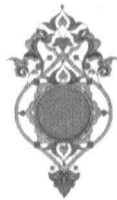


در مسیر خوشبختی

سبک زندگی زناشویی با رویکرد طب سنتی - اسلامی



سرشناسه: گودرز بروجردي، حسينعلي، ۱۳۶۲ -
عنوان و نام پديدآور: در مسير خوشبختي: سبک زندگی زناشویی با رویکرد طب سنتی - اسلامی /
مؤلف حسينعلي گودرز بروجردي؛ ويراستار علمي سيده زهرا ميرشريف.
مشخصات نشر: قم: انتشارات مشهور، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهري: ۱۵۲ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۸-۵۸۸-۸

وضعيت فهرست نويسی: فيبا
عنوان ديگر: سبک زندگی زناشویی با رویکرد طب سنتی - اسلامی.
موضوع: زناشویی (اسلام)

موضوع: Marriage — Religious aspects — Islam

موضوع: زناشویی — ارتباط — جنبه های مذهبی — اسلام

موضوع: Islam — Religious aspects — Communication in marriage

رده بندي كنگره: B۲۵۸/۵

رده بندي ديوي: ۲۹۷/۷۲۵

شماره كتابشناسي ملي: ۶۱۱۷۱۴۷



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران



انتشارات مشهور

در مسير خوشبختي

(سبک زندگی زناشویی با رویکرد طب سنتی - اسلامی)

مؤلف ■ حسينعلي گودرز بروجردي

ويراستار علمي ■ دكتور سيده زهرا ميرشريف

(جراح و متخصص زنان و نازايی، عضو انجمن جراحان ايران)

كنترل فني و ويراستار ادبي ■ مهندس عباس گودرز

طراح جلد و صفحه آرا ■ محمدرضا حامدي

حروفچين ■ محمدرضا عتيقه زاده

ناشر ■ مشهور

تاريخ و نوبت چاپ ■ بهار ۱۳۹۹ - اول

شابک ■ ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۸-۵۸۸-۸

تيراژ ■ ۲۰۰۰ جلد

قيمت ■ ۲۹۰۰۰۰ ريال

ايميل: zolfonoon۶۲@gmail.com

ثبت سفارش و پخش: ۰۹۱۹۵۴۴۹۱۶۷

كليه حقوق برای مؤلف محفوظ است

انتشارات مشهور

قم/ مجاور حرم مطهر/ مجتمع فرهنگي تجاري قدس/ طبقه پايين/ پلاک ۵

۰۹۱۹۵۴۱۰۰۸۵ / ۰۲۵- ۳۷۷۴۷۴۶۲



امروزه همه چیز کشور ما با هم جور است و تا یک شجاعت ادبی در نویسندگان ما پیدا نشود اصلاح آن نخواهد شد ... همه شنیدید در زمان تصدی رضا خان همین شاه کنونی به تیفوئید مبتلا شد در وقتیکه تمام دکترهای درجه اول کشور از درمان آن مأیوس شدند . طبیب طالقانی با دستور طب قدیم (طب سنتی اسلامی) او را علاج کرد. خوب بود با چنین امتحانی رضاخان باز مامداران آن روز به فکر این می افتاد که طب کشور خود ما نیز باید دست کم در حساب بیاید، لکن به قدری این ها خود را باختند و انگاره را از دست دادند که حاضر نشدند برای خود، جزئی (ذره ای) فضیلت قائل شوند .

هان ای نویسندگان! به خود آئید و از بی خردان نهرا سید و گفتنی ها را بگوئید و زندگی پر آشوب اروپا چشمتان را از حقایق نبندد و قدم هایی برای سعادت نسل آتی بردارید...



سبک زندگی : سخن لازم در این باره بسیار است. آن را به فرصتی دیگر وا می‌گذارم و به همین جمله اکتفا می‌کنم که تلاش غرب در ترویج سبک زندگی غربی در ایران، زیان‌های بی‌جبران اخلاقی و اقتصادی و دینی و سیاسی به کشور و ملت ما زده است؛ مقابله با آن، جهادی همه جانبه و هوشمندانه می‌طلبد که باز چشم امید در آن به شما جوانها است.

