

شرایط مناسب برای انعقاد نطفه از منظر اسلام

گروه پژوهشی مزاج زندگی



www.mezajezendegi.ir



شرایط دخیل در به وجود آمدن انسانی سالم و صالح

انتخاب همسر شایسته

۱- متدین بودن:

اولاً باید همسر انسان، متدین باشد، زیرا دین می‌تواند انسان را از هر گونه انحراف های روحی و اجتماعی مصون دارد؛ و مسلماً زن و مرد با ایمان مطابق موازین و برنامه‌های دینی فرزند خود را تربیت کرده و احساس مسئولیت نسبت به این امر می‌نمایند، پیغمبر اسلام صلی الله علیه و آله وسلم فرموده اند:

«مَنْ تَزَوَّجَ امْرَأَةً لِمَالِهَا وَكَلَهُ اللَّهُ إِلَيْهِ وَ مَنْ تَزَوَّجَهَا لِحِمَالِهَا رَأَى فِيهَا مَا يَكْرَهُ وَ مَنْ تَزَوَّجَهَا لِدِينِهَا جَمَعَ اللَّهُ لَهُ ذَلِكَ»^۱

«اگر کسی با دختری به خاطر کثرت مالش ازدواج کند خدا آن شخص را به همان اموال واگذار می‌کند و اگر کسی به خاطر زیبایی دختری با او ازدواج کند خدا به آن شخص آنچه را که از دیدنش ناراحت می‌شود نشان می‌دهد و اگر کسی با دختری به خاطر دینش ازدواج کند خداوند همه این موارد را برایش فراهم می‌کند.»

۲- حسن خلق:

که مبدا اساسی پرورش نسل سالم است و این اصل چه در دوران جنینی و شیرخوارگی و چه در دوران تربیت کودک در خانواده، اثر مستقیم و یا غیر مستقیم دارد.

۳- حسن خلقت:

که این امر غالباً کمک به دین می‌باشد و ضامن جلوگیری مرد از انحراف و خلاف عفت است، به این معنی که زیبایی زن غالباً مردها را از اجراء تمایلات غیر مشروع باز می‌دارد. این موضوع نیز بیشتر با حسن خلق توأم است. زیرا زن زیبا غالباً دارای اخلاق ملایم و دلچسب می‌باشد. و پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله وسلم برای اطمینان خاطر مرد از زیبایی زن، اجازه دادند پیش از ازدواج، مرد او را ببیند؛ تا خاطر وی از نظر زیبایی و دلپسندی زن مطمئن گردد.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

«مَا اسْتَفَادَ امْرُؤٌ مُسْلِمٌ فَائِدَةً بَعْدَ الْإِسْلَامِ أَفْضَلَ مِنْ زَوْجَةٍ مُسْلِمَةٍ تَسْرُهُ إِذَا نَظَرَ إِلَيْهَا وَ تَطِيعُهُ إِذَا أَمَرَهَا وَ تَحَفَظُهُ إِذَا غَابَ عَنْهَا فِي نَفْسِهَا وَ مَالِهِ»^۲

۱. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۵۱



«مرد مسلمان بعد از اسلام، هیچ فائده‌ای بهتر از همسر مسلمانی که هنگامی او را می‌بیند مسرور شود و زمانی که به او، امر می‌کند اطاعت کند و حافظ خودش و اموالش در زمانی که همسرش نیست باشد، نبرده است.»

و نیز فرمودند:

«أَفْضَلُ نِسَاءِ أُمَّتِي أَحْسَنُهُنَّ وَجْهًا وَأَقْلَهُنَّ مَهْرًا»^۳

«بهترین زنان امت من زیبا چهره‌ترین آنها و زنی است که مهریه کمتری دارد.»
و نیز ازدواج با زن زیبا معمولاً فرزندان زیبا را نصیب انسان می‌سازد.

۴- ولود بودن زن:

یعنی خوش‌زا و بسیارزا باشد. چون قهراً، فرزند به کانون خانواده حرارت می‌بخشد.

۵- اصالت خانوادگی:

همسر انسان باید از خانواده اصیل و تربیت شده و نجیب باشد، زیرا او بهتر می‌تواند کودکان را تربیت کند. اگر زن خود، فاقد تربیت باشد نمی‌تواند فرزند خوب پرورش نماید.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله وسلم می‌فرمایند:

«إِيَّاكُمْ وَخَضِرَاءَ الدِّمَنِ قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا خَضِرَاءُ الدِّمَنِ قَالَ الْمَرْأَةُ الْحَسَنَاءُ فِي مَنَبَتِ السَّوِّ»^۴

«از سبزه‌هایی که در میان کثافات و پلیدی‌ها می‌رویند بپرهیزید. پرسیدند: سبزه‌های مذکور چیست؟ رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند: زن زیبایی است که در محیط پست و آلوده پرورش یافته باشد.»

ازدواج با اقارب و آثار سوء آن: اسلام ازدواج با عده‌ای از اقارب، مانند: مادر و خواهر و خاله و عمه و امثال آنها را شرعاً ممنوع ساخته، و در برخی موارد دیگر به منظور ارشاد مردم برای ساختن و پروردن نسل سالم، راهنمایی‌های کافی کرده است. و ازدواج با فامیل‌های نزدیکی را که حرمت شرعی هم ندارد صحیح نمی‌داند؛

و پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله وسلم فرموده‌اند:

«لَا تَنْكِحُوا الْقَرَابَةَ الْقَرِيبَةَ؛ فَإِنَّ الْوَلَدَ يُخْلَقُ ضَاوِياً»^۵

۲. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۴۰

۳. بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۳۷

۴. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۳۵

۵. حکمت نامه پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله وسلم (عربی)، ج ۷، ص ۲۱۸



«با خویشاوندان نزدیک ازدواج نکنید زیرا فرزندی که از آن به ثمر می‌رسد نحیف و ضعیف خواهد بود.»

به هر حال زیان‌های ازدواج‌های نزدیک و خانوادگی امروز کاملاً آشکار شده، و شکی برای آن باقی نمانده است. پیغمبر اسلام از پیش، این حقیقت را به جهانیان گوشزد کرده بودند.

دعا برای طلب فرزند

از امام صادق علیه السلام روایت شده است که فرموده‌اند برای طلب فرزند به سجده رفته و این دعا را بخوانید.

«... يَا رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ - رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ...»^۶

از امام زین العابدین نقل شده است که برای طلب فرزند هفتاد مرتبه دعای زیر را بخوانید.
«رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ وَاجْعَلْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا يَرِثُنِي فِي حَيَاتِي وَ يَسْتَغْفِرُ لِي بَعْدَ مَوْتِي وَ اجْعَلْهُ خَلَفًا سَوِيًّا وَ لَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَصِيبًا اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَغْفِرُكَ وَ أَتُوبُ إِلَيْكَ إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.»^۷

انعقاد نطفه

نکته مهمی که آیه شریفه «نَسَائِكُمْ حَرْتُ لَكُمْ...»^۹ بدان می‌پردازد، آن است که هنگام انعقاد نطفه فرزند، نباید تنها در اندیشه بذر افشانی و فرزند دار شدن بود، بلکه این عمل باید به نحو شایسته و نیکو انجام گیرد و نطفه و بذر سالم کشت شود؛ باید مواظب بود شیطان در فرزند شریک نگردد، تا طیب و صالح بوده و ذخیره‌ای مطلوب و عالی برای آخرت باشد.

کوچک‌ترین غفلت یا سهل انگاری پای شیطان را به مزرعه زن باز می‌کند و شریک یا مالک همه آن می‌شود و فرزندی که به دنیا می‌آید درست کار و پاک نخواهد بود و چه بسا عامل سرافکندگی و مایه عذاب والدین در دنیا و آخرت می‌شود.

موارد و عواملی که شیطان در انعقاد نطفه و فرزند انسان دخالت کرده و مالک همه آن یا شریک بعضی از آن می‌شود و دین اسلام نسبت به آنها هشدار می‌دهد، چندین مورد است که به پاره‌ای از آنها، متناسب با بحث، اشاره می‌کنیم:

۶. وسائل الشیعه، ج ۱۰۱، ص ۸۵

۷. وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۳۷۰

۸. اگر فرزند باهوش می‌خواهید محسن احمد ص ۴

۹. سوره بقره، آیه ۲۲۳



انعقاد نطفه از طریق نامشروع (زنا) یا در حال حیض همسر، یا به هنگام شهوت تحریک شده از حرام، همانند اختلاط یا شوخی با نامحرمان، چشم چرانی؛ گوش دادن به موسیقی و آهنگ‌های حرام و تحریک کننده غریزه جنسی، تماشای صحنه‌ها و نمایش‌های مبتذل از فیلم، سی دی و...، انعقاد بدون نام و یاد پروردگار عالم یا پیدایش آن از روزی حرام، شبهه‌ناک یا مالی که وجوه شرعی آن - مثل خمس و زکات - پرداخت نشده باشد و بالاخره مباشرت و آمیزش در جایی که کودک یا هر فرد بیدار دیگری آنان را می‌بیند یا صدا و حرکات شان را احساس می‌کند.

نتیجه آن که وقتی زنان از حیا و پوشش اسلامی فاصله بگیرند و با ظاهر آراسته و بزک کرده در مکان‌های عمومی و مجالس مختلط حاضر شوند، غریزه جنسی مردان - از جمله شوهران آنها - با مشاهده آنان شعله‌ور شده و با هیجان شهوانی به همسران خود نزدیک می‌شوند و چه بسا در آن حالت، زنان مشاهده شده را نیز در ذهن خود تصویر کنند، در این صورت فرزندی که نطفه‌اش منعقد شده شیطان در آن شریک خواهد بود و این کودک، بنده صالح برای خداوند و فرزند شایسته‌ای برای پدر و مادر خود نخواهد بود مگر این که مشمول لطف خاص الهی بشود.

این موضوع درباره خود زنان بدحجاب و آرایش کرده نیز صادق خواهد بود و مشکل دخالت و سهمیم شدن شیطان در انعقاد نطفه شدت می‌یابد. متأسفانه بسیاری از مجالس میهمانی‌ها از جمله جشن‌های عقد و عروسی دارای چنین میوه تلخی است، خصوصاً در مورد عروس و داماد در صورتی که شب عروسی، شب زفاف و انعقاد نطفه فرزند باشد.

ضمن این که پیوندی که با گناه و نافرمانی پروردگار عالم آغاز گردد زندگی پاک و مبارکی نخواهد بود و فرجام آن چه بسا طلاق و دست کم حاکم بودن اختلافات شدید خانوادگی است، اما والدین و زوج جوان از این امور و سایر عوامل ناگوار که میراث مجالس گناه و اختلاط زنان و مردان نامحرم است، غافل می‌باشند.^{۱۰}

شراکت شیطان در انعقاد نطفه

دستور داده شده که در وقت نزدیکی متذکر خدا باشید هم از نظر دل و هم از نظر زبان و حتماً باید بسم الله الرحمن الرحیم گفته شود و حتی در روایات می‌خوانیم اگر بسم الله الرحمن الرحیم گفته نشود، شیطان شریک می‌شود. نماز بخوانید و بعد از نماز دعا کنید که پروردگار عالم نسل شما را مبارک کند.

