

اهمیت بعد سلامت معنوی در بارداری

إِنَّ الْوَلَدَ الصَّالِحَ رِيحَانَةٌ مِنْ رِيَّاحِينَ الْجَنَّةِ: فرزند صالح، ریحانه ای از ریاحین بهشت است.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم

اسلام تمام ابعاد و تمایلات روحی و جسمی انسان و نیز عوامل مادی و معنوی موثر بر وجود او را مورد توجه قرار داده و متناسب با آن مقررات ویژه ای را وضع نموده است. یکی از مهمترین عواملی که در تشکیل شخصیت فرد نقش دارد توجه به نخستین مرحله رشد یعنی زمانی که نطفه در حال شکل گرفتن است.

در اسلام، فرزند، عین خود انسان است و هر چه که از صلاح و فساد در آینده او رقم بخورد عین صلاح و فساد است که برای خود انسان رقم می خورد؛ بنابراین هر تلاشی برای به ثمر نشاندن «نسلی صالح»، عین تلاش برای اصلاح امور خود انسان خواهد بود «: إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِنَفْسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا: اگر نیکی کنید؛ به خود نیکی کرده اید و اگر بدی نمایید؛ به خودتان بدی کرده اید.

اولین مسئله، رعایت تقوا و ترک محرمات توسط پدر و مادر و پرهیز از غذای حرام در زمان به وجود آمدن نطفه و قرار گرفتن در رحم و مراقبت های غذایی دوران می باشد. در دین مقدس اسلام، غذا هم از لحاظ مادی بررسی می شود و هم از لحاظ معنوی. درست است که غذای مسموم موجب اختلالاتی در دستگاه های بدن فرزند می شود ولی حرام تاثیر بدتری در روح و روان فرزند می گذارد اگر در تشکیل نطفه و رشد جنین تغذیه حرام وجود داشته باشد تاثیرات غیر قابل انکاری بعد از تولد بر کودک از لحاظ رفتاری و شخصیتی دارد. از این رو بسیار سفارش شده که والدین غذای حلال و طیب استفاده کنند و از غذای حرام و حتی غذای مشکوک پرهیز نمایند. امام علی علیه السلام خطاب به کمیل می فرمایند: ای کمیل، زبان از قلب سرچشمه می گیرد و قلب نیز از غذای انسان. پس به آنچه قلب و جسم خود را به آن تغذیه می کنی، توجه کن که اگر حلال نباشد، خداوند متعال نه تسبیح تو را می پذیرد و نه شکر تو را

در زندگانی رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) دیده می شود که برای انعقاد نطفه حضرت زهرا (علیها السلام) به امر خداوند پس از چهل روز عبادت و روزه داری، با غذایی که از بهشت آورده شد افطار کرد، آنگاه نطفه حضرت زهرا (علیها السلام) منعقد شد. شاید با تأسی از همین سنت حسنه باشد که عده ای از بزرگان سفارش می کنند که والدین پیش از بچه دار شدن روزه بگیرند یا عبادت خاصی را انجام دهند.

پدران و مادرانی که آرزومند فرزند سالم و عاقل هستند لازم است تمام قوانین تکوین را از نظر جسمی و روانی عملاً مراعات نمایند. هر عیب و انحرافی که در فرزندان پدید می آید، و لو کوچک و ناچیز باشد، معلول یک یا چند تخلف از قوانین کون و سنت های الهی است.

لازم است هرگاه زوجین تصمیم به فرزند آوری گرفتند علاوه بر انجام مراقبت های پیش از بارداری در مراکز ارائه خدمات (دولتی یا خصوصی) به مشاور و یا کتب مذهبی معتبر نیز مراجعه و از دستورات ارزنده و ناب الهی برای تربیت نسل پاک و مومن بهره بگیرند. چرا که اصل هرانسانی روح اوست که جاودانه و باقی است و جسمش مرکب و ابزاری است برای روح تا مدتی کوتاه از آن جهت کسب کمالات انسانی استفاده نماید، سپس آن را ترک کرده و به زندگی جاودانه نزد معبود ادامه دهد، بنا براین بسیار ضروری است که والدین در کنار انجام توصیه های بهداشتی درمانی به این مقوله نیز با جدیت اهتمام بورزند.

برخی از این دستورات:

- ✓ مهمترین توصیه : انجام واجبات و ترک محرمات
- ✓ مراقبت از نماز اوّل وقت
- ✓ تلاوت قرآن
- ✓ زیارت و شرکت در مجالس اهل بیت (علیهم السّلام)
- ✓ داشتن وضو به صورت دائم
- ✓ گفتگو با جنین و مرور عقاید مذهبی شیعه برای وی قبل از تولد
- ✓ توجه به حلال و حرام بودن لقمه
- ✓ دعا برای داشتن نسلی صالح
- ✓ صدقه دادن

منابع :

۱. کتاب ریحانه بهشتی یا فرزند صالح نوشته سیما مخبر با همکاری جمعی از خواهران حوزه علمیه، نشر نورالزهرا(س)، ۱۳۸۲ چاپ صدو دوم
۲. کتاب راز تولد فرزند سالم و صالح، نوشته جلیل جعفریان و مهدی فتحی ، نشر مصلی، ۱۳۹۰
۳. سایت طب شیعه

معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی زنجان

مدیریت جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس

گروه سلامت مادران