

توصیه های معصومین علیهم السلام جهت به دنیا آوردن

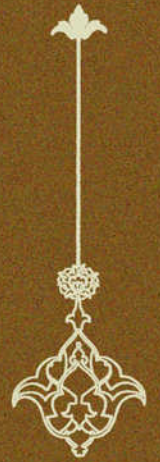
فرزند زیبا

زیبا سیرت

و



زیبا صورت



و محمد فاطمه علیهما السلام
و حسن علیهما السلام
و حسین علیهما السلام
و زینب علیها السلام
و علی بن ابی طالب علیهما السلام
علیهم السلام



خرما

خداوند متعال، در قرآن مجید، احوال حضرت مریم (علیها السلام) را در هنگام ولادت حضرت عیسی (علیه السلام) اینطور بیان فرموده است:

مریم به او [عیسی] آبتن شد و با او به مکان دورافتاده‌ای پناه جست (*) تا درد زایمان، او را به پناه تنه درخت خرمایی کشانید. گفت: «ای کاش، پیش از این مرده بودم و از یادها فراموش شده بودم» (*) پس، از زیر [پای] او [فرشته ای] وی را ندا داد که: غم مدار، پروردگارت زیر [پای] تو چشمه آبی پدید آورده است (*) و تنه درخت خرما را به طرف خود [بگیر و] بتکان، تا بر تو خرمای تازه فرو ریزد (*) پس تناول کن و بیاشام و دیده روشن دار... (سوره مریم: آیات ۲۲ تا ۲۶)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرموده است:

باید نخستین چیزی که زن تازه‌زا می‌خورد، خرما باشد؛ چرا که خداوند (عزوجل) به مریم فرمود: «و هُزِي الْيَكِ بِجَذَعِ النَّخْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَنِيًّا» (مریم، آیه ۲۵): تنه درخت را به سوی خود، تکان ده، تا بر تو خرمای تازه ای فرو ریزد. گفته شد: ای پیامبر خدا! اگر وقت خرما نباشد، چطور؟

فرمود: هفت خرما از خرمای مدینه؛ و اگر این نباشد، هفت خرما از خرمای شهر خودتان؛ زیرا خداوند (عزوجل) می‌گوید: «به عزت و جلال و عظمت و جایگاه والایی که دارم، سوگند، جز این نیست که اگر زن تازه‌زا، در همان روز که فرزند آورده است، خرما بخورد و آن فرزند، پسر باشد، پسری بردبار می‌شود و نیز اگر دختر باشد، دختری بردبار می‌شود».

(الکافی: ج ۶ ص ۴)

* در تهذیب الاحکام، به جای «پسری بردبار» و «دختری بردبار»، عبارت های «پسر با حکمت» و «دختر با حکمت» آمده است.

• امام علی (علیه السلام):

باردار، هیچ خوراکی نمی‌خورد و هیچ دارویی به کار نمی‌گیرد که برتر از خرمای تازه باشد. خداوند (عزوجل) به مریم فرموده است: «وهزى اليك بجدع النخلة تسقط عليك رطباً جنياً» (سوره مریم، آیه ۲۵ و ۲۶): ... (و تنه درخت خرما را به سوی خود تکان بده تا بر تو خرمای تازه فرو ریزد * پس، تناول کن و بیاشام و دیده روشن دار).

(الخصال: ص ۶۳۷ ح ۱۰)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

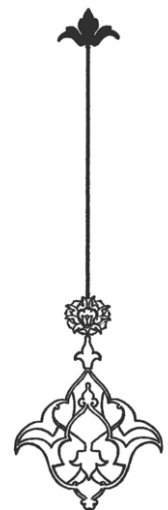
به زنان خود در دوره نزدیک زایمان، خرما بدهید؛ زیرا هر کس که در دوره نزدیک زایمان غذایی خرما باشد، فرزندش بردبار زاده خواهد شد. خوراک مریم، هنگامی که عیسی را زاد، همین بود، در حالی که اگر خدا غذایی بهتر از خرما برای او سراغ داشت، همان را به وی می‌خوراند.

(تاریخ بغداد: ج ۸ ص ۳۶۶ رقم ۴۴۶۵)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

چون زن فرزند به دنیا آورد، باید نخستین چیزی که می‌خورد، خرمای تازه باشد و اگر خرمای تازه در اختیار نبود، خرمایی دیگر؛ چرا که اگر چیزی برتر از آن وجود می‌داشت، خداوند آن را به مریم، هنگامی که عیسی (علیه السلام) را زاد، می‌خوراند.

