

باروری پاک

فرزندپروری معنوی پیش از تولد

مؤلف: فاطمة مالک پور

مالک پور، فاطمه، ۱۳۳۶-

باروری پاک: فرزند پروری معنوی پیش از تولد / مؤلف: فاطمه مالک پور -

تهران: ورای دانش، ۱۳۸۳ ۱۲ص: مصور ۸۹۰۰ ریال: ISBN 964-5585-60-0

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

کتابخانه: ص. {۱۱۱}-۱۱۶

۱. تربیت خانوادگی (اسلام) ۲. آبستنی - جنبه های مذهبی - اسلام

۳. والدین و کودک الف. عنوان ب. عنوان: فرزند پروری معنوی پیش از تولد

۲۹۷/۶۴۴

BP ۲۵۳ / ۴/ م ۲

۲۸۱-۳۴۹۴۸

کتابخانه ملی ایران



انتشارات ورای دانش

نشانی: تهران - صندوق پستی ۹۷۸ - ۱۷۱۸۵

تلفن ۳۳۱۴۷۸۸ تلفکس ۳۳۰۵۱۱۵ همراه ۲۰۷۳۹۰۱-۰۹۱۲

E-mail: entesharatevarayedanesh@yahoo.com

عنوان کتاب: باروری پاک (فرزند پروری معنوی پیش از تولد)

مؤلف: فاطمه مالک پور

ویراستار: محمدعلی علیمردان

ناشر: انتشارات ورای دانش

طراح جلد: بهرام شامی - مهدیه مهرنیا

نوبت چاپ: اول، اردیبهشت ۸۴

لیتوگرافی: زمان

چاپ و صحافی: امیدوار

شمارگان: ۳۱۰۰ جلد

قیمت: ۸۹۰ تومان

شابک: ۹۶۴-۵۵۸۵-۶۰-۰: ISBN 964-5585-60-0

«حق چاپ محفوظ و در اختیار ناشر است»

پیشگفتار

به نام چاشنی بخش زبان‌ها حلاوت بخش معنی در بیان‌ها

شکرپاش زبان‌های شکر ریز به شیرین نکته‌های حالت‌انگیز

وحشی بافقی

پروردگارا، کریم، رحیم، ای معشوق عاشقان، ای امید امیدواران و
ای نجات گمراهان، کدام عاشق دلباخته به درگاه لطف آمد و به وصال
نرسید؟ کدام امیدوار به امید تو بود و طعم یأس چشید؟ و کدام گناهکار
به سویت بازگشت و لذت بخشش تو نبرد؟

عالمان عاشق در تمام مسیر حیات لحظه‌ای بی یاد تو به سر نبردند
و روی به سرایی جز سرای تو و کویی جز کوی عشق تو نیاوردند
اینان هرگز به آنچه حرامست چشم ندوزند و در پوشاک، اعتدال و
میانروی داشته و رفتارشان جز تواضع و فروتنی چیزی نیست.
گوش خود را وقف دانش با منفعت می‌کنند و دنبال صدایی جز آوای
محبوب نروند.

تنها اینان کاروان سالار انسانیت هستند و وجود این‌گونه
چهره‌های الهی، فروغ حیات انسان است و بدون آنها، آدمی جز در راه
ضلالت و شقاوت نخواهد افتاد.

الها! این ذره‌های بی‌مقدار، این نیازمندان سراپا عیب و این عمر بر

باد داده‌ها و روز و شب تباه کرده‌ها را، از آلودگی نجات بخش و
خلوص نیت را در همهٔ امور نصیبشان فرما،

خداوند! قلبمان را به نورت روشن کن و از زشتی‌ها به دورمان دار.
ای خدا! به این گرفتاران از راه مانده، معرفتی عطا کن تا زندگی، به
اعتدال سپری سازند.

خدای من! این شرمندگان ناتوان، به آرزوی با تو بودن قدم در راه
کسب علم نهادند و با درک قدرت در جهان آفرینش راه پیمودند و با
نیت توکل بر تو امیدوارند.

باشد که: به مدد خود تو، این الفاظ در سرتاسر زندگی بی‌مقدارمان
معنی خود را بیابند.

خداوند! تو را سپاس می‌گوییم که به ما نیروی اندیشیدن عطا
فرمودی تا در این غوغای خاکیان، راه رسیدن به محبوب را پیدا کنیم و
وسیله‌ای فرارویمان نهادی تا از طریق شناخت درد دردمندان به
محضر دوست راه یابیم. ترا در لحظه لحظهٔ این راه ستودیم و از این
طریق تعبّدت می‌کنیم. پس تو نیز این را بپذیر.