بیانیه گام دوم

۲۲ بهمن ماه ۱۳۹۷

فهرست مطالب

مقدمه مولف ۱۱

فصل اول: آئین همسریابی و همسر داری

۱-۱ ازدواج برای انشاء صورت انسانی ۱۹

۲-۱ بهترین و بدترین انتخاب همسر از منظر دین مقدس اسلام ۲۱

چند کلمه حرف حساب ۳۳

۳-۱ آئین همسر داری ۳۵

۱-۳-۱ شناخت مزاج و خصوصیات جسمی و روحی همسر ۴۱

- ۴۵..... ۲-۳-۱ مزاج شناسی زوجین (زن و مرد)
- ۴۵..... جدول تشخیص مزاج
- ۴۷..... ۳-۳-۱ شناخت مزاج غذاها و مصلح آن ها
- ۴۹..... جدول شناخت مزاج و مصلح غذاها
- ۵۵..... ۴-۳-۱ شناخت مزاج مناطق زیستگاهی
- ۵۶..... جدول شناخت مزاج مناطق
- ۵۸..... ۵-۳-۱ شناخت مزاج فصول سال
- ۵۸..... جدول شناخت مزاج فصل ها
- ۶۰..... ۶-۳-۱ شناخت مزاج شبانه روز
- ۶۰..... جدول شناخت مزاج شبانه روز
- ۶۲..... ۷-۳-۱ شناخت مزاج مراحل عمر
- ۶۲..... جدول شناخت مزاج سن
- ۶۳..... ۸-۳-۱ شناخت مزاج اعضاء
- ۶۶..... جدول مزاج اعضای بدن
- ۶۷..... جدول شناخت مزاج اعضای جنسی مردان
- ۶۷..... جدول شناخت مزاج جنسی زنان
- ۶۸..... نکات مهم:

فصل دوم: آداب همبستری - پیشگیری و درمان بیماری ها

- ۱-۲ آداب همبستری ۷۳
- ۲-۲ تشریح دستگاه جنسی (تولید مثل) مرد: ۷۵
- ۱-۲-۲ بیضه (Testis) ۷۵
- ۲-۲-۲ مجاری تناسلی ۷۶
- ۳-۲-۲ غدد تناسلی ۷۶
- ۳-۲ تشریح دستگاه جنسی (تولید مثل) زن: ۷۸
- ۱-۳-۲ بخش خارجی دستگاه تناسلی زن ۷۸
- ۲-۳-۲ بخش داخلی دستگاه تناسلی زن ۷۹
- ۴-۲ منافع مجامعت سالم و به موقع ۸۵
- ۵-۲ زیانهای مجامعت ۸۷
- ۶-۲ بیماری ها و مشکلات جنسی در مردان - پیشگیری و درمان ۸۸
- مشکل اول: اختلال در میل جنسی ۹۲
- مشکل دوم: اختلال در نعوظ ۹۴
- مشکل سوم: زود انزالی ۹۹
- مشکل چهارم: کوچکی آلت تناسلی ۱۰۱
- مشکل پنجم: تراکم پایین و کم بودن اسپرم ۱۰۵

مشکل ششم: عدم تحرک و سرعت لازم در اسپرم ۱۰۸

۷-۲ بیماری ها و مشکلات جنسی در زنان - پیشگیری و درمان ۱۱۰

مشکل اول: ناتوانی و عدم میل جنسی (سردی جنسی زنان) ۱۱۲

۱-۷-۲ مهم ترین نشانه های ناتوانی جنسی در زنان عبارتند از: ۱۱۲

مشکل دوم: ناتوانی تخمدان و کاهش تعداد تخمک ۱۱۴

فصل سوم: نکاتی در انشاء صورت انسانی و نسل پاک

نکاتی در آداب همبستری و انعقاد نطفه ۱۲۳

نکاتی در آداب و مراقبت های ایام بارداری ۱۳۰

نکاتی در آداب بچه داری و شیر دادن ۱۴۴

فهرست منابع: ۱۵۵

مقدمه مولف

تشکیل تمدن نوین اسلامی فرع بر تحقق سبک زندگی نوین اسلامی در متن جامعه است. بدون تردید عناصر اصلی تشکیل تمدن نوین اسلامی، انسانهای فعلیت یافته، موحد، انقلابی و تربیت شده در سایه تعالیم نورانی و آسمانی قرآن و عترت (علیهم السلام) است که این مهم خود متأخر از خانواده واجد خصایل و خصایص مذکور خواهد بود. به عبارت دیگر برای نائل شدن به تمدنی نوین و قدرتمند در گستره اسلام ناب محمدی (ص) می بایست جامعه ای تعالی یافته از زنان و مردان معتدل و نیکو سریرت داشته باشیم. بنا بر تعالیم و حیانی قرآن و عترت و معالم علمانی اکابر حکمت و معرفت، انسان در دو رحم ساخته و پرداخته می شود و از حضیض قوه به اوج فعلیت صیوریت پیدا می کند. اول رحم مادر و دوم رحم نشئه طبیعت. صله این دو رحم در حقیقت همان سبک زندگی نوین اسلامی است که امهات آموزه ها و دستورات دین مبین اسلام را اعم از اصول و فروع پوشش می دهد و یگانه رمز سعادت بشر و شکل گیری مدینه فاضله انسانی و تمدن نوین اسلامی است. سیر تکاملی انسان از مبداء جسمانیة الحدوث به مقصد روحانیة البقا و اتحاد وجودی با واجب الوجود بالذات در بستر این دو رحم و صله آنها شکل میگیرد و انسان بدون صله رحم و تعامل مسالمت آمیز با نشئه طبیعت، هرگز به چنین افتخاری نائل نمی گردد. رحم مادر و نشئه طبیعت در طول هم قرار دارند و هرگز چیزی احصاء و یافت نمی شود که این دو رحم را در مقابل هم به نحو تزاخم قرار