(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۵۰۸ ح ۱۷۶۴)



• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

به زنان زائوی خود، خرماى تازه بدهید و اگر خرماى تازه نبود، خرماى دیگر. نزد خداوند، هیچ درختى عزیزتر از آن درخت که مریم (دختر عمران) در زیر آن فرود آمد، نیست.

(مسند ابی یعلی: ج ۱ ص ۲۴۱ ح ۴۵۱)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

به زن، در ماهی که فرزند به دنیا می‌آورد، خرماى تازه بدهید؛ چرا که در این صورت، کودک وی بردبار و پاک (پرهیزکار) خواهد بود.

(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۳۶۵ ح ۱۲۰۲)

• امام علی (علیه السلام):

«برنى»، بهترین خرماى شماست. آن را در دوره نزدیک زایمان، به زنان خویش بدهید تا فرزندانتان پاک و بردبار (به دنیا) آیند.

(الكافی: ج ۶ ص ۲۲ ح ۳)

* خرماى برنى: خرماى خشک زردرنگ؛ همان «خرماى زاهدی» معروف است، که احتیاج به آب خوردن دارد.

• امام صادق (علیه السلام):

به زنان خود در دوران زایمان، خرماى برنى بدهید تا فرزندانتان بردبار (حلیم) شوند.

(الكافی: ج ۶ ص ۲۲ ح ۵)

• امام صادق (علیه السلام):

به زنان خود در دوران زایمان، خرماى برنى بدهید تا فرزندان خویش را زیبا سازید.

(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۳۶۶ ح ۱۲۰۶)

حنا

• امام صادق (علیه السلام):

حنا کردن (خضاب کردن با حنا)، بدبویى عرق را از میان می‌برد، بر طراوت و تازگی چهره می‌افزاید، بوی دهان را خوش می‌سازد و فرزند را نکو می‌کند.

(الكافی: ج ۶ ص ۴۸۴ ح ۵)

احادیث دیگری از حنا:

• پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

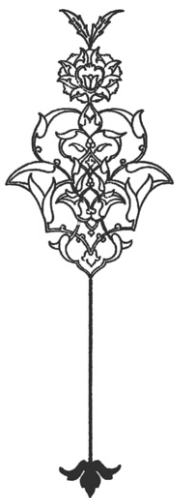
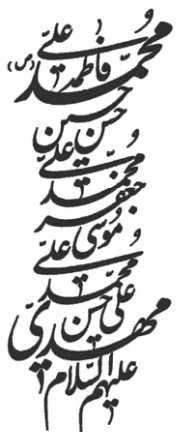
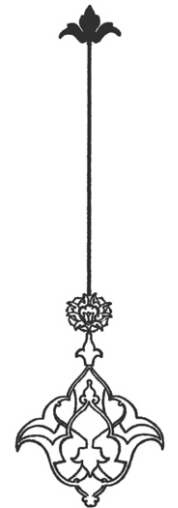
حنا، خضاب اسلام است؛ (ثواب) عمل مؤمن را می‌افزاید، سردرد را از میان می‌برد، چشم را تیزبین می‌کند، قدرت آمیزش را افزون می‌سازد، و مهتر گیاهان خوش بو در دنیا و آخرت است.

(طب النبى - صلی الله علیه و آله و سلم: ص ۱۰)

• پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

به حنا خضاب ببندید؛ چرا که دیده را جلا می‌دهد، مو را می‌رویاند، بو را خوش می‌سازد و همسر مرد را آرامش می‌بخشد.