در بعضی از روایات می‌خوانیم برخی از اشیاء، ولد حیض هستند. همه می‌دانید که با زن در حال عادت زنانگی هم بستر شدن حرام است و نه تنها حرام بلکه کفاره هم دارد اگر روزهای اول باشد

۱. آسیب شناسی شخصیت و محبوبیت ز نه محمد رضا کوهی ۷۷ * ۲۷۸



باید هجده نخود طلا کفاره بدهد و اگر روزهای وسط باشد ۹ نخود و اگر روزهای آخر باشد باید ۴/۵ نخود طلا کفاره بدهد و اگر نطفه منعقد شد، نظیر ولدالزنا ممکن است رستگار شود، اما رستگاری او مشکل است و قرآن شریف هم راجع به شریک شیطان صحبت دارد. در سوره اسری می‌فرماید:

«وَاسْتَفْزَزَ مَنْ اسْتَطْعَتَ مِنْهُمْ بَصَوْتِكَ وَاجْلَبَ عَلَيْهِمْ بَخَائِلِكَ وَرَجَلِكَ وَشَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ وَعَدَهُمْ وَمَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا»^۱

می‌فرماید کار شیطان همین است که از راه صدایش شما را به جهنم می‌برد یعنی از راه غنا و موسیقی، ظاهر امر، امر تکوینی است نه امر تشریعی و معنای امر تکوینی این است که یکی از کارهای این دشمن آشکار شیطان لعین، این است که با صدایش مردم را جهنمی می‌کند یعنی با موسیقی‌ها بعضی اوقات هم با لشکرهایش، لشکر سواره و پیاده‌اش، لشکر پیاده یعنی دوست نادان، دوست نادان باعث جهنمی شدن انسان می‌شود و بالاخره یکی دیگر از راه‌های شیطان این است که با لشکر سواره افراد را و با لشکر پیاده یعنی افراد نادان انسان را جهنمی می‌کند یکی دیگر از کارهایش هم این است که شریک در مال شما می‌شود یعنی او می‌دارد به گرفتن ربا، تقلب در معامله، حقه‌بازی، گران‌فروشی، غش در معامله و بالاخره از راه حرام وارد و شریک در مال شما می‌شود، یکی هم شریک در اولاد شما می‌شود معنی شریک در اولاد را هر کس چیزی گفته است ولی آنچه به نظر می‌رسد همین است که انسان در آن وقت توجه خدا نداشته باشد «بسم الله» نگوید و نه تنها بی توجه به الله است، بلکه مرد با فکر زن نامحرم با زنش هم بستر می‌شود یا زن با فکر مرد نامحرم با شوهر هم بستر می‌شود، این فکر شیطانی روی بچه اثر می‌گذارد و این بچه می‌شود شریک شیطان مانند ولدالزنا که رستگاریش کاری است مشکل رستگاری این بچه هم کاری است مشکل.

این که در روایات می‌خوانیم در آن وقت «بسم الله» بگو، اعوذ بالله بگو و با دعا و راز و نیاز و توجه به خدا در این کار وارد بشو و قبل از این عمل نماز بخوان همه و همه برای خاطر این است که یک دفعه شیطان وسوسه نکند و فکر شما را منحرف ننماید، اگر فکر منحرف شد، تخیلات و وسوسه‌های زشت جلو آمد اثر عجیبی روی این بچه دارد. در قضاوت‌های حضرت امیرالمومنین علیه‌السلام می‌خوانیم یک زنی بچه به دنیا آورد و این بچه سیاه چهره شد در صورتی که پدر و مادرش هر دو سفید چهره بودند مرد ادعا کرد که این بچه از من نیست و کم کم کار به دادگاه امیرمؤمنان علیه‌السلام رسید امام علیه‌السلام از نحوه صحبت کردن ظاهری زن دیدند او عقیقه است



بعد از صحبت‌ها حکم نمودند که این بچه مال مرد است و فرمودند آیا در آن اتاق که انعقاد نطفه انجام شد عکس سیاهی وجود نداشته؟ گفتند: چرا.

امام علیه‌السلام فرمودند: در هنگام انعقاد نطفه توجه مرد یا زن که به آن عکس بوده است این توجه روی نطفه اثر گذاشته و پسر شما را سیاه چهره کرده است.^{۱۲}

همان توجه به عکس سیاه چهره اثر گذاشت روی بچه چه رسد که العیاذ بالله مرد با تخیل زن دیگر با زنش هم بستر بشود یا زنی به تخیل و وسوسه شیطانی با شوهرش هم بستر شود. اگر در آن وقت انعقاد نطفه شود فوق‌العاده خطرناک است و معنای شریک شیطان هم همین است.

حجاج بن یوسف ثقفی را که در روایات می‌خوانیم شریک شیطان است از تاریخ فهمیده می‌شود همین بوده است برای این که مادر حجاج بن یوسف ثقفی یک زن عیاش بوده این زن عاشق نذر بن حجاج بوده است، نذر بن حجاج یک جوان با جمال مشهوری بوده و در تاریخ می‌خوانیم وقتی خلیفه دوم رد می‌شد دید که این زن در حال شعر خوانی است و خلیفه دوم درک کرد که این زن عاشق نذر است و می‌گوید کجاست نذر بن حجاج که ما به او دسترسی پیدا کنیم و خلیفه دوم هم به محض اطلاع، نذر بن حجاج را خواسته و سرش را تراشیده و او را تبعید نمود و این زن از نظر تاریخ این طور بوده وقتی که شوهرش یعنی یوسف با او هم بستر شده این زن ظاهراً به فکر نذر بن حجاج بوده است و آن فکر روی این بچه اثر گذاشت و بچه شد حجاج. و در تاریخ آدمی، به این جنایتکاری کم داریم هر چند در جنگ جهانی اول و دوم نظیر داشته و هم اکنون آمریکا و صدام مثل حجاج هستند ولی کم است افرادی این چنین، حتی در میان بنی‌امیه یکی فوق‌العاده جانی بوده آن هم «متوکل».

حجاج به خاطر حفظ خلافت عبدالملک مروان ۱۲۰ هزار نفر از شیعیان را کشت. روزی حجاج در کوچه می‌رفت آدم غریبی دید شخصی در حال رفتن است و عده‌ای دور او را گرفته‌اند پرسید این کیست؟ حجاج برگشت و گفت من آن هستم که ۱۲۰ هزار نفر از شیعیان علی علیه‌السلام را به جرم شیعه بودن سر بریدم! ۶۰ هزار نفر در زندان او زندانی بوده و تا وقتی که مرگ آن‌ها رسید در زندانش بودند.

این مرد نانجیب در وسط بیابان، زندانی بی‌سقف تهیه کرده بود مردم را در این زندان، زندانی می‌نمود روزی یک دانه نان به این‌ها می‌داد که یک تلتش خاکستر بود و دو تلتش جو. معمولاً زندانی‌ها می‌مردند و اجازه بردنشان داده نمی‌شد، مرده‌ها می‌گندیدند و بویشان از این زندان بلند بود و کسی نبود به فریاد آنها برسد و این کار کوچکش بوده است.

۱. کتاب قطره، حضرت علی علیه‌السلام.



بعضی اوقات انسان به اندازه‌ای پست می‌شود که برای خاطر دیگران جهنمی می‌شود. مواظب باشید برای خود جهنمی نشوید و مواظب باشید برای دیگران هم جهنم نروید. حجاج بن یوسف ثقفی برای عبدالملک مروان اینگونه در کوفه جنایت کرد تا به درک واصل شد و آخرین کسی را که کشت سعید بن جبیر این صحابی بزرگ رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم بود. امام صادق علیه‌السلام به زراره می‌فرمایند: این جنایات حجاج به خاطر شریک شیطان بود، به خاطر آن مادر عیاشش بود. خلاصه برای اینکه بتوانیم اولاد صالح تحویل جامعه بدهیم در وقت آمیزش باید هم زن و هم مرد مواظب باشند که تخیل شیطانی نداشته باشند و توجه به الله تبارک و تعالی داشته باشند مخصوصاً مواظب «بسم الله» باشند.^{۱۳}

پاسداری از نسل

بهترین راه صیانت فرزند، توجه به پاک‌زادگی است که یکی از بهترین راه‌های تحقیق آن، حفظ انتساب فرزند به پدر و دقت کامل در این باره است؛ چنان که قرآن کریم می‌فرماید:

«ادْعُوهُمْ لِآبَائِهِمْ...»^{۱۴}

«آنان را به انتساب به پدرشان، بخوان.»

بدیهی است دنیای غرب که در شناسنامه فرزندان، گاهی انتساب فرزند به مادر را هم کافی می‌داند، از نظر تربیت صحیح، گرفتار دشواری‌های اساسی است و راز عدم دلبستگی فرزندان به خانواده و عدم محبت لازم خانواده به ویژه پدر به فرزندان را می‌توان در همین مسأله جویا شد؛ زیرا پدر، مطمئن نیست فرزندی که در دامن همسرش به سر می‌برد، از آن او است و همچنین فرزند یقین ندارد که پدرش همین مردی است که با مادر وی زندگی می‌کند و این احساس به نوبه خود، آثار منفی بی‌شماری را در زندگی پدر و فرزند، به ارمغان می‌آورد و نتایج منفی آن در زندگی دو طرف، انکار ناشدنی است؛ بنابراین، باید بر اساس دیدگاه اسلام، در باب انتساب فرزند به پدر و رعایت موازین لازم، عمل کرد. می‌توان گفت یکی از دلایل مبارزه اسلام با فحشا پاسداری از نسل است. در جلسه‌ای که با حضور مأمون در مرو تشکیل شد، دانشمندان مجلس در پاسخ به این پرسش که مهم‌ترین گناه کدام است؟

گفتند: بزرگ‌ترین گناه، آدم‌کشی است؛ زیرا قرآن کریم می‌فرماید:

«وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا.»^{۱۵}

۱. تربیت فرزند از نظر اسلام، حسین مظاهر ص ۹۳۳

۱. سوره احزاب، آیه ۵

۱. سوره نساء، آیه ۹۳



مأمون، نگاهی به امام رضا علیه السلام کرد و گفت: نظر شما چیست؟ امام علیه السلام فرمودند: به نظر من، مهم ترین و خطرناک ترین گناه، فحشا و زناکاری است؛ زیرا قاتل، با عمل خود یک فرد را کشته است؛ ولی زانی با کار خود، نسلی را تا روز قیامت، فاسد (لکه دار) کرده است. بر این اساس، هنگامی که از امام صادق علیه السلام پرسیدند: آیا شیر زنی را که از راه نامشروع، فرزندان شده است، به طفل خود بدهیم؟ پاسخ داد: نه تنها شیر این زن فاسد است، بلکه اگر فرزند او دختر است از شیر آن دختر نیز باید پرهیز کرد که فاسد است.^{۱۷۱۶}

آمیزش و عادت ماهیانه بانوان

در سوره مبارکه بقره در مورد حیض بانوان آمده است:

«وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ»^{۱۸}

«از تو درباره عادت ماهانه زنان می پرسند، بگو: آن، رنجی است. پس هنگام عادت ماهانه، از آمیزش با زنان کناره گیری کنید، و به آنان نزدیک نشوید تا پاک شوند. پس چون پاک شدند، از همان جا که خدا به شما فرمان داده است، با آنان آمیزش کنید. خداوند توبه کاران و پاکیزگان را دوست می دارد.»

دعا در شب عروسی

از امام باقر علیه السلام نقل شده است که در شب عروسی زن و مرد وضو بگیرند و دو رکعت نماز بخوانند. بعد از آن مرد دعا کند و خواسته های خود را بگوید و زنانی که همراه همسر او هستند «آمین» بگویند. سپس زن و مرد با هم این دعا را بخوانند.

«اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي إِيَّهَا وَوَدَّهَا وَرِضَاهَا، وَرَضْنِي بِهَا، ثُمَّ اجْمَعْ بَيْنَنَا بِأَحْسَنِ اجْتِمَاعٍ، وَ أَسْرَّائِ تِلَافٍ؛ فَإِنَّكَ تُحِبُّ الْحَلَالَ، وَ تَكْرَهُ الْحَرَامَ»^{۱۹}

از امام صادق علیه السلام نقل شده است که در شب عروسی مرد موی پیشانی زن را بگیرد و به سوی قبله برگرداند و مرد دعای زیر را بخواند.

۱. وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۶۲؛ علامه حلی در کتاب مو فی خود، «مختلف الشیعه» از برخی از صاحب نظران طراز اول اسلامی نقل می کند که آن نه ولد زنا را با کافر مقایسه و آن نه و را در ردیف یکدیگر ذکر کرده اند این مسأله به نوبه خود خبائثت عمل فحشا و تنزل شأن نوزاده را تداعی می کند. (مختلف الشیعه، ج ۱، ص ۲۳۱).

