

سلسله مباحث سبک زندگی اسلامی

زناشویی و بارداری

مهارت‌های تربیت کودک در سیره معصومین (علیهم‌السلام)

نویسنده: اکبر شعبانی

ناشر: قلم جوان

ویرستان: باباگل زاده

طراح گرافیک: رنجبران

نوبت: اول / ۱۳۹۲

شمارگان: ۵۰۰۰

قیمت: ۴۵۰۰ تومان

شماره سفارش کتاب:

۰۹۱۴۶۵۵۰۰۱۶

نشانی: قم، خیابان ارم، پلاک ۲۵۱

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۳۹۴۷۳

تلفکس: ۰۲۵-۳۷۷۴۱۷۴۲

۰۹۱۲۱۵۱۸۲۸۴



سرشناسه: شعبانی، اکبر، ۱۳۶۳

عنوان و نام پدیدآورنده: زناشویی و بارداری

/

مشخصات ناشر: قم: قلم جوان ۱۳۹۲،

مشخصات ظاهری: ۱۴۴ صفحه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۶۲۶-۲۰-۹ ISBN

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

یادداشت کتابخانه: ص ۱۴۴؛ همچنین به

صورت زیر نویس

موضوع: زناشویی (اسلام)

موضوع: زناشویی - روابط

موضوع: بارداری

رده بندی کنگره:

۷۹۷/۲۵۸/۵/ BP

رده بندی دیویی:

۲۹۷/۷۲۵

فهرست

فصل اول ۱۵

- آداب زناشویی ۱۵
- (۱) وضو گرفتن و نماز خواندن ۱۷
- (۲) دعا خواندن ۱۸
- (۳) آب‌آیینگی برای عروس ۱۹
- (۴) تغذیه هفته اول عروس ۲۰
- (۵) پنهانی بودن ۲۱
- (۶) «بسم الله» گفتن ۲۲
- (۷) غما کردن ۲۳
- (۸) دلاعه ۲۴
- علت مزاحبه ۲۵
- (۹) آمیزش در آخر شب ۲۷
- بحث پزشکی ۲۸
- (۱۰) بهترین ماه‌های آمیزش ۲۸
- (۱۱) بهترین روزهای آمیزش ۲۹
- (۱۲) وضو گرفتن برای آمیزش مجدد ۳۰
- (۱۳) عجله نکردن ۳۱
- (۱۴) آرامش قلب ۳۲

فصل دوم ۳۳

- بی توجهی والدین، ناقصی کودکان ۳۳
- (۱) جذام و تباه مغزی ۳۴
- (۲) فقیر، کوچک، حقیر و خوار ۳۴
- (۳) کز چشم (چی چشم) ۳۵
- (۴) لال شدن ۳۵

- ۵) کور شدن ۳۶
- ۶) ادرار کننده در بستر ۳۶
- ۷) شش یا چهار انگشتی ۳۷
- ۸) جَلَد و قاتل ۳۷
- ۹) تیره بخت ۳۷
- ۱۰) خون ریز ۳۸
- ۱۱) کوردل و ناخن خشک ۳۸
- ۱۲) بدشگون ۳۸
- ۱۳) یاورِ ستمگران ۳۹
- ۱۴) منافق، ریاکار و بدعت گذار ۳۹
- ۱۵) مرج کننده دارایی در غیر حق ۳۹
- ۱۶) بار هر سه مری که ۴۰
- ۱۷) شریک شدن شیطان در نطفهٔ فرزند ۴۰
- ۱۸) دیوانه ۴۱
- بحث پزشکی ۴۱
- ۱۹) فرزندى با حالات زنانه ۴۲
- ۲۰) زناکار و بی عفت ۴۲
- ۲۱) سقط شدن فرزند ۴۳
- ۲۲) زن صفت و باجگیر ۴۴
- ۲۳) ناقص الخلقه ۴۴
- ۲۴) دشمنى با اهل بیت علیهم السلام ۴۵
- ۲۵) زشت چهره بودن ۴۵
- بحث پزشکی ۴۸