(الكافی: ج ۶ ص ۴۸۳ ح ۴)



• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

«به» بخورید و به همدیگر هدیه دهید؛ چرا که چشم را جلا می دهد و محبت را در دل می رویند. به زنان باردار خود هم از آن بخورانید؛ چرا که فرزندان را نکو می سازد. (در روایتی دیگر است که: خوی فرزندان را نکو می سازد)
(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۳۷۲ ح ۱۲۳۰)

• امام کاظم (علیه السلام):

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم)، یک «به» را شکست و (پاره ای از آن را) به جعفر بن ابی طالب داد و فرمود: «بخور؛ چرا که رنگ را صفا می دهد و فرزند را نکو می سازد.»
(المحاسن: ج ۲ ص ۳۶۵ ح ۲۲۷۲)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

«به» بخورید، که دل را استواری و نشاط می بخشد، قلب را شجاعت می دهد و فرزند را نکو می سازد.
(کنز العمال: ج ۱۰ ص ۴۰ ح ۲۸۲۶۰)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

«به» بخورید؛ چرا که ذهن را افزون می سازد، سنگینی سینه را می برد و فرزند را نکو می کند.
(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۳۷۴ ح ۱۲۴۳)

• امام صادق (علیه السلام) در رهگذر بچه زیبایی را دید و فرمود: شایسته است که پدر این کودک در شب همبستری، میوه «به» خورده باشد.
(در کافی (ج ۶ ص ۲۲) آمده است: باید پدر این پسر، «به» خورده باشد.)
(مکارم الاخلاق)

• الکافی: به نقل از شرحبیل بن مسلم:

ایشان (معصوم علیه السلام) درباره زن باردار گفت: «به بخورد؛ در این صورت، فرزند او، خوش بوتر و خوش رنگ تر خواهد شد.»
(الکافی: ج ۶ ص ۲۲ ح ۱)

• امام صادق (علیه السلام):

هر کس ناشتا یک به بخورد، نطفه اش پاکیزه می شود و فرزندش نیکو می گردد.
(الکافی: ج ۶ ص ۳۵۷ ح ۳)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

به زنان باردار خود، «به» بدهید؛ چرا که خوی فرزندان را نکو می سازد.
(الدعوات: ص ۱۵۱ ح ۴۰۵)

• امام صادق (علیه السلام):

هر کس ناشتا «به» بخورد، خود و فرزندان آینده اش، زیبا صورت می شود.
(طب الائمه: ص ۱۰۴)

• امام صادق (علیه السلام):

میوه «به» را به زنان باردار خود بخورانید، که آن اطفال شما را زیبا می کند. (... فانه یحسن اولادکم)
(مکارم الاخلاق)



محمد فاطمه علیهما السلام
و محمد بن علی
و موسی علیهما السلام
محمد بن علی
علیهم السلام



کاسنی

• امام صادق (علیه السلام) فرمود: کاسنی، سرور سبزیجات است. ایشان به مردی فرمود: بر تو باد خوردن کاسنی! چرا که قدرت جماع و آمیزش را افزوده و جنین را نیکو می گرداند و طبع آن گرم است و موجب می شود فرزند در رحم مادر، پسر باشد. (طب الاثمه: ص ۱۱۵)

• امام صادق (علیه السلام):
بر تو باد کاسنی؛ چرا که آب (منی) را افزون می سازد و فرزند را نکو می کند. گرم و ملین است و پسرزایی را بیشتر می کند. (الکافی: ج ۶ ص ۳۶۳ ح ۶)

احادیث دیگری از کاسنی:

• امام علی (علیه السلام):
کاسنی بخورید، که هیچ صبحی نیست مگر این که قطره ای از بهشت بر آن فرو می افتد. چون خواستید این را بخورید، قطره های آب را از رویش فرو متکانید. (الکافی: ج ۶ ص ۳۶۳ ح ۸)

• امام صادق (علیه السلام):
کاسنی، نکو سبزی ای است. هیچ برگی از آن نیست که قطره ای از بهشت بر آن نباشد. آن را بخورید و به گاه خوردن، متکانید. پدرم (علیه السلام) ما را نهی می فرمود که به هنگام خوردن کاسنی، آن را بتکانیم. (الکافی: ج ۶ ص ۳۶۳ ح ۴)

کندر

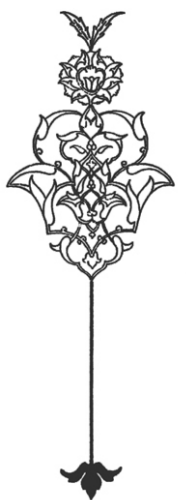
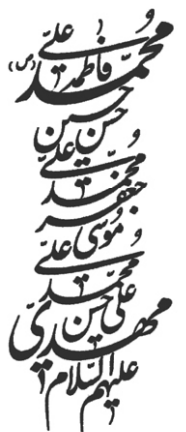
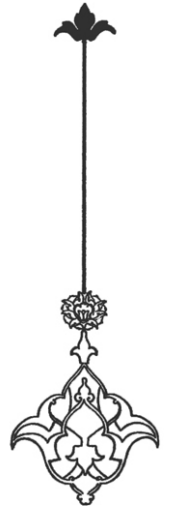
• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):
به زنان آبستن خود، کندر بدهید؛ چرا که عقل کودک را افزون می کند. (مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۴۲۳ ح ۱۴۳۹)