۱. راز خوشبختی واعجاز الراج، سید محمد شفیع مازندرانی، ص ۴۷-۴۹

۱. سوره بقره، آیه ۲۲۲

۱. اصول کافی، ج ۶، ص ۳۳۳



«... اللَّهُمَّ بِأَمَانَتِكَ أَخَذْتُهَا، وَبِكَلِمَاتِكَ اسْتَحْلَلْتُهَا، فَإِنْ قَضَيْتَ لِي مِنْهَا وَلَدًا، فَاجْعَلْهُ مُبَارَكًا تَقِيًّا مِنْ شَيْعَةِ آلِ مُحَمَّدٍ، وَلَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ فِيهِ شِرْكَاءً وَلَا نَصِيبًا»^{۲۰}

در مزاجت

پس از خواندن دو رکعت نماز و خواندن دعایی که در بالا آمد، شروع می‌شود اگر قصد آمیزش باشد دستوراتی دارد که اهم آنها عبارتند از:

ذکر نام خدا در حین آمیزش، به یاد غیر نبودن، با تمام وجود به هم سرگرم بودن، افکار و اندیشه ناصواب نداشتن، دعا برای داشتن نسلی صالح و پاک، داشتن ایده‌های عالی و انسانی و...^{۲۱}

نکات آمیزشی

حضرت رسول اعظم صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

«... وَ لَا تَنْظُرُ إِلَى فَرْجِ امْرَأَتِكَ عِنْدَ الْجِمَاعِ وَ غَضَّ بَصْرَكَ عِنْدَ الْجِمَاعِ فَإِنَّهُ يُورِثُ الْعَمَى يَعْنِي فِي الْوَلَدِ»^{۲۲}

«به هنگام آمیزش به عورت زن نگاه نکنید که سبب کوری فرزند می‌گردد.»

ایجاد علاقه به علم در فرزندان نیز، به زمان انعقاد نطفه باز می‌گردد.

براساس روایات دینی ما، اگر نطفه فرزند، شب پنجشنبه یا عصر جمعه منعقد شود، به آموختن علم علاقه‌مند و دانشمند خواهد شد.

رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

«... إِنْ جَامَعْتَ أَهْلَكَ لَيْلَةَ الْخَمِيسِ - فَقَضَى بَيْنَكُمَا وَلَدٌ فَإِنَّهُ يَكُونُ حَاكِمًا مِنَ الْحُكَّامِ أَوْ عَالِمًا مِنَ الْعُلَمَاءِ ... وَ إِنْ جَامَعْتَهَا يَوْمَ الْجُمُعَةِ بَعْدَ الْعَصْرِ فَقَضَى بَيْنَكُمَا وَلَدٌ فَإِنَّهُ يَكُونُ مَعْرُوفًا مَشْهُورًا عَالِمًا...»^{۲۳}

«... اگر از تو و همسرت، شب پنجشنبه نطفه‌ای منعقد شود، دانشمندی از دانشمندان، و اگر عصر

جمعه فرزندی میان شما پدید آید، مشهور و اندیشه‌ور خواهد شد.»

- در اول و میان و آخر ماه با زن خود جماع مکن.

- بعد از پیشین جماع مکن که اگر فرزندی بهم رسد احول خواهد بود.

۲. اصول کافی، ج ۱۱، ص ۱۴۵.

۲. ارتباط زن و شوهر در خانواده متعادل، فاطمه قاضی، ص ۱۱۰.

۲. مستلک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۲۲.

۲. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۲۵۴.



- در وقت جماع سخن مگو که اگر فرزندی بهم رسد لال خواهد بود.
- به فرج زن نظر کردن به وقت جماع باعث کوری فرزند می شود.
- به شهوت و خواهش زن دیگری با زن خود جماع مکن که باعث مخنث و دیوانگی فرزند است.
- کسی که در حال جنب با زن در بستر خوابیده قرآن نخواند که می ترسم آتشی از آسمان به هر دو نازل شود و آنها را بسوزاند.
- جماع مکن با زن خود مگر آنکه تو دستمالی از برای خود داشته باشی و او دستمالی از برای خود و هر دو خود را به یک دستمال پاک نکنید که دشمنی و ناراحتی در میان شما پیدا می شود.
- ایستاده با زن خود جماع مکن که در این صورت اگر فرزندی بهم رسد مانند خران به رختخواب بول می کند.
- در شب عید فطر جماع مکن که اگر فرزندی به وجود آید از او شر بسیار ظاهر می شود.
- در شب عید قربان جماع مکن که اگر فرزندی بوجود آید شش انگشت یا چهار انگشت در دست داشته باشد.
- در زیر درخت میوه دار جماع مکن که اگر فرزندی به وجود آید جلاد و کشنده مردم باشد یا رئیس و سرکرده ظلم باشد.
- لازم است بدانید که:
- زمین ما دارای سلسله اعصابی است که از شبکه کوران های برق تشکیل شده و این شبکه در رفتار و موازنه روانی افراد تأثیر قاطع دارد. طرفداران این تئوری اظهار می دارند در دنیا مناطقی وجود دارد که ما وقتی به آنجا قدم می گذاریم احساس آرامش می کنیم و دلمان می خواهد برای همیشه در آنجا باقی بمانیم در حالی که برخی مناطق دیگر انسان را دچار اندوه می سازد. این موضوع را حیوانات هم احساس می کنند. آنها از روی غریزه طبیعی به طرف لانه ها و آشیانه هایی که بیشتر احساس آرامش می کنند روی می آورند.
- «لکودتروده» زمین شناس معروف پس از آزمایش هایی که به عمل آورده به این نتیجه رسیده است که در زمین هایی که دارای ساختمان شیمیائی مشابهی هستند ویژگی فوق العاده متفاوتی دیده می شود؛ در یک مزرعه که ترکیب شیمیائی خاک آن کاملاً یکسان است می بینیم در گوشه ای از آن نباتات و سبزیجات رشد می کنند و در گوشه دیگر هر چه می کاریم خشک می شود یا به همان سرعت رشد نمی کند....
- پروفسور پیردو یکی از دانشمندان زمین شناس می گوید:
- «در تمام نقاط زمین یک میدان الکتریکی عمومی که معمولاً ۷۵ ولت در یک متر است وجود دارد این میدان عجیب در شرایط زندگی ما نقش مهمی دارد. اگر این جریان شدت پیدا کند و به چهار



هزار و لت برسد افرادی که در آن منطقه زندگی می کنند دچار خشم و هیجان شدیدی می شوند و دائماً در میان خانواده ها نزاع و زد و خورد روی می دهد.»

دانشمندان گیاه شناس هم می گویند: «گیاهان غذا می خورند؛ می خوابند، تولید مثل می کنند، رنج می برند و حرکت می کنند. به یک گل آفتاب گردان نگاه کنید چگونه دور خود در جهت خورشید می چرخد به طور کلی گیاهان خیلی بیشتر از آنچه تاکنون تصور می رفت به ما نزدیک هستند.»

موقعی که مطالب بالا را با موضوعاتی که در جای خود ثابت شده است که درخت از نظر جریان برق چه آثاری دارد ضمیمه کنیم ما را به حقیقت بالا که اسلام دستور می دهد: شب در زیر درخت نخوابید و یا در زیر درخت عمل زناشوئی انجام ندهید توجه می دهد.

- در میان اذان و اقامه جماع مکن که اگر فرزندی به وجود آید جری باشد در ریختن خون.
- چون زنت حامله شد با او بی وضو جماع مکن اگر چنین کنی فرزندی که به هم رسد کوردل و بخیل باشد.

- در شب نیمه شعبان جماع مکن که اگر فرزندی به وجود آید یاور ظالمان باشد و به دست او مردم بسیاری هلاک می شوند.

- در پشت بام جماع مکن که اگر فرزندی به هم رسد منافق و ریاکار و صاحب بدعت باشد.
- در شبی که به مسافرت می روی جماع مکن؛ زیرا اگر فرزندی به وجود آید مالش را به ناحق صرف کند و اسراف کنندگان برادر شیطانند.

همچنین در موارد و اوقات زیر نیز جماع مکن.

- وقتی که ماه در برج عقرب یا تحت الشعاع باشد.
امام کاظم علیه السلام فرمودند: چون بچه سقط می شود.
- وقتی که زن حیض باشد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم: چون بچه به خوره، پیسی مبتلا می شود و امام صادق علیه السلام فرمودند: چون بچه با اهل بیت دشمن می شود.

- اول و میان و آخر ماه
امام صادق علیه السلام: چون فرزند سقط می شود و یا اگر زنده به دنیا آمد یا دیوانه باشد یا صرع داشته باشد. مگر نمی بینی کسی را که صرع می گیرد اکثر آن است که یا در اول ماه یا در آخر ماه نطفه اش منعقد گشته است.
- در خانه ای که طفل باشد.



پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم : به حق خداوندی که جانم در قبضه قدرت اوست اگر شخصی با زن خود جماع کند و در آن خانه شخصی بیدار باشد که ایشان را ببیند یا سخن و نفس ایشان را شنود فرزندی که از ایشان به هم رسد رستگار نباشد و زناکار باشد.

- در وقت طلوع و غروب آفتاب

- رو به قبله و پشت به قبله^{۲۴}

تدابیر هنگام آمیزش از نظر طب سنتی

در طب سنتی، تدابیری برای هنگام نزدیکی، بیان شده است:

- همسران در مکانی بدون اضطراب و خلوت باشند، نه گرسنه باشند و نه معده‌شان پر باشد، ادرار و مدفوع نداشته باشند؛
- بهترین زمان جماع پس از پاک شدن رحم از خون قاعدگی است. چون رحم در این زمان پاکیزه است و احتمال بارداری در آن بیشتر است. در این زمان، بهتر است زن لباس زیبایی بپوشد و به صورت شوهر خود نگاه کند و تمام توجه‌اش به او باشد؛
- تصورات والدین هنگام جماع در خلقت جنین مؤثر است؛
- دیدن شکل‌های زیبا در خانه، پیش از انعقاد نطفه و در ابتدای تکوین جنین در زیبا شدن کودک مؤثر است. پیش از جماع و تا زمانی که خلقت جنین کامل نشده است به چیزهای زشت نگاه نکنید؛
- مرد با زن حین جماع بازی و شوخی کند. با تحریک نقاط حساس بدن سعی کند او را برای نزدیکی آماده سازد، در این حال، احتمال بارداری بیشتر است؛
- آمادگی زن در این حال با تغییر در تنفس و قرمزی که در چشمها به وجود می‌آید، مشخص می‌شود؛
- مرد باید وقت انزال زن را بداند و بکوشد همزمان با به او انزال برسد؛
- مرد هنگام نزدیکی به فرج زن نگاه نکند؛
- هردو از یک دستمال برای تمیز کردن، استفاده نکنند؛
- اگر قصد بچه‌دار شدن دارند؛ پس از انجام جماع، مرد به آرامی از زن جدا شود و زن تا حدود سه ساعت به پشت بخوابد. سپس به آهستگی بلند شود و تا زمانی که مشخص



شود که باردار است از حرکات تند و خشن، جهیدن، بالا و پایین رفتن و جماع دوری کند.^{۲۵}

تعداد مطلوب آمیزش از نظر طب سنتی

آمیزش، بیشتر با طبع‌های گرم سازگار است و سرد مزاجان باید کمتر نزدیکی کنند. مزاج گرم و تر ممکن است هر سه روز یک بار، به آمیزش نیازمند شود، اما مزاج سرد و تر شاید هر دو هفته یک بار.

بنابراین حدّ آمیزش، در هر سه شبانه‌روز، یک مرتبه است. این حدّ برای کسی است که بنیه سالم دارد و جوان است و برای دیگران باید کمتر از آن باشد. زیاده‌تر از این حد، نابود کننده قوای بدنی است؛ چون زمان لازم برای تولید منی از این مدت کمتر نیست؛ بنابراین زیاده‌روی در آن باعث فشار بر طبیعت بدن می‌شود.^{۲۶}

زمان‌های توصیه‌شده برای همبستری

طبق دستورات اسلام آمیزش بهتر است در زمان و مکان مناسب و با رعایت آداب خاص صورت بگیرد تا هم سلامت جسمی و روحی زن و شوهر حفظ شود و هم اگر فرزندی به وجود می‌آید، سالم و عاقبت به خیر باشد.