فاطمهٔ مالک پور

بهار ۸۴

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه	۱۱
تربیت چیست؟	۱۳
تربیت را از چه زمانی آغاز کنیم؟	۱۷
داشتن هدف در تشکیل خانواده	۲۱
افکار والدین هنگام رابطه والدینی	۳۳
رعایت مناسبت‌های مکانی و زمانی	۳۹
تأثیر نگرش مثبت والدین بر جنین	۴۳
پرهیزگاری و داشتن روحیه تقوای مادر	۴۹
تأثیر دعا و نیایش مادر در دوران بارداری بر کیفیت جنین	۵۹
شرایط عاطفی و روانی مادر در دوران بارداری	۶۹
رعایت مراقبت‌های بهداشتی در دوران بارداری	۷۷
تأثیر تغذیه مادر در دوران بارداری بر جنین	۸۹
تأثیر غذای مادر بر سلامت روحی جنین	۹۱
تأثیر غذای مادر بر ساختمان جسمی جنین	۹۹
تأثیر غذای مادر از نظر روایات بر جنین	۱۰۳

۱۰۷	برنامه غذایی مادر
۱۱۵	خلاصه گفتار
۱۱۸	فهرست کتب پیشنهادی برای مطالعه بیشتر
۱۱۹	فهرست منابع و مأخذ

www.ketab.ir

مقدمه

در تمامی جوامع، مکاتب و مذاهب مختلف، مسئله تربیت را به عنوان حقّی برای کودک ذکر کرده و برای آن حدودی تعیین نموده‌اند و سهل‌انگاری در امر تربیت را گناهی نابخشودنی دانسته‌اند.

مسئلاً والدین عهده‌دار امر تربیت هستند که باید جهت ادای این حق تلاش کنند البته اجتماع و دولت و مردم نیز در این زمینه وظیفه‌ای دارند ولی مسؤولیت اصلی تربیت به عهده والدین است.

پدر و مادر باید فرزندان خود را به نحوی شایسته پرورانند و وسائل و امکانات آن را فراهم سازند. نتیجه فرآیند تربیت، سازندگی و اصلاح آدمی است و در آن آفرینندگی یا خلق مجدد مطرح است.

پس هدف از تربیت این است که: انسان در همه ابعاد وجودی رشد یابد و به کمال برسد. برای رسیدن به این هدف، نیاز به مطالعات و بررسی‌های دقیق است. البته در این باره کتاب‌های زیادی نوشته شده است و پیشرفت‌هایی حاصل گشته و آنچه که تاکنون به دست آمده قابل توجه است ولی از آنجا که انسان ساختار بسیار پیچیده‌ای دارد. هنوز هم حتّی در بعد جسمی نکاتی مبهم مانده است. حال در بقیه ابعاد وجودی در اوّل راه هستیم و راه مطالعاتی زیادی در پیش است.

اینکه زمینه تربیت صحیح برای رشد یک انسان کامل و متعهد و متخصص را از چه وقت شروع کنیم؟ چه اعمالی را انجام دهیم؟ از

مباحثی است که علمای تعلیم و تربیت با توجّه به احادیث و روایات اسلامی و نتایج تحقیقات علمی به آن پرداخته‌اند و در این نوشتار به برخی از آنها پرداخته و اشاره‌ای داریم از جمله:

* نوع ازدواج والدین و هدف آنها از ازدواج از نظر مشروع یا غیر مشروع بودن، افکار والدین در هنگام تشکیل نطفه (امیدها و آرزوها و ...)، رعایت مناسبات مکانی و زمانی، تأثیر نگرش مثبت یا منفی والدین، پرهیزگاری و داشتن روحیه تقوی در مادر، تأثیر دعا و نیایش مادر و آرامش داشتن و یا اضطراب مادر، شرایط عاطفی و روانی مادر و رعایت مراقبت‌های بهداشتی و تأثیر غذای مادر در دوران بارداری بر جنین، امید است مورد استفاده والدین عزیزی که می‌خواهند فرزندی سالم تربیت نمایند، قرار گیرد و رسالتی را که به عهده دارند به خوبی ادا نموده و انسان‌هایی را تربیت کنند که دارای همه فضایل اخلاقی و انسانی باشند و در جهت تکامل و متعالی شدن گام بردارند.

ضمن تقدیر و تشکر از استاد بزرگوارم جناب آقای دکتر اسلامی که راهگشای من در گردآوری این نوشتار بودند از همسر و فرزندانم که مشوق و همراه من بودند دوست و خواهر عزیزم سرکار خانم رنجبر که در جمع‌آوری مطالب مرا یاری نمودند، قدردانی می‌نمایم.