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):
به زنان باردار خود، کندر بخورانید؛ زیرا اگر کودک در شکم مادر با کندر تغذیه شود، قلبش استحکام و عقلش فزونی می یابد. پس اگر مردینه (مذکر) باشد، دلیر باشد و اگر ماده زاده شود، سترگ (بزرگ) سرین گردد و بدین سبب، نزد همسر خویش، برخوردار باشد. (الکافی: ج ۶ ص ۲۳ ح ۶)

• امام رضا (علیه السلام):
به زنان باردارتان، کندر نر بدهید. در این صورت، اگر آنچه در شکم زن است، پسر باشد، بیدار دل، آگاه و دلیر می گردد، و اگر دختر باشد، روی و خوی وی نکو می شود و سرین او سترگ می گردد و نزد همسرش بهره می یابد. (الکافی: ج ۶ ص ۲۳ ح ۷)
(در «تهذیب الاحکام» و «مکارم الاخلاق»، کلمه «نر» نیامده است و فقط به کندر اشاره شده است)

حدیث دیگری از کندر:

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمود: با کندر، بدن را چرب کنید؛ چرا که این بهره ای بیشتر برای شما نزد زنانان ایجاد می کند. (الفردوس: ج ۱ ص ۹۱ ح ۲۹۵)



خریزه با پنیر

• رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم):

هیچ زن بارداری نیست که خربزه با پنیر بخورد، مگر آن که کودکش خوش روی و خوش خوی شود.

(بحارالانوار: ج ۶۲ ص ۳۹۹)

احادیث دیگری از خربزه:

- پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) خیار را با نمک، و خربزه را با پنیر می خورد.
- امام رضا (علیه السلام): خوردن خربزه در حالت ناشتا، بدن را فلج می کند که از آن به خدا پناه می برم. (کافی: ج ۶، ص ۳۶۱)
- مناقب آل ابی طالب (علیه السلام): به نقل از محمد بن صالح خثعمی: تصمیم داشتم در نامه ای به امام عسکری (علیه السلام)، درباره خوردن خربزه در حالت ناشتا ... بپرسم؛ اما این پاسخ از او به من رسید: «خربزه را نباید در حالت ناشتا خورد؛ زیرا سست اندامی می آورد.» (المناقب، ابن شهر آشوب: ج ۴ ص ۴۲۸)
- رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): خربزه را به دندان بکش و آن را قطعه قطعه نکن. خربزه میوه ای است خوش و خجسته که مایه ی پاکی دهان است و تقدس بخش دل. دندانها را سفید می کند؛ خداوند را خوشنود می گرداند؛ بویش از عنبر، آبش از کوثر، گوشتش از فردوس، لذتش از بهشت، و خوردنش عبادت است. (بحارالانوار: ج ۶۲ ص ۲۹۶)
- رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): بر شما باد خربزه؛ چرا که در آن، ده ویژگی است: خوراک است؛ نوشیدنی است؛ شست و شو دهنده است؛ خوش بوکننده است؛ مثانه را می شوید؛ شکم را می شوید؛ آب کمر را فراوان می سازد؛ نیروی همبستری را می افزایش؛ سردی مزاج را از میان بر می دارد؛ و پوست را تمیز می کند. (طب النبوی - صلی الله علیه و آله و سلم: ص ۸)

انار

• الکافی: به نقل از عمرو بن ابراهیم، از خراسانی:

خوردن انار شیرین، آب مرد را افزون می کند و فرزند را نکو (زیبا) می سازد.

(الکافی: ج ۶ ص ۳۵۵ ح ۱۷)

* علامه مجلسی می گوید: ظاهراً خراسانی، کنایه از امام رضا (علیه السلام) است و به سبب تقیه، با این نام از ایشان یاد شده است. (بحارالانوار: ج ۶۶ ص ۱۶۴)

• امام صادق (علیه السلام):

به کودکان خود انار بخورانید؛ زیرا جوانی آنها را زودتر شکفته می سازد.