در ساعات و روزهای زیر پرهیز از آمیزش توصیه شده است:

- در اول و وسط و آخر ماه قمری (به جز شب اول ماه رمضان)؛
- در شب عید قربان؛
- در نیمه شعبان و دو روز آخر ماه شعبان؛
- در شب عید فطر؛
- در اوایل شب؛
- در وقت بعد از ظهر؛
- بین وقت اذان و اقامه؛
- در شب سفر؛
- در شب بازگشت از سفر؛
- میان طلوع سپیده تا طلوع خورشید؛

۲. نسل سالم، سودابه بیوس، ص ۷۵ + ۱۷۷.

۲. کاربرد ۵۵ مزاج شناسی در او واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ص ۶ + ۲۴.



- در غروب خورشید تا پنهان شدن سرخی افق؛
- در روزی که خورشید می‌گیرد (هنگام کسوف)؛
- در شبی که ماه می‌گیرد (هنگام خسوف)؛
- در روز و شبی که در آن زلزله رخ داده است؛
- وقتی که ماه در برج عقرب یا تحت الشعاع باشد (قمر در عقرب)؛
- در شب چهارشنبه (سه‌شنبه شب).

اوقات مناسب و توصیه شده برای آمیزش عبارتند از:

- شب دوشنبه (یکشنبه شب)؛
- شب سه‌شنبه (دوشنبه شب)؛
- شب پنجشنبه (چهارشنبه شب)؛
- ظهر پنجشنبه؛
- شب جمعه (پنجشنبه شب)؛
- عصر جمعه؛
- جمعه شب بعد از نماز عشاء؛
- شب اول ماه مبارک رمضان.

زمان مناسب آمیزش برای زوجهایی که قصد بچه‌دار شدن دارند از نظر طب سنتی:

در طب سنتی تأکید شده است آمیزش زمانی انجام شود که هوا معتدل است و از این عمل در گرما و سرمای شدید پرهیز کنید.

همچنین در ماه‌های فروردین، اردیبهشت و خصوصاً بهمن ماه به آمیزش کردن توصیه شده است.^{۲۷}

صحبت نکردن هنگام آمیزش

پیامبر اکرم (ص) در سفارش به امام علی (ع) فرمود:

«ای علی! هنگام آمیزش، زیاد سخن مگوی؛ چرا که اگر میانتان فرزندی تقدیر شود، اطمینانی نیست که لال نباشد!».

امام صادق (ع) نیز فرمود:

«هنگام به هم رسیدن ختنه‌گاه‌ها، از سخن گفتن بپرهیزید؛ چرا که گُنگی می‌آورد»^{۲۹}

۲. علم الأبله ن ص ۷؛ طب الرضا ص ۲۹۲ - ۳۰۲

۲. یا علی لا تتکلم کثیراً عند الجماع فإنه نفضی بینکما ولّد لا یؤمن أن ینکح نأخس، علل الشرائع، ج ۲، ص ۵۱۵

۲. اتقوا الکلام عند البقاء الحتاتین فإنه یورث الخس، تهذیب الأحکام، ج ۷، ص ۴۱۴.



البته منظور از صحبت کردن هنگام آمیزش، صحبت‌های معمولی است که ذهن زوجین را از توجه به لذت جنسی دور می‌کند و مانع رسیدن آنها به اوج لذت می‌شود. وگرنه، صحبت‌های عاشقانه و تحریک‌کننده نه تنها اشکالی ندارد، بلکه توصیه هم شده است.

اصول پس از مباشرت در طب سنتی

لم دادن بر پهلوی راست، ادرار کردن، غسل کردن و خوردن شربت عسل با مومیایی از آداب پس از آمیزش است که به شرح آن می‌پردازیم:

پس از اتمام رابطه و رخ دادن انزال، مرد باید بر پهلوی راست خود بخوابد و دقایقی از جای خود بر نخیزد؛ سپس ادرار کند و بلافاصله با فشردن مجرای ادرار از مثانه، باقی مانده آن را تخلیه کامل کند تا از عوارض رسوب قطرات منی در مجرا، دچار بیماری نشود.

بعد از آمیزش نباید غذاهای با طبع سرد مانند: ترشی‌ها، دوغ، آب سرد و یا شربت سرد نوشید؛ زیرا باعث سستی بدن، رعشه، سردی کبد و بیماری می‌شود.

همچنین نباید با آب سرد غسل کرد و باید بدن را از سرما، محفوظ داشت؛ زیرا اگر سرما به منافذ پوست برسد، بدن را سرد می‌کند و حرارت طبیعی بدن را از بین می‌برد.

هنگام خروج و دفع منی در بدن آنچه مسلم و محسوس است ضعفی است که به دنبال آن مشاهده می‌شود، ابو علی سینا معتقد است که وجود این مایع از ضروریات بدن و شرط سلامت و حیات اوست. چنانکه از او نقل شده است: «منی تو عمر توست عمر خویش را نگه دار». منظور این است که در مباشرت و آمیزش افراط نداشته باشید.

بعضی معتقدند که این ضعف نتیجه فعالیت فوق‌العاده اعصاب و فرسودگی آنها است. نه مربوط به خود منی؛ ولی بعید نیست که هر دو در حفظ بدن و ایجاد ضعف دخالت داشته باشند.

پس لازم است بعد از فراغت از آمیزش فوراً «شیرینی» میل شود تا فرد از زیانها و ضعف انزال مصون بماند. بهترین غذا بعد از آمیزش لقمه چرب و شیرین است. گل سرسبد داروها عسل است که شربت آن پس از تخلیه جنسی تمام قوت از دست رفته را باز میگرداند ولی اگر عسل نبود شربت مویز و زعفران به اندازه یک لیوان میل شود.

از انجام کارهایی مثل بلند کردن اجسام سنگین، اسب سواری، خوردن غذاهای خشک و زیاد سرخ شده و یا غذای شب مانده نیز پس از آمیزش به شدت نهی شده است.^{۳۰}

۳۰. برگرفته از کتاب شور زندگی ج ۴: «سلامت عاطفی و جنسی از منظر طب سنتی ایرانی اسلامی»، زیر نظر استاد حکیم خیراندیش.



تدابیر و آداب پیش از آمیزش

مقدمات همبستری

در طب سنتی و اسلامی برای همبستری و مقاربت تدابیر و آدابی وجود دارد که رعایت آن لذت جنسی را بیشتر و از ضررها و آسیب‌های آن پیشگیری می‌کند. حاصل این مقاربت سالم، فرزندی سالم، خواهد بود.

آمیزش مناسب در شرایطی اتفاق می‌افتد که بدن آمادگی لازم را داشته باشد. این آمادگی شامل موارد زیر است:

۱. هنگامی که بدن نیرومند است

آمیزش جنسی، هم یک حرکت بدنی نیاز دارد و هم یک حرکت روانی و هر دو عمل، فشار زیادی به بدن وارد می‌کنند.^{۳۱}

- بنابراین بعد از اعمالی مانند فصد و استفاده از مُسهل و مانند آن آمیزش کار درستی نیست.
- بعد از بی‌خوابی و کارهای سخت و اندوه و غم شدید هم شایسته نیست؛ زیرا ممکن است فرد از ضعف بسیار دچار غش شود.

- آمیزش بعد از انجام کارهای سخت و سنگین و بعد از حمام کردن بدن را خشک می‌کند و حرارت غریزی را کم می‌سازد و چشم را تاریک می‌کند و باعث ضعف پا می‌شود؛ بنابراین در حال خسته شدن از ورزش یا هر حرکتی خسته‌کننده، آمیزش خوب نیست.

- در حالی که انسان با واکنش روانی روبرو است، آمیزش کردن مناسب نیست.
- به طور کلی، نزدیکی کردن بعد از هر کاری که باعث تحلیل و ضعف بسیار بدن شود، مثل شادی مفرط و بی‌خوابی مفرط و مانند آن بسیار زیان‌بخش است.^{۳۲}

- مرد برای برقراری ارتباط جنسی خوب نیاز دارد از لحاظ قوت عمومی سالم و توانا باشد.
- از لحاظ فیزیکی بدنی باید آمادگی داشته باشد. علاوه بر توانایی جسمانی از نظر فکر و حواس و مغز و اندیشه در حال آسایش باشد و نگرانی و دغدغه نداشته باشد. به طور مثال علت مشکلی مانند انزال زودرس بخشی به توانایی عمومی تن و بخشی به خاطرات منفی و مثبت حین آمیزش و بخشی نیز به توانایی عضو تناسلی برمی‌گردد.

- آمیزش برای زنان نیز باید در ایامی باشد که ایام ضعف زن (یعنی ایام قاعدگی) نباشد. اگر نطفه‌ای در این ایام بسته شود فرزند متولد شده برص خواهد داشت.

۳. کاربرد ۵ مزاج‌شناسی در او واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ۴۶ + ۲۴

۳. خفی علانی (خف علانی یا الخفیة العلانیة)، متن، ص ۷۵؛ الأغراض الطبیة والمباحث العلانیة، ص ۴۸؛ المنصو فی الطب (ترجمه)،

ص ۶۵؛ قفون (ترجمه شرفکده ی)، ج ۵، ص ۲۶.



خط قرمز آمیزش زن، ضعف عمومی او و روزهای خونریزی است. ضعف عمومی زن در ظاهر، در افتادن گونه و افتادن سینه آشکار می‌شود. زنان می‌توانند با مصرف هورمون‌های زنانگی که در موادی مانند رازیانه وجود دارد، بدن خود را قوی کنند.^{۳۳}

۲. بدن نیاز طبیعی به آمیزش داشته باشد

یعنی هنگامی که مجاری منی پر می‌شود، نیاز به دفع آن به طور طبیعی احساس می‌شود. نزدیکی خوب و اصولی و طبیعی آن است که آرزوی آمیزش به نهایت برسد، نه اینکه از نگاه کردن به زن، یا فکر آمیزش، احساس خارش و سوزش در آلت تناسلی، مرد را برانگیزد؛ بلکه زیاد جمع شدن آب پشت و پرشدن آوند آب پشت بر انسان فشار آورد که نزدیکی کند. آمیزشی چنین اصولی در حقیقت به صحت بدن و نیروی جسمانی کمک می‌کند.^{۳۴}

۳. فرد نه سیر باشد نه گرسنه

بهتر است بعد از هضم اول و دوم غذا باشد. (هضم معدی و هضم کبدی، حدوداً ۳ تا ۶ ساعت طول می‌کشد).

در دو حالت آمیزش نهایت ضرر را دارد: الف) پری معده، ب) گرسنگی شدید.^{۳۵} ضرر آمیزش در حالت گرسنگی شدید و سردی بدن و هوا و خشکی مزاج، بیشتر از ضرر آن در حالت پری معده و گرمی و تری مزاج است. بدن برای آمیزش باید در حالت متعادلی از نظر گرمی و سردی و تری و خشکی باشد.^{۳۶}

۴. هنگام صحبت و همنشینی با همسر طناز و پُرعشوه باشد

نگاه به روی زیبای همسر و مراوده با او موجب وجد و سرور و تقویت نیروهای غریزی می‌شود. شایسته است که مباشرت و آمیزش زمانی صورت پذیرد که شهوت حقیقی باشد و مجاری منی پر و نیروهای بدن سالم و قوی باشند. آلت نیز بدون دلایلی مانند خیال و دیدن و ملاعبه و لمس و امثال این‌ها نعوظ کامل یافته باشد.^{۳۷}

۳. استاد حکیم خیراندیش.

۳. قیون (ترجمه شرفکه ی)، ج ۲۶ - ۲۲۷.

۳. کاربرد ی مزاج شناسی در اق واج و زناشویی، امیر حسین شه گلی، ۶ + ۲۴؛ استاد مه ی صی ی

۳. کاربرد ی مزاج شناسی در اق واج و زناشویی، امیر حسین شه گلی، ۶ + ۲۴.

۳. طب آکو ی ج ۲، ص ۸۸۸



پس آمیزش باید زمانی صورت گیرد که طبیعت بدن به شوق و رغبت خود به آن مشتاق باشد و تحریک و شهوت، شدید و واقعی باشد و مجاری منی (بیضه‌ها و تخمدان‌ها) پر باشند و قوای بدنی سالم و قوی باشند (نه در حالت بیماری) که به محض کمی خیال درباره آمیزش و ملاسمه (لمس کردن بدن همسر) و ملاعبه (عشق بازی) و امثال این‌ها تحریک شود؛ زیرا آمیزش نمودن بدون کمال شوق و رغبت و شهوت، کاملاً ضرر دارد.^{۳۸}

۵. در سنین بلوغ باشد

آمیزش هنگام ضعف و ناتوانی و سنین کهولت (۶۰ سالگی به بالا) باعث خشکاندن رطوبت اصلی بدن و نقصان حرارت غریزی و ضعف قوا و غلبه سردی در بدن می‌شود.

