در مرد
- ۱۱۱..... نشانه‌های ارگاسم در زن
- ۱۱۱..... چند نکته درباره ارگاسم
- ۱۱۳..... مرحله چهارم: فرونشینی
- ۱۱۵..... بخش سوم: اختلالات (بیماری‌های) جنسی
- ۱۱۵..... تعریف رابطه جنسی
- ۱۱۵..... رفتار صحیح جنسی
- ۱۱۶..... آمیزش مورد قبول به لحاظ اخلاقی
- ۱۱۶..... تفاوت انحراف جنسی و اختلال جنسی
- ۱۱۶..... توجه به اختلالات جنسی
- ۱۱۷..... انواع اختلالات جنسی
- ۱۱۷..... ۱. اختلال میل جنسی
- ۱۱۷..... ۱-۱. اختلال میل جنسی کم‌کار
- ۱۱۹..... عوامل اختلال میل جنسی کم‌کار
- ۱۱۹..... ۱. عامل رفتاری
- ۱۱۹..... أ. خشونت مرد با زن
- ۱۱۹..... ب. بی‌توجهی مرد به آرامش زن
- ۱۲۱..... ج. بی‌توجهی مرد به نظافت خود

۱۲۱	د. بی‌توجهی مرد به ویژگی‌های زنانه زن
۱۲۱	ه. رفتارهای مشمئز کننده مرد
۱۲۲	رفتارهای نامناسب زن و سردی مرد
۱۲۲	۲. عامل روانی
۱۲۳	أ. فشارهای روحی
۱۲۴	ب. اختلالات روان‌شناختی
۱۲۵	ج. اختلالات روان‌پزشکی
۱۲۷	د. ترس
۱۲۸	۳. عامل هورمونی
۱۲۹	۴. عوامل متفرقه
۱۳۰	أ. مصرف مواد مخدر
۱۳۰	ب. مصرف مواد نیروزا
۱۳۰	ج. مصرف مشروبات الکلی
۱۳۱	د. داروهای گوناگون
۱۳۲	ه. فیلم‌های مستهجن
۱۳۳	و. موسیقی‌های مبتذل
۱۳۴	۱- ۲. اختلال انزجار جنسی
۱۳۵	۲. اختلال اوج لذت جنسی
۱۳۵	۱- ۲. اختلال تأخیر یا عدم ارگاسم در زن
۱۳۵	أ. آماده نبودن زن
۱۳۷	ب. اضطراب زن
۱۳۷	ج. بیماری‌های جسمی
۱۳۷	اختلال عدم انزال در مرد
۱۳۸	۲- ۲. اختلال انزال زودرس
۱۳۸	تعریف زودانزالی



- ۱۳۹..... علل انزال زودرس
- ۱۴۱..... راهکارهای درمان زودانزالی
- ۱۴۱..... رفتاردرمانی
- ۱۴۳..... دارو درمانی
- ۱۴۴..... گیاه درمانی
- ۱۴۵..... ۳. اختلال انگیختگی جنسی
- ۱۴۵..... ۱- ۳. اختلال عدم نعوظ
- ۱۴۶..... علل اختلال عدم نعوظ
- ۱۴۷..... درمان اختلال عدم نعوظ
- ۱۴۸..... فکس کردن نعوظ هنگام آمیزش
- ۱۴۹..... بازگشت نعوظ پس از رابطه جنسی
- ۱۴۹..... پریاپیسم (نعوظ مداوم)
- ۱۵۰..... علل ایجاد پریاپیسم
- ۱۵۰..... ۲- ۳. اختلال انبساط مهبل
- ۱۵۱..... ۴. اختلال درد جنسی
- ۱۵۱..... ۱- ۴. مقاربت دردناک
- ۱۵۲..... علل مقاربت دردناک
- ۱۵۲..... علل رفتاری مقاربت دردناک
- ۱۵۴..... علل روحی- روانی مقاربت دردناک
- ۱۵۵..... علل جسمی مقاربت دردناک
- ۱۵۹..... ۲- ۴. واژینیسم (واژینیسموس)
- ۱۵۹..... تعریف واژینیسم
- ۱۵۹..... علل واژینیسم
- ۱۶۰..... درمان واژینیسم
- ۱۶۱..... ۳- ۴. درد تناسلی در مرد

- ۱۶۲..... ۵. اختلال جنسی ناشی از بیماری جسمی
- ۱۶۳..... بیماری‌های جسمی زنان
- ۱۶۴..... بیماری‌های جسمی مردان
- ۱۶۴..... بیماری‌های جسمی مشترک زن و مرد
- ۱۶۵..... اهمیت درمان اختلالات جنسی
- ۱۶۷..... بخش چهارم: پرسش و پاسخ
- ۱۹۳..... کتابنامه

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)