(وسائل: ج ۱۷ ص ۱۲۱)

• امام علی (علیه السلام):

به کودکان خود انار بخورانید که آن باعث می شود زبانشان زودتر باز شود.

(بحارالانوار: ج ۶۶ ص ۱۵۵)

احادیث دیگری از انار:

- امام صادق (علیه السلام): انار را به پیه آن بخورید؛ چرا که معده را می پالاید و ذهن را افزون می کند. (الکافی: ج ۶ ص ۳۵۴ ح ۱۲)
- امیر مؤمنان در سفارشی به صعصعة بن صوحان در هنگام خوردن انار فرمودند: آن را با پیشبش بخور؛ چرا که زردشدگی دندانها و بدبویی دهان را می برد و انسان را پاک می سازد. (المحاسن: ج ۲ ص ۳۵۶ ح ۲۲۳۷)
- * پیه انار: سپیدی ای است که در درون انار است و دانه ها بر آن تعبیه شده است. (لغت نامه دهخدا)



سویق

• طب الائمه (علیهم السلام): به نقل از بکیر بن محمد:
نزد امام صادق (علیه السلام) بودم. مردی به او گفت: ای پسر پیامبر خدا! فرزند، زاده می‌شود، اما در او کم عقلی و سستی (ضعف) است. حضرت پرسید: «چه چیزی تو را از سویق، باز داشته است؟ آن را بخور و همسرت را نیز بدان فرمان ده؛ چرا که گوشت را می‌رویاند، استخوان را استحکام می‌بخشد و سبب می‌شود که جز فرزندان قوی از شما زاده نگردد.» (طب الائمه: ص ۸۸)

* سویق: به آن در فارسی قدیم، «پست» گفته می‌شد. امروز به آن «قاووت» یا «پوره» می‌گویند. غالباً به معنای آرد حبوبات بریان شده و بو داده شده می‌باشد؛ لیکن این واژه، گاه در مورد غیر حبوبات (مانند برخی میوه ها یا تره بار) نیز کاربرد دارد. واژه «سویق»، در صورتی که در روایات، همراه با قیدی (مانند جو، عدس و ...) نباشد، به معنای «سویق گندم» است؛ از میان همه سویق ها، استفاده از سویق گندم و سویق جو، بیشتر است و از این دو نوع سویق که بگذریم، دیگر انواع سویق، به عنوان غذا مصرف نمی‌شوند و (تنها) مصرف دارویی دارند.

احادیث دیگری از سویق:

• امام صادق (علیه السلام):

به کودکان در خردسالی شان سویق بدهید؛ چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را استحکام می‌بخشد.
(المحاسن: ج ۲ ص ۲۸۸ ح ۱۹۴۱)

• المحاسن: به نقل از بکر بن محمد ازدی:

عیثمه، در حالی که پسر خویش را به همراه داشت بر امام صادق (علیه السلام) وارد شد.

امام صادق (علیه السلام) به او فرمود: «چرا می‌بینم تن فرزندت، نحیف است؟» گفت: او بیمار است.

امام (علیه السلام) به او فرمود: «به او سویق بخوران؛ چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را استحکام می‌بخشد.»

(المحاسن: ج ۲ ص ۲۸۸ ح ۱۹۴۰)

گوشت با تخم مرغ

• امام کاظم (علیه السلام):

هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد، بر توان جنسی او افزوده شود و هر کس گوشت با تخم مرغ بخورد، استخوان فرزندش درشت باشد.
(مکارم الاخلاق: ج ۱ ص ۴۲۵ ح ۱۴۵۱)

احادیث دیگری از گوشت با تخم مرغ:

• پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): گوشت با تخم مرغ، بر توان جنسی می‌افزاید.

(دعائم الاسلام: ج ۲ ص ۱۴۵ ح ۵۱۱)

• امام صادق (علیه السلام): یکی از پیامبران، از کمی فرزندان به درگاه خداوند (عزوجل) شکایت برد. خداوند فرمود:

«گوشت با تخم مرغ بخور.»
(الکافی: ج ۶ ص ۳۲۵ ح ۳)

و صلی الله علی سیدنا محمد و آله الطاهرين