۶. بدون خستگی و مشقت باشد

زن و مرد هر دو در انجام روش‌های آمیزشی باید با نشاط و فعال باشند تا بتوانند رابطه‌ای مناسب و سالم برقرار کنند و از آن لذت ببرند.

۷. با پیش‌نوازی باشد

بازی‌های قبل از ورود به اتاق خواب و شوخی کردن برای شروع نزدیکی بسیار مناسب است. قبل از انجام نزدیکی صحبت کردن و شیرین سخن گفتن خوب است؛ به ویژه زنان در این مورد تواناترند.

دست‌های هر دو به ویژه مرد باید تمام بدن زن را لمس کند. بوسیدن‌ها به زیباترین وجه باید انجام گیرد و تنها به بوسیدن لب‌ها اکتفا نشود. لمس لب‌های مرد روی نقاط حساس بدن زن بسیار شهوت برانگیز و نشاط‌آور خواهد بود.

بایستی نقاط حساس بدن زن را شناخت. بوسیدن و دادن نفس زیر بناگوش یا بر روی سینه‌ها و گردن و شانه‌ها و شکم و اطراف فرج و روی باسن و تمامی پا تا انگشتان پا احساس ویژه خوشایندی برای زن به وجود می‌آورد. نقاط حساس هر شخص نسبت به محرک‌ها شناسایی می‌شود. یکی از بازی با پشت گوش و صورت و لب لذت می‌برد و دیگری از سینه و سومی از بازی با آلت تناسلی؛ هر کدام در هرکسی اگر چه متفاوت هم باشد باید شناسایی شود.^{۳۹}

۳. کاربردهای مزاج‌شناسی در اق و واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ۶ + ۲۴.

۳. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۶۸ + ۱۷۰.



ورود انگشت به داخل واژن و پشت بلامانع است (مشروط بر آن که بهداشت رعایت گردد و ناخن‌ها کاملاً کوتاه باشد و با احتیاط عمل شود که مبادا خراش ایجاد شود). بوسیدن هر جای بدن و دستگاه تناسلی مشروط بر رعایت بهداشت، بلامانع است.

قبل از دخول باید ملامسه بسیار با زن صورت پذیرد و به مالیدن پستان‌های همسر به خصوص زیر آن، به دلیل مشارکت آنها با رحم، پرداخت. سر آلت را بر دهانه واژن ساییده به جهت آنکه در آن موضع اعصاب بسیاری وجود دارد و حس آن شدید است. همچنین سخنان نازپرداز و کلمات شوق‌انگیز بر زبان رانده شود و او را در بغل گرفته و بوسه بدهند تا شهوت زن نیز به هیجان آید تا هنگامی که حالت چشمان او تغییر کرده و به دلیل شدت لذت متمایل به سرخی شود. گاهی حالت چشم‌ها تغییر شکل می‌دهد و سیاهی آن به سمت بالا می‌رود. نفس او به دلیل شدت مشارکت آن با آلات تناسلی، به خصوص رحم تغییر می‌کند.

نفس‌ها به دلیل گرم شدن قلب و آلات تناسلی پی در پی و بسیار می‌شود و زن به خاطر شدت شوق و جذب منی به مرد می‌چسبد، بعد از آن مباشرت نمایند در حالتی که زن را به بهترین شکل خوابانیده باشند و مرد به گونه‌ای قرار گیرد که بالای زن میان دو ران او بر سر زانو نشسته باشد و زن خوابیده بر پشت، به طور کلی مایل به شکل نشسته. دو ران زن را بردارد و به ران خود بگذارد به گونه‌ای که دهانه رحم بالا و ته آن پایین باشد؛ زیرا که این حالت باعث سهولت خروج منی و داخل شدن و خارج شدن آلت به صورت کامل است. به این شکل و حالت و با تدابیر گفته شده ایلاج (وارد کردن و خارج کردن آلت) انجام شود. دخول را باید به سرعت و شدت کنند و خروج به ملایمت و تدریج باشد.

هنگامی که منی حرکت کرد، خارج سازد و انزال مرد با انزال زن متحد شود و این آمیزشی است که با آن، زن آبستن می‌گردد.

انزال زن به طور طبیعی و به خاطر سردی و رطوبت مزاجش، دیرتر از مرد است؛ بنابراین روش‌های پیش‌نوازی و ملامحه، باعث تعدیل مزاج زن و هم‌زمانی انزال آنها و باروری زن، خواهد شد.^{۴۰}

هر کاری به جز موارد منعی که از لحاظ علمی و مبانی اعتقادی و فقهی بیان شده، هنگام رابطه جنسی مجاز است.



۸. بدون اکراه و نفرت باشد

در سخنان رسول گرامی آمده است: «مانند پرندگان با همسر خود آمیزش نکنید، بلکه درنگ کنید و با بازی و ملاحظه، همسر خود را برای آمیزش آماده کنید. مرد هنگام آمیزش نباید عجل باشد؛^{۴۱} حق ندارد که به زن خود زور بگوید و باید این عمل با رضایت زن صورت گیرد».^{۴۲} همین طور مرد باید نسبت به زمانی که زن بی میل است نزدیکی نکند؛ بلکه اول گره کار را بگشاید و تمایل را در زن به وجود آورد، سپس آنچه که می خواهد به انجام برساند. مرد نباید توقع داشته باشد که زن از روی وظیفه هر گاه مرد تمایل دارد تن به نزدیکی دهد. سرخ شدن گونه ها و چشم ها و ریزش اشک از گوشه چشم و تغییرات در نگاه زن، شدید شدن تنفس و ضربان قلب، ترشحات لزج مهبل (واژن)، نشانه آمادگی جنسی زن است.^{۴۳} ماده ی تحریک کننده در زنان از سینه ی آنها شروع می شود و باید حرکت کند تا به رحم برسد، به همین دلیل زمان آماده شدن زن برای برقراری رابطه بیشتر از مرد است. در مرد نیز تحریک نقاط زیر کشاله ران برای او بسیار قوت بخش است. کشاله ران چه در زن و چه در مرد اگر بادکش شود یا ماساژ داده شود موجب تحریک می شود.^{۴۴} هرگز نباید مرد و زن با بدن کثیف به تماس جنسی بپردازند. محل نزدیکی باید جایی باشد که هیچ یک از طرفین از محیط ناراحتی و تنفر نداشته باشند. لباس ها و پرده های اتاق خواب زن و شوهر باید از لحاظ رنگ، مطابق سلیقه طرفین باشد. رنگ لباس ها به ویژه رنگ لباس زیر چنان باشد که طرفین به آن علاقه مند باشند. رنگ های روشن و شاد تأثیر مناسبی بر اشتیاق جنسی خواهند داشت و پوشیدن رنگ های تیره، تأثیر منفی می گذارد.^{۴۵}

۹. بدون تشویش و اضطراب و ترس باشد

زن و مرد حتی اگر حساسی با هم درگیری و دعوا داشته باشند، هنگام نزدیکی باید ناراحتی ها را از خود دور کنند. به ویژه زنی که از دست شوهرش بر سر مسائل روز ناراحت است، نباید هنگام نزدیکی انتقام بگیرد و از این مسئله به عنوان حربه استفاده کند.^{۴۶}

۴. الکافی (ط - دارالحدیث)، ج ۱۱، ص ۳۵؛ هدایة الأئمة إلى أحكام الأئمة عليهم السلام، ج ۷، ص ۱۵۱.

۴. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۴۵۰ + ۱۵۴.

۴. نامه زرین سلامت، ترجمه الرسالة الذهبية منسوب به امام علی بن موسی الرضا علیه السلام، ص ۴۶ - ۹۶؛ طب الرضا (طب و بهداشت از امام

رضا علیه السلام) ۹۶ - ۲۹۷.

۴. استاد حکیم خیراندیش.

۴. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی ص ۶۸ + ۱.

۴. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ۱۷۹ + ۷۷.

بهداشت قبل از آمیزش

بهداشت زناشویی در طب اسلامی و سنتی اهمیت زیادی دارد و بسیار بر آن تأکید شده است.

الف) اصلاح موهای زائد

دستگاه تناسلی در جایی قرار گرفته است که امکان رشد میکروب‌ها در آنجا نسبت به جاهای دیگر بیشتر است. از بین بردن موهای زائد همواره باید مد نظر باشد تا زمینه رشد و زیست میکروب‌ها از میان برود. یکی از بهترین و مؤثرترین راه از بین بردن موهای زائد، استفاده از داروی نظافت است که ترکیبی از «آهک» و «زرنیخ» است و به آن نوره (واجبی) گفته می‌شود.^{۴۷}

ب) شستشوی موضع

شستشوی دستگاه تناسلی قبل از مقاربت و پس از آن لازم است. به ویژه مردان باید بیشتر به این عمل اقدام کنند؛ چرا که بسیاری از بیماری‌های زنان به خصوص بیماری‌های موضعی از عدم توجه مرد به بهداشت زناشویی است.

قبل و بعد از نزدیکی می‌توان موضع تناسلی را با آب خالی یا شوینده‌هایی مانند «سدر» یا صابون شستشو داد تا از ورود میکروب به داخل رحم جلوگیری شود. (شستشوی زیاد داخل مهبل، باعث ابتلای زنان به عفونت می‌شود).

زنان می‌توانند بدن را با صابون و آب نیمه گرم شست و شو دهند؛ زیرا پس از حمام، بوی خاصی از بدن‌شان استشمام می‌شود که خوشایند شوهر می‌باشد.^{۴۸}

ترکیب عسل و آب با کمی نمک و با مقداری گلاب غلیظ که مخلوط شود، یک گندزدای قوی است که هم معطر می‌کند و هم موضع را از عفونت پاک می‌سازد. زنان به صورت تنقیه استفاده کنند و بعد از آن پاها را به صورت V قرار دهند تا چند دقیقه در این حالت بمانند. این کار هم موضع را از عفونت‌ها استریل می‌کند و هم آن را خوشبو و معطر می‌سازد.^{۴۹}

ج) لغزندگی

از نزدیکی خشک، خودداری کنید. یعنی هنگامی که دخول صورت می‌پذیرد باید مجرای مهبل (واژن) با ترشحات داخلی آماده شده باشد، (معاشقه قبل از آمیزش وجود داشته باشد) در غیر این صورت مجرای رحم زخم‌های ریز متعدد بر می‌دارد و به تدریج عفونی می‌شود و راه را برای ایجاد بیماری‌ها هموار می‌سازد. از آن گذشته آمیزش خشک به تدریج لذت جنسی را در زنان کاهش

۴ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۶۶ + ۱۶۷

۴ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۶۶ + ۱۶۷

۴ . استاد حسین خیراندیش.



می‌دهد، چون موجب از بین بردن سلول‌های حساس دهانه رحم شده و به تدریج احساس و لذت آمیزش را در زن کاهش می‌دهد و این خود می‌تواند مبدأ بیماری‌های روحی و جسمی شود. مصرف کردن دارچین و استعمال آن در ناحیه تناسلی و مالیدن کمی از آن به صورت مرطوب موجب افزایش تلذذ در امر زناشویی است.