فصل سوم ۵۱

- برنامه های معنوی برای فرزند دار شدن ۵۱
- الف) توصیه های معنوی فرزنددار شدن ۵۲

۵۲		(۱) دعای امام علی علیه السلام
۵۳		(۲) امام حسن علیه السلام
۵۴		(۳) امام سجاد علیه السلام
۵۵		(۴) امام باقر علیه السلام
۵۵		(۵) امام صادق علیه السلام
۵۶		(۶) استغفار از گناهان
۵۶		(۷) آیه «وَدَا النُّونُ»
۵۷		(۸) دستورالعمل امام باقر علیه السلام
۵۸		(۹) انگشتر فیروزه
۵۹		(۱۰) آب نیسان
۶۱		(۱۱) برنامه غذایی
۶۱		بحث پزشکی
۶۱		(۱۱) توسل به ائمه رضا علیهم السلام
۶۳		(۱۳) توسل به امام زمان علیه السلام
۶۴		(ب) توصیه‌های منصف بی‌سردار شدن
۶۴		دستورالعمل اول
۶۵		دستورالعمل دوم
۶۶		دستورالعمل سوم
۶۷		دستورالعمل چهارم
۶۷		دستورالعمل پنجم
۶۸		دستورالعمل ششم
۶۹		فصل چهارم
۶۹		تغذیه دوران بارداری
۷۰		تغذیه والدین قبل از آمیزش
۷۰		رهنمودهایی که باعث افزایش هوش جنین می‌شود
۷۰		(۱) کُندر خوردن
۷۱		(۲) شیر خوردن
۷۱		(۳) آخر شب نزدیکی کردن

- ۷۱ بحث پرسشی
- ۷۳ (۴) ۳۰ راه ساده برای افزایش بهره‌ی هوشی کودکان ۷۳
- ۷۳ در هنگام بارداری: ۷۳
- ۷۴ در شش ماهه نخست پس از تولد: ۷۴
- ۷۴ از شش ماهگی تا یک سالگی کودک: ۷۴
- ۷۶ رهنمودهایی که باعث خوش‌چهرگی کودک می‌شود: ۷۶
- ۷۶ (۱) خوردن خربزه با پنیر ۷۶
- ۷۷ (۲) به خوردن پدر ۷۷
- ۷۷ (۳) کاسنی خوردن پدر ۷۷
- ۷۸ (۴) انار شیرین خوردن پدر ۷۸
- ۷۸ نکته‌ها ۷۸
- ۷۸ (۵) کندر خوردن مادر ۷۸
- ۷۹ (۶) گلابی خوردن پدر و مادر ۷۹
- ۸۰ (۷) خوردن غذاهای که مفید برای کبد است ۸۰
- ۸۰ (۸) هلو خوردن ۸۰
- ۸۰ (۹) آب دریا ۸۰
- ۸۰ (۱۰) خوردن ۸۰
- ۸۱ رهنمودهایی که باعث خوش‌حلاقی و شجاع شدن کودک می‌شود ۸۱
- ۸۱ (۱) به خوردن مادر ۸۱
- ۸۱ (۲) کندر خوردن مادر ۸۱
- ۸۲ (۳) گلابی خوردن ۸۲
- ۸۲ رهنمودی که باعث بردباری و پاک شدن کودک می‌شود ۸۲
- ۸۲ خرما تازه ۸۲
- ۸۳ رهنمودهایی که باعث درشت‌استخوانی و قوی شدن کودک می‌شود ۸۳
- ۸۳ (۱) خوردن گوشت با تخم‌مرغ ۸۳
- ۸۴ (۲) قاووت خوردن (سویق) ۸۴

فصل پنجم ۸۵

- ۸۵ تغییرات مادر و جنین در دوران بارداری ۸۵
- ۸۶ حالات سه ماه اول بارداری زنان ۸۶