دهد. لذا اقتضای هر کدام مقتضای دیگری است و این بدان معناست که صله احکام این دو ساحت در مطلق شرایط و شوؤن انجام شدنی است و هرگز مانعه الجمع نیستند. سبک نوین زندگی اسلامی به انسان می آموزد که چگونه با عالم طبیعت ارتباط برقرار کند و نیز چگونه رحم زن را به عنوان اولین منزل تکامل در قوس صعود صله نماید. آموزه های این سبک کارآمد، همگی همسو با احکام تکوینی و تشریعی نظام خلقت است و بهترین مدل تربیتی برای انسان در این عصر پر دغدغه و وسوسه است. با التزام علمی و عملی به این سبک می توان به سعادت نهایی بشریت و تشکیل تمدن نوین اسلامی دست یافت. سعادت نهایی به تعبیر حکیم فارابی زمانی حاصل می شود که اجناس چهارگانه فضائل نظری، فضائل فکری، فضائل خلقی و صناعات عملی در متن جامعه و در میان همه آحاد مردم تحصیل و نهادینه شود و این مهم جز با صله دو رحم مذکور ممکن نخواهد بود. به عبارت دیگر؛ سعادت نهایی بشر در سایه حکومت مقتدر و تمدن نوین اسلامی رقم می خورد و تمدن نوین و مقتدر اسلامی بر پایه جامعه ای انسانی و تعالی یافته پی ریزی می گردد و ناگفته پیداست که جامعه مطلوب و در تراز حاکمیت توحیدی دین، زمانی شکل می گیرد که همه آحاد و افراد آن واجد ارزشهای جسمانی و حائز کمالات روحانی باشند، که طبعاً تربیت چنین عناصر ارزشمندی در بستر مستعد خانواده و از جدول وجودی پدر و مادر صورت می پذیرد.

انتخاب صحیح ← ازدواج سالم ← خانواده متعالی ← نسل طیب
← جامعه متکامل ← تمدن نوین اسلامی

دلیل تأکید فراوان آموزه های دینی و تعالیم سفرای الهی بر تشکیل درست خانواده و حفظ همه جانبه آن از این روست که این نهاد مقدس سرشت و سرنوشت انسان را از حیث سعادت و شقاوت شکل می دهد و هر کس بر مقتضای خانواده خویش مجبول است. خانواده سالم و در تراز قوانین الهی محصول ازدواج سالم و مترتب بر انتخاب صحیح همسر است که در نهایت به نسل آوری طیبه و جامعه سازی متکامل ختم می شود. اینک همه ملل و نحل می دانند که مهمترین رکن تمدن ساز در هر جامعه ای ازدواج صحیح و تشکیل خانواده سالم است و قهراً آنانی که اصالت را به عالم ماده و صفات حیوانی آن می دهند در مقابل این رکن صف آرای می کنند، همچنانکه تا پیش از این چنین کرده اند. به گواهی تاریخ از گذشته تا کنون، جبهه پلید خصم، عزم خبیثانه خود را جزم کرده است تا بنای نیکوی خانواده را بر مبنای جهالت که ما آن را حیوانیت مدرن می نامیم، پایه ریزی کند و پایه های محکم آن را با ترویج و اشاعه سبک غلط زندگی به تزلزل و ابتذال بکشاند. اقدامات وقیحانه و غیر انسانی این جبهه نامبارک درست در مقابل سبک زندگی نوین اسلامی است، یعنی هم طبیعت را با صنعت و تجدد تخریب می کند و موجب دور افتادن و فاصله انسان از آن می شود، و هم مقام زن و نقش شریف مادری را از جایگاه رفیع و توحیدی خود تنزل می دهد. سبک زندگی نوین اسلامی در مقابل این جریان انحرافی، اصالت را به عالم ماده نمی دهد، بلکه آن را وجودی غیر مستقل و بالغیر می داند که معد صیورت انسان از نقص به کمال و اتحاد با عالم معنا است. در هندسه معرفتی این سبک، با تمکین