استفاده از کرم‌های شیمیایی برای نرم کردن مجرای مهبل (واژن) کار مطلوبی نیست. می‌توان در صورت نیاز از روغن‌های نرم کننده کاملاً طبیعی مانند زیتون استفاده کرد. استفاده از روغن دارچین نیز برای زنان به اندازه چند قطره باعث لذت بیشتر خواهد شد.^{۵۰}

(د) بهداشت دهان

پیش از آمیزش دندان‌های خود را مسواک کنید و برای از بین بردن بوی دهان چیزهای خوشبو بجوید (جویدن کمی نعناع یا هل دهان را خوشبو می‌کند)، شستن دهان با محلول ترکیبی «سرکه» و «گلاب» نیز میکروب‌های دهان را از بین برده و لثه را نیز محکم می‌سازد.^{۵۱} همچنین ترکیب خمیردندانی عسل و نمک به نسبت ۵ به ۲ پس از مخلوط کردن با ۱۴ قطره اسانس نعناع برای بر طرف کردن همه بیماری‌های دهان و دندان به خصوص بوی بد دهان بسیار مؤثر است.^{۵۲}

از ترکیب «زنجفیل + هل + پونه» استفاده کنید. اگر بوی بد دهان ناشی از گلو درد است. برای رفع گلودرد ترکیب «زنجفیل + سرکه + زردچوبه + آبلیمو + عسل» را با هم مخلوط کرده و غرغره کنید. برای رفع بدبویی دهان از غرغره «سرکه سیب + نمک» استفاده کنید و در برنامه غذایی سرکه سیب را داشته باشید.

برای رفع بوی بد دهان، با دمکرده ی ترکیب زیر دهان خود را بشویید: «مریم گلی + بابونه + شیرین بیان + پونه + نعناع فلفلی + گزنه».^{۵۳} مصرف سیب، ترب، خولنجان، سوسنبر (نعنای فلفلی) دهان را خوشبو می‌کند.^{۵۴}

(ه) عطر زدن و آرایش

برای لذت بردن از آمیزش، خود را خوشبو کنید و با عطرهاى خوب خود را معطر نمایید و دهان و بدن خود را پاکیزه نگاه دارید و از روغن‌های معطر بدن و سایر مواردی که موجب لذت بیشتر آمیزش است استفاده کنید.

۵۰ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۶۶ + ۱۶۷

۵۱ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۵۲ + ۱۵۰

۵۲ . استاد حسین خیراندیش.

۵۳ . راز سلامتی، زیبایی، شادابی با نوشیدنی‌ها و عرقیات سنتی، سید ماشاءالله باطنی، ص ۱۲، ۱۴۴، ۱۹۳.

۵۴ . طب المفید جلد ۲، طب الکبیر، ص ۲۰۳



امام باقر علیه السلام می فرماید:

«سرمه سنگ در دیده کشیدن دهان را خوشبو و مژگان چشم را محکم و قدرت آمیزش را زیاد می کند».^{۵۵}

برای رفع بوی بد زیر بغل سرکه سیب و لوسیون های گیاهی ضد بو و تعریق (که از داروخانه ها قابل تهیه است) را به صورت موضعی استعمال کنید.^{۵۶}
شاهی برای رفع بدبویی زیر بغل مفید است (صبح ناشتا مقداری شاهی و یا تخم شاهی خورد و چند روز متوالی تکرار نمود).^{۵۷}

(و) سایر مسائل

- نزدیکی در حال عادت ماهانه و نفاس اکیداً ممنوع است، اما غیر از دخول، سایر لذت جویی ها حلال است.

- برای تحریک آلت تناسلی همسر، غیر از انگشت جایز نیست از شیء دیگری استفاده شود.
- داشتن سکس و رابطه جنسی متنوع نیز بهتر است بر پایه باورهای فقهی و علمی باشد.^{۵۸}
- آخرین مرحله تماس جنسی دخول است که برخی نسبت به آن کاملاً بی توجه هستند. برای بچه دار شدن پس از انزال، زن از جای خود برنخیزد و به پشت خوابیده و تا چند دقیقه پاها را در سینه جمع کرده و بی حرکت باقی بماند تا منی به سهولت با تخمک تزویج گردد.
- محل آمیزش و رابطه جنسی باید جایی باشد که هیچ یک از طرفین کمترین ناراحتی و تنفر از آن محیط نداشته باشند.

- لباس ها و پرده های اتاق خواب زن و شوهر باید از لحاظ رنگ مطابق سلیقه طرفین باشد. رنگ لباس و رنگ لباس زیر باید آنچنان باشد که طرفین به آن رنگ ها علاقمند می باشند و این دقت را باید در رنگ تخت خواب و غیره نیز رعایت نمود و نباید آن را دست کم گرفت.
پوشیدن رنگ سیاه و رنگ های تیره تأثیر منفی بر اشتیاق جنسی می گذارد رنگ های روشن و شاد تأثیر مناسبی خواهند داشت. منظور از درج این مطالب تجمل گرایی و لوکس گرایی نیست، بلکه رعایت این موارد با ارزان ترین شرایط ممکن است.

- پاکیزگی محیط و تمیزی لباس و پرده و غیره قطعاً بر حس زیبایی شناسی انسان تأثیرگذار است.
پس شیک و تمیز بودن در سادگی و ارزان بودن یک هنر ارزنده است.

۵. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۵۲ + ۵۰.

۵. راز سلامتی، زیبایی، شادابی با نوشیدنی ها و عرقیات سنتی، سید ماشاء الله باطنی، ص ۴۶.

۵. معجزات درمانی گیاه ندرلی، ج ۲، ص ۴۳.

۵. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۷۲.



- هنر زناشویی هنری است که هرکسی به آن دست نخواهد یافت، مگر آنکه بداند و این دانش را به کار گیرد. زن و مرد باید خود را برای هر نوع کامیابی جنسی همسر آماده نشان بدهند. هر نوع نیاز و کمبود جنسی باید در خانه برطرف شود و الا شیطان در کمین ضعف‌ها و کمبودهاست.
- ممکن است کسانی در انجام مسائل جنسی بیماری و مشکلاتی داشته باشند که ما تلاش می‌کنیم در حد توان علم خویش به ارائه راهکارهای درمان آنها بپردازیم.
- پس از اتمام زناشویی و صورت گرفتن انزال، مرد باید بر پهلوی راست خویش بخوابد و دقایقی از جای خویش برنخیزد، سپس برخیزد و ادرار کند تا از عوارض رسوب قطرات منی در مجرا دچار بیماری نشود و استبراء نماید و مقداری عسل میل کند، پس از آن تا آنجا که مقدور است غسل را به تعویق نیندازد، اگر ناچار به تعویق انداختن است باید پس از عمل زناشویی هر دو دستگاه تناسلی را بشویند و تمیز نگاه دارند.
- آب خوردن هنگام نزدیکی و بعد از آن مضر و باعث بروز بیماری می‌گردد.
- نزدیکی پس از خوردن غذا و با شکم پر بسیار زیان‌آور می‌باشد و بیماری‌های خطرناک را تدارک خواهد دید.
- نزدیکی کردن درحالی که مثانه و روده‌ها پر است و باید تخلیه شود خوب نیست.
- نزدیکی کردن پس از خون‌گیری خوب نیست.
- نزدیکی کردن هنگامی که انسان درد معده یا قولنج یا سیاتیک یا سردرد دارد زیان‌آور است.
- وقتی انسان خود را اسهال داده یا استفراغ کرده باید جماع کردن را به تعویق بیندازد.
- نزدیکی در حالت ترس و اضطراب خوب نیست و باعث بیماری سرعت انزال می‌شود.^{۵۹}
- نباید منی را حبس و از خروج آن خودداری کنند؛ زیرا باعث عفونت و زخم مجاری ادرار و غیره می‌شود.^{۶۰}

زمان و شرایط مناسب برای آمیزش

آمیزش بهتر است در زمان و مکان مناسب با رعایت آداب خاص صورت بگیرد تا هم سلامت جسمی و روحی زن و شوهر حفظ شود و هم فرزندی که به وجود می‌آید سالم و عاقبت به خیر باشد. در آموزه‌های طب سنتی و اسلامی، اوقات و زمان‌های خاصی برای آمیزش - به ویژه برای فرزندان شدن - توصیه شده است. طبق این آموزه‌ها برخی زمان‌ها برای آمیزش مطلوب و برخی زمان‌ها نامطلوب معرفی شده است.

۵. مجموعه پیک شفا، ج ۵، ۵۸-۵۹، گلبرگ سلامت، ص ۴۳، ۲۱.

۶. حفظ الصحة ناصری ص ۱۶۰.



زمان‌های مناسب برای آمیزش

پس از نیمه شب و هنگام سبکی معده

بهترین زمان نزدیکی نیمه‌های شب و سحر است؛ زیرا بدن آسوده و قوای خود را جمع کرده است. در پایان شب، دستگاه گوارش، هضم و جذبش را به انجام رسانده و در حال استراحت است. مواد اصلی و هورمونی بدن در همین زمان ساخته می‌شود و بدن آماده است که با فراغت از سایر امور و با در اختیار داشتن عوامل هورمونی، تولید مثل را هماهنگ کند؛ بنابراین کودکی که مولود چنین آمیزشی باشد هوشمندتر از کودکان دیگر خواهد بود.^{۶۱}

جماع کردن هنگام روز خوب نیست، مگر آنکه چاره‌ای نباشد. جماع کردن زیر نور آفتاب مضر است، مگر آنکه پرده‌ای میان آنها و آفتاب قرار گیرد. جماع کردن در شدت گرما و شدت سرما خوب نیست.^{۶۲}

کسی که بدنش بسیار گرم است یا زیاد احساس سرما می‌کند، نباید نزدیکی کند، اما آمیزش برای کسی که بدنش گرم است کم خطرتر است تا آنکه از سرما تأثیرپذیر شده باشد.

درحالی‌که انسان بدن رطوبی دارد، جماع کند بهتر از زمانی است که بدن خشک دارد.

بهترین وقت نزدیکی برای کسی که میانه‌رو است، آن است که به تجربه دریابد که در چه فاصله‌ای از زمان اگر آمیزش داشته باشد، احساس سبکی و استراحت می‌کند و هوشش جمع‌تر می‌شود؛ آن مدت را به ذهن بسپارد و انجام نزدیکی را برحسب تجربه به دست آمده تنظیم کند.^{۶۳}

بهترین زمان آمیزش بعد از هضم اول و هضم دوم است که به طور تخمینی از خوردن غذا سه تا هفت ساعت بر اساس تفاوت مزاج و قوت بدن در هضم آن غذا، گذشته باشد.^{۶۴}

هوای معتدل

بهتر است عمل آمیزش هنگامی انجام شود که هوا معتدل باشد.^{۶۵}

آمیزش با زنان در فروردین یا بهمن ماه خوب است و بهتر از آن اردیبهشت ماه می‌باشد. اهل نجوم معتقدند مناسب فروردین برای آمیزش از آن جهت است که فروردین از ماه‌های آتشی است که با طغیان شهوت تناسب دارد و شرف شمس در آن است. مناسب بودن بهمن برای آن است که عنصر آن هوا است که گرم و مرطوب است و موجب زیاد شدن خون و روح می‌باشد. تناسب اردیبهشت برای آن است که جایگاه سیاره زهره است که متعلق به زنان و شهوات می‌باشد.^{۶۶}

۶. نامه زرین سلامت، ترجمه الرسالة الذهبية منسوب به امام علی بن موسی الرضا علیه السلام ۳-۹-۹۴

۶. مجموعه پیک شفا، ج ۸ هـ ۵؛ علم الأبدان، ص ۷۴؛ طب اکو ی ج ۲، ص ۸۸۸

۶. قیون (ترجمه شرفکده ی)، ج ۲۷-۲۲۸

۶. حفظ الصحة ناصر ی ص ۱۵۹

۶. طب اکو ی ج ۲، ص ۸۸۸

۶. طب الرضا (طب و بهداشت از امام رضا علیه السلام)، ص ۳۹۲-۳۰۲



لذت بخش کردن آمیزش

آمیزش برای برخی افراد یا لذتی ندارد و یا لذت آن به طور ناقص است و علت آن هم غلبه سرما بر آلت های تناسلی است. که درمانش استفاده از داروهایی است که به آن «مُلْدَذَات» گفته می شود. این داروها هنگام آمیزش استفاده می شوند و لذت را افزایش می دهند. مردان از تنگی دهانه، رطوبت کافی، گرمی و خوش بویی واژن زنان لذت می برند. در اینجا چند نمونه از ترکیباتی که موجب لذت آمیزش می شوند را معرفی می کنیم:

به گفته حکیم جرجانی: «اگر مرد عسل و زنجبیل پرورده بر آلت خود بمالد و با همسرش آمیزش کند موجب دوستی میان خود و همسرش می گردد.»