- ۸۶..... ماه اول؛ ماه حیات
- ۸۷..... ماه دوم؛ ماه چهره
- ۸۸..... ماه سوم؛ ماه تارهای صوتی
- ۸۸..... حالات سه ماه دوم بارداری زنان
- ۸۹..... ماه چهارم؛ ماه رویش مو
- ۸۹..... ماه پنجم؛ ماه حرکت
- ۹۰..... ماه ششم؛ ماه عضلات
- ۹۰..... حالات سه ماه سوم بارداری زنان
- ۹۱..... ماه هفتم؛ ماه اعصاب
- ۹۱..... ماه هشتم؛ ماه زیبایی
- ۹۲..... ماه نهم؛ ماه تولد
- ۹۲..... ناراحتی های شایع دوران بارداری
- ۹۲..... ۱. تهوع همراه با استفراغ یا بدون آن: (سه ماهه اول)
- ۹۳..... ۲. بکر ادرار: (سه ماهه اول و سوم)
- ۹۳..... ۳. خستگی و وابستگی: (سه ماهه اول)
- ۹۴..... ۴. یبوست: (سه ماهه اول، دوم، سوم)
- ۹۵..... ۵. تنگی نفس: (سه ماهه سوم)
- ۹۵..... ۶. زیاد شدن ترشحات مهبل (واژن): (در سه ماهه اول، دوم، سوم)
- ۹۶..... ۷. گرفتگی عضلات پا: (سه ماهه دوم، سوم)
- ۹۶..... ۸. کمردرد و پشت درد: (در سه ماهه دوم، سوم)
- ۹۷..... ۹. واریس: (سه ماهه، دوم، سوم)
- ۹۷..... ۱۰. درد کشاله ران: (سه ماهه دوم، سوم)
- ۹۸..... ۱۱. بی خوابی: (سه ماهه دوم، سوم)
- ۹۸..... ۱۲. سوزش سردل: (سه ماهه دوم، سوم)
- ۹۹..... ۱۳. خارش پوست شکم: (سه ماهه دوم، سوم)
- ۱۰۰..... ۱۴. احساس ضعف و سستی:
- ۱۰۰..... ۱۵. ویاړ:
- ۱۰۱..... علائم خطر در بارداری
- ۱۰۳..... فصل ششم

- ۱۰۳.....وضع حمل، رشد کودک بعد از تولد.....
- ۱۰۴.....وضع حمل.....
- ۱۰۶.....ضررهای عمل سزارین.....
- ۱۰۹.....برنامه های معنوی برای آسان شدن زایمان طبیعی.....
- ۱۰۹.....(۱) نوشتن اسماء اصحاب کهف.....
- ۱۰۹.....(۲) دستورالعمل امام صادق علیه السلام.....
- ۱۱۱.....(۳) دستورالعمل امام باقر علیه السلام.....
- ۱۱۱.....(۴) دستورالعمل دوم امام باقر علیه السلام.....
- ۱۱۲.....(۵) به همراه داشتن سوره آل عمران.....
- ۱۱۲.....(۶) خواندن سوره انشقاق.....
- ۱۱۳.....(۷) آماده سازی روانی مادر.....
- ۱۱۳.....(۸) ورزش:.....
- ۱۱۴.....الگوی رشد کودک از آغاز تولد تا یک سالگی.....
- ۱۱۴.....یک ماهگی.....
- ۱۱۴.....دو ماهگی.....
- ۱۱۴.....سه ماهگی.....
- ۱۱۵.....چهار ماهگی.....
- ۱۱۶.....پنج ماهگی.....
- ۱۱۶.....شش تا هفت ماهگی.....
- ۱۱۶.....هشت تا نه ماهگی.....
- ۱۱۷.....ده تا یازده ماهگی.....
- ۱۱۸.....دوازده ماهگی.....

۱۱۹.....فصل هفتم.....

- ۱۱۹.....سیره معصومان علیهم السلام هنگام تولد فرزندان.....
- ۱۲۰.....سیره معصومان علیهم السلام در بدو تولد فرزندان.....
- ۱۲۰.....(۱) نام گذاری کودکان.....
- ۱۲۱.....الف) از نام های اهل بیت علیهم السلام انتخاب شود.....
- ۱۲۲.....ب) از نام های پیامبران علیهم السلام باشد.....