قوانین خلل ناپذیر نشئه طبیعت، همه شوؤن انسان از جمله ضروریات ششگانه وی موسوم به سته ضروریه^۱ به نحو صحیح اجرا و پیاده می شوند و اولین کمال که اعتدال مزاج است برای زن و مرد به وجود می آید. اعتدال مزاج مهمترین ضرورت در کامیابی زوجین، حُسن همجواری و زیستن، حیات طیبه و نیز تعالی به مدارج عالی و معارج نامی است، که به تعبیر اکابر حکمت و معرفت مصداق عمل صالح است و این عمل صالح برای افراد خانواده و آحاد جامعه، حیات طیبه را به ارمغان می آورد. «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ»^۲

با این مقدمه، تقریر و نگارش پژوهشی کارآمد و آموزگار در این عرصه ضرورت می نمود، تا با تدقیق و تحقیق در منابع اصیل طبی و مصادر وثیق حکمی، کتابی روشمند و سودمند در حوزه خانواده و تدبیر منزل و نسل آوری طیبه به پویندگان مسیر کمال و سعادت ارائه دهد و بویژه برای زوج های جوان سبکی نوین در زندگی زناشویی تعریف و تقدیم نماید. نگارنده کمترین این سطور، شاکر الطاف و توفیقات خداوند حکیم است که براساس منابع متقن و معتبر طبی و حکمی، مفاد این نوشتار را استخراج، استنباط و تدوین نمود و پس از ویراستاری علمی و ادبی توسط اهل فن، آن را در مجموعه ای تحت

۱- سته ضروریه، شش امری است که مراعات و تدبیر آنها موجب حفظ صحت و اخلاص و اختلال آنها مورث امراض است. این شش امر عبارتند از: اول، هوا؛ دوم، اکل و شرب؛ سوم، احتباس و استفراغ؛ چهارم، یقظه و نوم؛ پنجم، حرکات و سکونات بدنیه؛ ششم، حرکات و سکونات نفسانیه.

عنوان "در مسیر خوشبختی" پیشکش ساحت مقدس ملت شریف ایران که به برکت اسلام ناب محمدی (ص) تشکیل دهنده تمدن نوین اسلامی هستند می نماید.

آداب همسریابی، آئین همسر داری، پیشگیری و درمان مشکلات و بیماریهای زناشویی، و نکاتی در انشاء صورت انسانی و تگون نسل پاک، شاه کلیدهای موفقیت و کامیابی در زندگی زناشویی محسوب می شوند و هر زن و مرد متعهدی به عنوان ارکان و عناصر اصلی جامعه متکامل و تمدن ساز، ضرورت دارد در این حوزه واجد مهارتهای وافیه و توانمندی کافی باشند. اکنون این کتاب در دستان شما خواننده گرامی، شوق خوانده شدن مطالبش را به جشن نشسته است، و سرمست و مشعوف از این است که سطر سطر صفحایش میزبان نگاه و برق چشمان انسانهای متکامل و خوشبخت قرار گرفته است.

در پایان به شکرانه این خدمت، پیشانی شکر و سپاس بر خاک پاک و ملکوتی آستان رفیع منزلت و جلیل مرتبت حضرت واجب الوجود بالذات می سایم، و سلام و صلوات بی پایان خود را به محضر باهرالنور ذوات مقدسه حضرات آل الله (علیهم السلام) که و سایط فیض الهی اند تقدیم می کنم، و پروان پاک و مطهر شهدای مکتب انسان ساز و تعالی بخش اسلام ناب محمدی (ص)، و مصلح سترگ قرن، کامل مکمل حضرت امام خمینی (ره) حمد و درود و تحیات وافره می فرستم. همچنین از همه عزیزان و سرورانی که نگارنده حقیر را در تألیف و ارائه این اثر یاری نمودند تقدیر و تشکر می کنم. بویژه از ویراستار محترمه علمی سرکار خانم دکتر میرشریف و ویراستار ادبی آقای

در مسیر خوشبختی... (بک زندگی زناشویی بارور کرد و طب سنتی - اسلامی)

مهندس عباس گودرز و صفحه آرا و طراح جلد برادر ارجمندم آقای
محمدرضا حامدی، مراتب سپاس و قدردانی را خالصانه بعمل می آورم و برای
همه این عزیزان عزت، سعادت و سلامتی روز افزون را از بارگاه لم یزلی
حضرت حق - جل و اعلی - مسئلت می نمایم.

وَ آخِرُ دَعْوَانَا أَنِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ .

حسینعلی گودرز بروجردی