- «عاقرقرحا+ زنجبیل+ دارچین+ کبابه» را به طور مساوی ساییده و با کمی «عسل» مخلوط کنید و از آن قرص هایی بسازید. سه ساعت قبل از آمیزش یکی از آنها را در دهان قرار دهید و آب آن را بر آلت بمالید و بگذارید خشک شود و بعد آمیزش کنید.

- اگر یک دانه «فلفل سیاه» با «صندل» کوبیده و بر آلت مالیده شود لذت بسیاری ایجاد می کند.

- «فلفل» و «دارچینی» و «سنبل طیب» و «خولنجان» و «مشک» را به طور مساوی مخلوط کنید و بسایید و با «عسل» و «زنجبیل پرورده» آمیخته بر آلت خود بمالید.^{۶۷}

- «آنغوزه» را در «روغن زنبق» و «بادام» حل کنید، در شیشه بریزید و مدت ۴۰ روز در آفتاب بگذارید. سپس عصاره کشی کنید و قبل از مقاربت مرد آن را بر آلت بمالد.

- اگر زن دارچین را در پارچه نازکی بسته، صبح تا شب در فرج گذارد، لذت زیاد می شود.^{۶۸}

- برای بیشتر کردن لذت زناشویی، سه ساعت قبل از نزدیکی، شقاقل مصری را بکوبید و با عسل بخورید.^{۶۹}

- گردش در طبیعت زیبا همراه با ورزش و نیرو گرفتن از کار و فعالیت در طبیعت و حمام های نشاط آور و مالش و پاکسازی از سموم، زناشویی را لذت بخش می کند.

- دخول نباید تا زمانی که هر دو به مرحله اوج نرسیده اند صورت پذیرد.

- نزدیکی با فرد پیر، بیمار، صغیر (خیلی کم سن و سال)، نازیبا و آنچه انسان خوشش نمی آید؛ نمی تواند موجب وجد و سرور گردد و از نیروهای غریزی می کاهد.^{۷۰}

۶. اکسیر اعظم، ج ۳، ۸۴ و ۵۸۶

۶. اعجاز طب و درط، ص ۴۵۹

۶. اعجاز طب و درط، ص ۴۶۱

۷. مجموعه پیک شفا، ج ۱۴، ص ۱۱۴-۱۱۵



راه‌های انزال زنان

- «اسفند» سوختنی را نرم بسایید و با «عسل» مخلوط کنید و بر آلت مردانه بمالید. هنگامی که خشک شد عمل آمیزش را انجام دهید.^{۷۱}
- زهره (کیسه صفرا) پرندگان خانگی مثل مرغ و خروس و... را با «مردارسنگ» مخلوط کرده بر آلت مردانه بمالید و آمیزش کنید.
- مخلوط «عسل» با «زهره گنجشک» را بر آلت مردانه بمالید و آمیزش کنید.^{۷۲}
- اگر «حسن‌لبه» + «زاج» را به اندازه «۱۲ / ۰ یا ۲۵ / ۰ گرم» به میزان مساوی با هم مخلوط کنید و بر آلت تناسلی زن بمالید فوراً انزال می‌شود.
- اگر «کافور» با آب «برگ تمر هندی» مخلوط شود و بر آلت مرد مالیده شود و بعد از خشک شدن آن آمیزش صورت گیرد باعث انزال زن خواهد شد.^{۷۳}

- «کبابه» + زنجفیل + عاقرقرا + حسن‌لبه + کتیرا (از هر کدام ۲۷ / ۲ گرم)؛ داروها را بکوبید و نرم کنید. یکی دو ساعت قبل از نزدیکی، با زهره ی مرغ (مواد صفراوی کیسه صفرای مرغ) ممزوج و در فرج بمالید.^{۷۴}

شرایط نامناسب برای آمیزش جنسی

- نزدیکی کردن با همسر، در زمان‌ها و حالت‌های زیر، بسیار پرضرر و نامناسب است؛ بنابراین توصیه می‌شود نزدیکی در زمان‌های زیر صورت نگیرد:
- «زمان قمر در عقرب، دو سه روز آخر ماه قمری که جرم ماه ناپدید می‌شود، شب اول، وسط و آخر ماه، شب چهارشنبه، وقت طلوع و غروب آفتاب»^{۷۵}
- شب‌های خسوف و روزهای کسوف، شب و روزی که بادهای تند و شدید که موجب ترس می‌گردد، در شب و روزی که زلزله‌ای در آن منطقه اتفاق افتاده است، در شبی که می‌خواهند به مسافرت بروند، شب عید فطر، عید قربان و نیمه شعبان، در ساعات اولیه شب، بین طلوع فجر و طلوع آفتاب، پس از خوردن ناهار، از اول غروب تا هنگام رفتن شفق که سرخی در آسمان وجود دارد، در حال جنابت پیش از اینکه غسل کرده باشند، در حالی که مشغول رنگ کردن موی یا ریش

۷. مجربات اکو، ص ۱۸۸.

۷. مجربات اکو، ص ۱۹۹-۲۰۰.

۷. اکسیر اعظم، ج ۳، ص ۵۸۶.

۷. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۹۲.

۷. کاربرد ی‌مزاج شناسی در ایو واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ۲۴.



هستند، زمانی که هر دو کاملاً عریان و لخت باشند، پس از خوردن ماهی، پس از خوردن گوشت گاو، گوسفند و عدس (زیرا امکان دارد فرد را مبتلا به واریس، نقرس یا درد مفاصل کند)، بلافاصله پس از نوشیدن شیر (زیرا موجب سستی و بی‌حسی بدن است)، بلافاصله پس از خوردن بادمجان و کدوی سبز و میوه‌ها، هنگام غضب و عصبانیت شدید، هنگامی که عرق زیادی از بدن خارج شده و فرد خسته است، هنگام سردرد یا خوشحالی شدید، هنگامی که فرد احساس دفع ادرار و مدفوع دارد، هنگامی که هوا بسیار گرم یا خیلی سرد باشد، - هنگامی که هوا دچار آلودگی باشد و بیماری‌های واگیردار مانند آنفلوآنزا و اسهال شایع باشد، پس از پرخوری (باعث ایجاد درد مفاصل و سستی عضلات و گرفتگی تنفس و رعشه و استسقا می‌باشد)، آمیزش پس از قی، استفراغ، اسهال و فصد (حداقل تا ۱۲ ساعت هر چند بهتر است تا ۲۴ ساعت فاصله باشد)، هنگام خالی بودن معده و گرسنگی شدید، پس از ورزش‌های سخت و کارهای سنگین، روی پشت بام ساختمان‌ها، زیر درختانی که میوه دارند، زیر نور مستقیم خورشید، در جایی که کودکی هست، حتی اگر کودک خواب باشد، در کشتی که در دریا در حال حرکت باشد، با تصور کردن زنی غیر از همسر هنگام جماع، در حالت ایستاده، رو به قبله یا پشت به قبله نیز نباشد،^{۷۶}

پس از پاک‌سازی بدن (پاک‌سازی بدن از اخلاط با مصرف منضجات و مسهلات)، پس از غم و شادی شدید و واکنش‌های روانی، پس از بیهوشی، هنگام تب داشتن، پس از خلاصی از بیماری (دوران نقاهت)، هنگام داشتن بیماری سنگ‌ساز کلیوی زود و مکرر (احتیاط شود)، هنگام داشتن بیماری دشوار در ادرار کردن یا ناتوانی در نگهداشتن ادرار (آمیزش پس از رفع بیماری)، هنگام داشتن دیابت (آمیزش پس از کنترل بیماری انجام شود)، هنگام داشتن بیماری نقرس (آمیزش پس از رفع بیماری انجام شود)، هنگام داشتن بیماری عرق النساء (درد سیاتیک)، بعد از اختلالات شدید، در یکی از ارگان‌های بدن (سکته قلبی، سکته مغزی، افت شدید فشار خون، فشارخون بسیار بالا....)، آمیزش با دختر بچه نابالغ (به سبب کثرت اضطراب و تشویش و عدم میل و رغبت ایشان به نزدیکی، مناسب نیست، اما دختر باکره‌ای که به سنی رسیده باشد که مورد رغبت مردان باشد حکم اکسیر دارد!)،^{۷۷}

آمیزش با زن پیر (به علت کمی لذت و زیادی فضولات رحمی و عدم تنگی رحم و سردی آن، ممنوع است)، آمیزش با زن بیمار، آمیزش با زنی که مدتی ترک آمیزش کرده، مضر است، آمیزش با زن زشت‌رو مناسب نیست، آمیزش بعد از بی‌خوابی شدید، آمیزش بعد از حمام گرم که باعث

۷. نسل سالم، سودابه بیوس، ص ۱۷۳-۱۷۵.

۷. طب آکو، ج ۲، ص ۸۹۰-۸۹۱.



تعریق شود (مثل سونا و جکوزی) و در فصل‌های خشک و هوای آلوده، آمیزش با زن حائض به علت تنفر طبع و آلودگی رحم، مناسب نیست».^{۷۸}

- چند نکته:

اگر در حالت آمیزش سرمایی در پشت پدید آید یا هنگام آن بدن به لرزه افتد یا موقع لذت رنجی به مغز برسد و یا اینکه بوی بدی از اندام‌ها برخیزد نشانه این است که اخلاط فاسد در بدن جمع شده است. در این صورت پرهیز از این کار و پاکسازی بدن باید انجام گیرد.

- بهتر است، بیش از چهار روز، نزدیکی کردن، به تأخیر نیفتد.

- هم‌جنس‌بازی گذشته از اینکه شرعاً حرام و مستحق حدّ شرعی است، نهایت ضرر را دارد؛ چون برای انزال منی نیازمند حرکات سنگین، دشوار و طاقت‌فرسا است و در نتیجه توان بدن بیشتر تحلیل می‌رود و هرچه تحلیل قوای بدن بیشتر باشد، ضرر آن بیشتر است.

- آمیزش از راه پشت با همسر با وجود کراهت شدید داشتن آن به طور طبیعی، از نظر حکیمان نیز مردود و مضر است. گفته شده که هر کس با همسر خود از ناحیه پشت آمیزش کند، از اینکه فرزندشان به بیماری اُبته (کسی که به عمل لواط راغب باشد) دچار شود، ایمن نیست.^{۷۹}

- نزدیکی اثرات خوبی روی بیماران سرطانی ندارد و بهتر است تا زمان درمان کامل به وسیله طب ایرانی از آن خودداری نمود.^{۸۰}

۷. کاربرد ی‌مزاج شناسی در اق واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ۶ + ۲۴: خزائن الملوك، ج ۱، ص ۱۵۰؛ علم الأبله ن ص ۴ ۷

۷. کاربرد ی‌مزاج شناسی در اق واج و زناشویی، امیر حسین شه‌گلی، ۶ + ۲۴

۸. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۷۱



جدول زیر، خلاصه‌ای از اوقات مناسب و نامناسب برای آمیزش است:

مکروهات جماع	اوقات نامناسب جماع	مستحبات و اوقات مناسب جماع
✓ در حالت برهنگی	■ در مسافرت	○ ذکر بسم الله الرحمن الرحيم در ابتدا پناه بردن به خداوند از شیطان
✓ در مکانی که کودکی بیدار باشد	■ در شبی که مسافرت برود	○ جماع در شب دوشنبه
✓ در حال احتلام بدون غسل کردن	■ در روز گرفتگی خورشید	○ جماع در شب سه شنبه
✓ زیر درختی که میوه می دهد	■ در شب گرفتگی ماه	○ جماع در شب پنج شنبه
✓ در حالت ایستاده	■ در شب چهارشنبه	○ جماع در شب جمعه بعد از نماز عشا
✓ با تصور و شهوت زنی غیر از همسر	■ در روز و شب زلزله	○ جماع در روز پنج شنبه هنگام رفتن خورشید از وسط آسمان
✓ پاک کردن هر دو خود را با یک پارچه و دستمال	■ از غروب آفتاب تا رفتن سرخی آفتاب	○ جماع در عصر جمعه
✓ حرف زدن هنگام جماع	■ در وسط ماه	○ جماع با وضو
✓ قرآن خواندن	■ در آخر ماه قمری	○ آمادگی و تحریک جنسی زن
✓ مقابل و پشت به قبله	■ بعد از ناهار	○ جماع هنگام آمادگی زن
✓ نگاه کردن به دستگاه تناسلی زن	■ در شب عید فطر	○ جماع هنگام تمایل و درخواست زن
✓ بدون وضو	■ در شب عید قربان	
✓ هنگامی که غذا هضم نشده	■ بین طلوع فجر و طلوع خورشید	
	■ در اول ماه قمری به جز ماه رمضان	
	■ زیر نور آفتاب	
	■ بین اذان و اقامه	
	■ در نیمه شعبان	
	■ بر پشت بام	
	■ نخستین ساعت شب	



زیان‌های افراط و زیاده‌روی در آمیزش

آمیزش علاوه بر فوایدی که دارد، زیان‌هایی نیز دارد. غذایی که از چهار مرحله هضم گذشته و بی‌نهایت لطیف شده و بسیار برای بدن ارزشمند است، در اثر آمیزش، بدن را ترک می‌کند و بدن به حالتی از ناتوانی و ضعف در می‌آید. روان هم پایه‌پای گوهر لطیف غذایی برای لذت دیدن و لذت بخشیدن بیرون می‌رود. در صورت افراط در آمیزش، بدن به کلی سرد می‌شود، حواس شنوایی و بینایی ناتوان می‌گردد، ساق‌های پا سست می‌شوند و به درد می‌آیند و به زحمت می‌توانند که بدن را تحمل کنند.