- ج) نام‌گذاری فرزند قبل از تولد، انجام شود..... ۱۲۲
- د) نام‌گذاری پسر به اسم مبارک «محمد» تا هفت روز پس از تولد..... ۱۲۳
- ثمرات نام زیبای «محمد»..... ۱۲۳
- ه) از نام‌هایی باشد که حاکی از عبودیت و پیوند انسان با خداست..... ۱۲۵
- ی) نباید از نام‌هایی که شایسته خداوندند، باشند..... ۱۲۵
- ۲) بزرگ‌داشت تولد..... ۱۲۵
- ۳) غسل دادن نوزاد..... ۱۲۶
- ۴) کام‌بردستن کودک..... ۱۲۸
۱. تربت کربلا..... ۱۲۹
۲. آب فرات..... ۱۲۹
۳. خرما..... ۱۳۰
۴. آب گرم..... ۱۳۰
۵. عسل..... ۱۳۱
۶. آب باری..... ۱۳۱
۵. گفتن اذان و اقامه در گوش نوزاد..... ۱۳۲
- فواید اذان و اقامه گفتن..... ۱۳۳
- ۶) عقیقه کردن برای نوزاد..... ۱۳۴
- الف) گوسفند نر برای پسر و گوسفند ماده برای دختر قربانی شود..... ۱۳۵
- ب) روز هفتم باشد..... ۱۳۵
- ج) بهتر است گوشت قربانی برای خوردن مومنان باشد..... ۱۳۶
- د) هنگام عقیقه کردن، دعا بخوانند..... ۱۳۷
- ه) مستحباتی که بهتر است والدین رعایت کنند..... ۱۳۷
- ۷) تراشیدن سر و صدقه‌دادن برای او..... ۱۳۹
- حکمت تراشیدن..... ۱۳۹
- ۸) ختنه کردن نوزاد..... ۱۴۰
- کتابنامه..... ۱۴۱

دیباجه

دغدغه سال‌های تحصیلی من در حوزه، دربارهٔ مسائلی نظیر: «مهارت‌های انتخاب همسر»، «اخلاق خانواده»، «روانشناسی اسلامی»، «مهارت‌های تربیت کودک» و مانند این‌ها بود. به همین دلیل، به فراگیری تخصصی علوم حدیث رهنمون شدم، تا از مجرای آن به دغدغه‌هایم پاسخ درخوری بدهم؛ روایات معصومان علیهم‌السلام برای من همچون سخن نهایی و راه‌کار اساسی برای پیدا کردن شیوهٔ صحیح زندگی است، چرا که نشان از سوی کسی سخن می‌گویند که بشر را آفریده و به تمام جوانب و ابعاد زندگی او آگاه است. در آیهٔ ۷۹ سورهٔ «یس» آمده: «وَهُوَ بِكُلِّ خَلْقٍ عَلِيمٌ».

بعد از سفر مقام معظم رهبری - حفظه الله - به استان خراسان شمالی و سخنرانی معروف ایشان دربارهٔ «سبک زندگی اسلامی» بر آن شدم تا در این زمینه کار مناسبی انجام دهم و به مسائلی در این باره بپردازم. با این اقدام، هم می‌توانستم قدمی در راه اجرای فرامین ایشان بردارم و هم به دغدغه‌های اصلی خودم پاسخ دهم.

از موضوعات مرتبط با مسئله «سبک زندگی اسلامی»، مسائل مهم
زناشویی و بارداری است، موضوعی که هیچ کس در بااهمیت بودن آن
تردید ندارد.

پُر واضح است که دین اسلام دربارهٔ اموری که برای سعادت دنیوی
و اخروی بشر لازم است، برنامه دارد؛ لذا از این موضوع مهم نیز غافل
نشده و به طور مبسوط به آن پرداخته است. آیات قرآن و روایت
ائمّه علیهم السلام ما را در دستیابی به نظام یک پارچه‌ای از اخلاق زندگی کمک
می‌کنند بنابراین، محور اصلی مطالب این کتاب، قرآن و روایات
معصومان علیهم السلام است.

شایان ذکر است، کتاب «زناشویی و بارداری» برای تمامی افراد
جامعه (عموم مردم) تدوین شده است از این رو، سادگی و بی‌تکلفی در
نوشتار را سرلوحهٔ کار خود قرار دادم، تا همهٔ اقشار جامعه از این کتاب،
بهرهٔ کافی را ببرند.

امیدوارم، خداوند متعال این سعی و تلاش را بپذیرد و آن را ذخیرهٔ
قبر و قیامت قرار دهد!