ممکن است خلط ماده سودایی بر بدن چیرگی یابد و پس از آن ماده خلط صفراوی در بدن مستقر شود. شخص از اثر ناتوانی به سرگیجه مبتلا می‌شود و از تارک سر تا نهایت پشت‌اش به مورمور می‌افتد و گوش او وزوز می‌کند.

کسانی که به افراط آمیزش می‌کنند، ممکن است به قولنج مبتلا شوند، بخار در بدن‌شان فزونی می‌یابد، دهان و لثه و گوشت میان دندان‌هایشان بدبو می‌شوند و افسرده و پژمرده می‌گردند. کسانی که از آمیزش کردن می‌لرزند یا سردشان می‌شود یا کمی احساس تنگی نفس می‌کنند یا قلب‌شان به تپش می‌افتد یا چشم‌شان به گودی می‌گراید و یا از اثر آمیزش اشتهای خوراک‌شان نمی‌ماند، بهتر آن است که از آمیزش کردن دوری کنند.

برای کسی که بیماری سینه دارد، یا نیروی جسمانی‌اش ناتوان است آمیزش خوب نیست. همچنین کسی که معده ناتوان دارد ترک آمیزش برای او بهتر از هر چیزی است.^{۸۱}

ضررهای ترک آمیزش

ضررهای ترک آمیزش برای کسی که به آن عادت کرده باشد، درد مفاصل و انشین (بیضه‌ها) و سنگینی سر و سنگینی حرکت و درد زانو است؛ زیرا اضافاتی که از هضم چهارم دفع می‌شد و طبیعت عادت بر تولید آن کرده بود و طبق روال همیشگی آن را تولید می‌کرد با ترک آمیزش اگر دفع نشود و در اعضای مذکور جمع شود، موجب سنگینی و درد می‌گردد.

برای درمان نیز اگر ممکن باشد باید به آمیزش مشغول شد، و گرنه، سرد مزاجان، «تخم پنج‌انگشت + تخم سداب + قند یا عسل»، و گرم مزاجان، «تخم کاهو + تخم خرفه» بخورند و غذاهای کم گوشت ترش میل کنند و اگر با این‌ها درمان نمی‌گیرند، مدت کوتاهی، قطعه‌ای سرب بر کلیه ببندند.^{۸۲}

۸. قفّ ن (ترجمه شرفکده ی)، ج ۴، ۲۴۲-۲۴۵

۸. د. و ساختن هر گونه زی ن از تن آدمی ن ص ۸۶



آداب بعد از همبستری

لم دادن بر پهلوی راست، ادرار کردن، خوردن شربت عسل با مومیایی و غسل جنابت از آداب پس از آمیزش است که به آن می‌پردازیم:

پس از اتمام رابطه و رخ دادن انزال، مرد باید بر پهلوی راست خود بخوابد و دقایقی از جای خود بر نخیزد؛ سپس ادرار و استبراء کند.^{۸۳}

پس از آن مقداری عسل بخورد و تا آنجا که مقدور است غسل را به تعویق نیندازد، اگر ناچار به تعویق انداختن است باید پس از عمل زناشویی زن و مرد هر دو دستگاه تناسلی را بشویند و همواره در نظافت آن کوشا باشند.^{۸۴}

ضمناً خوردن عسل بهتر است، ولی اگر عسل نبود شربت مویز و زعفران به اندازه یک لیوان میل شود.^{۸۵}

با انجام غسل، رطوبت خارج شده به وسیله آمیزش - از بدن، مجدداً از طریق منافذهای پوست تأمین می‌شود و عمل آمیزش نیز آسان‌تر انجام می‌گیرد و لذت و سلامت زناشویی را بیشتر خواهد کرد.^{۸۶}

بعد از آمیزش، نباید آب سرد، شربت سرد، ترشی‌ها و ماست مصرف کرد؛ چون باعث سستی، رعشه، سردی کبد و بیماری استسقا مبتلا می‌شود.

همچنین نباید با آب سرد غسل کرد. باید از سرما و هوای سرد خود را نگه داشت؛ چون اگر سرما به منافذ پوست برسد، بدن را سرد کرده و حرارت طبیعی بدن را از بین می‌برد.^{۸۷}

تدابیر پس از آمیزش برای خانم‌هایی که قصد باردار شدن دارند

- در چهل روز اول پس از جماع به قصد بارداری، زن باید از کارهایی که می‌تواند در حفظ نطفه ایجاد اختلال نماید پرهیز کند؛

- پس از جماع تحرک زیادی نداشته باشد؛

- پس از انزال، بهتر است زن از جای خود بر نخیزد و به پشت بخوابد، پاها را در سینه جمع کند و بی حرکت باقی بماند تا منی به سهولت با تخمک آمیخته شود.^{۸۸}

۸ . تخلیه کامل ادرار از مثانه مرد با فشردن مجرای

۸ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۷۰.

۸ . مجموعه پیک شفا، ج ۱۴، ص ۱۱۴-۱۱۵.

۸ . آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۴۱.

۸ . طب اکو، ج ۲، ص ۸۸۸؛ خزائن الملوك، ج ۱، ص ۱۵۱؛ کاربردهای مزاج شناسی در اور واج و زناشویی، امیر حسین شه گلی، ۴۴: ۱۶؛

علم الأیلات، ص ۷۴.



- بهتر است حداقل سه ساعت بخوابد؛
- آشامیدنی‌های خنک، مصرف نکند؛
- پس از بیداری از خواب، خشم، کارهای سخت، ترس ناگهانی و دویدن ضرر دارد؛
- در روزهای اول در خوردن و آشامیدن زیاده‌روی نکند. غذاها و ادویه‌های تند و تلخ مانند پیاز، تره، سیر، خردل، فلفل، زنجبیل و سرکه مصرف نکند؛
- از مواد قاعده‌آور و نفاخ مانند لوبیا، کرفس، کنجد و پونه استفاده نشود؛
- مدت زمان حمام رفتن را در روزهای ابتدایی بارداری کوتاه کند؛
- خوشگذرانی، خواب زیاد و غذای زیاد در ابتدای بارداری مناسب نیست؛
- قسمت‌های پایین بدن تحریک نشود؛
- اجسام سنگین بر ندارد؛
- اسب سواری نکند؛
- نشستن به حالت چمباتمه و نگه‌داشتن ادرار و مدفوع مضر است؛
- پس از تشکیل نطفه، لباس‌های زیبا بپوشد و به اشیای زشت نگاه نکند؛
- چیزهای خوش‌بو مانند سیب و به را ببوید و بخورد؛
- به سخنانی که موجب اندوه، حزن و نگرانی می‌شود گوش ندهد؛
- غذاهای خشک که زیاد سرخ شده، غذایی که شب مانده است و غذایی که احتمال می‌دهند خراب شده است میل نکند؛
- با صدای بلند صحبت نکند و سخنان درشت نگوید؛
- بیداری زیاد در شب و دیر خوابیدن، اندوه و غم برای زنی که می‌خواهد باردار شود ضرر دارد.^{۸۹}

۸. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۶۸ + ۱۷۰.

۸. نسل سالم، سودابه بیوس، ص ۱۷۷ + ۱۷۸.



منابع:

۱. ارتباط زن و شوهر در خانواده متعادل، فاطمه قاضی، ص ۱۱۰.
۲. اصول کافی، ج ۶، ص ۶۳۳.
۳. اعجاز طب و درمان، ص ۴۵۹.
۴. الأغراض الطبية و المباحث العلائیه، ص ۲۴۸؛
۵. اکسیر اعظم، ج ۳، ص ۵۸۴-۵۸۶.
۶. اگر فرزند باهوش می‌خواهید محسن احمدی، ص ۱۴.
۷. آداب زناشویی در عرصه مسائل جنسی، ص ۱۵۰-۱۵۴.
۸. آسیب شناسی شخصیت و محبوبیت زن، محمد رضا کوهی، ص ۲۷۷-۲۷۸.
۹. بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۳۷.
۱۰. تربیت فرزند از نظر اسلام، حسین مظاهری، ص ۳۹-۴۳.
۱۱. تهذیب الأحکام، ج ۷، ص ۴۱۴.
۱۲. حفظ الصحة ناصری، ص ۱۵۹-۱۶۰.
۱۳. حکمت نامه پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله وسلم (عربی)، ج ۷، ص ۲۱۸.
۱۴. خفی علائی (خف علائی یا الخفیة العلائیة)، متن، ص ۷۵؛
۱۵. دور ساختن هر گونه زیان از تن آدمیان، ص ۸۶.
۱۶. راز خوشبختی و اعجاز ازدواج، سید محمد شفیعی مازندرانی، ص ۴۷-۴۹.
۱۷. راز سلامتی، زیبایی، شادابی با نوشیدنی‌ها و عرقیات سنتی، سید ماشاءالله باطنی، ص ۱۱۲، ۱۴۴، ۱۹۳.
۱۸. شور زندگی، ج ۴: «سلامت عاطفی و جنسی از منظر طب سنتی ایرانی اسلامی»، زیر نظر استاد حکیم خیراندیش.
۱۹. طب اکبری، ج ۲، ص ۸۸۸.
۲۰. طب الرضا (طب و بهداشت از امام رضا علیه السلام)، ص ۲۹۲-۳۰۲.
۲۱. طب المفید جلد دوم طب الکبیر، ص ۵۲-۵۳.
۲۲. علل الشرائع، ج ۲، ص ۵۱۵.
۲۳. علم الأبدان، ص ۷؛ طب الرضا ص ۲۹۲-۳۰۲.
۲۴. قانون (ترجمه شرفکندی)، ج ۵، ص ۲۲۶-۲۲۷.
۲۵. کاربردهای مزاج شناسی در ازدواج و زناشویی، امیر حسین شه گلی، ص ۱۶-۲۴.
۲۶. کتاب قضاوت‌های حضرت علی علیه السلام.



۲۷. الکافی (ط - دارالحدیث)، ج ۱۱، ص ۱۳۵؛
۲۸. گلبرگ سلامت، ص ۲۱-۲۳.
۲۹. مجربات اکبری، ص ۱۸۸.
۳۰. مجموعه پیک شفا، ج ۶، ص ۵۵-۵۸؛
۳۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۲۲.
۳۲. معجزات درمانی گیاهان دارویی، ج ۲، ص ۴۳.
۳۳. المنصوری فی الطب (ترجمه)، ص ۲۶۵؛
۳۴. نامه زرین سلامت، ترجمه الرسالة الذهبیة منسوب به امام علی بن موسی الرضا علیه السلام، ص ۶۴-۹۶؛ طب الرضا (طب و بهداشت از امام رضا علیه السلام)،
۳۵. نسل سالم، سودابه بیوس، ص ۱۷۵-۱۷۷.
۳۶. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۵۱.
۳۷. هدایة الأئمة إلى أحكام الأئمة علیهم السلام، ج ۷، ص ۱۱۵.