



# แด่หนุ่มสาว ที่พร้อมจะมีคู่

ชื่อหนังสือ : การเลือกคู่ครอง  
เขียนโดย : อาเยตุลลอฮ์อิบรอฮีม อามีน  
แปลโดย : เซกษัยบุลลอฮ์ดีน ฟินดี

**ราคา 80 บาท**

...หนังสือเล่มนี้ได้รับการเรียบเรียงขึ้นด้วยจุดประสงค์เพื่อช่วยเหลือคนหนุ่มสาวในการเลือกคู่ครอง รวมทั้งเพื่อให้ทราบถึงข้อควรปฏิบัติต่าง ๆ ก่อนการสมรสเป็นที่ประจักษ์ว่า บิดามารดาของคนหนุ่มสาวที่กำลังคิดถึงความสุขในอนาคตของบุตรของตนเองย่อมจะได้รับประโยชน์อย่างเต็มเปี่ยมจากหนังสือเล่มนี้ และผู้เขียนได้รับคุณานุปการจากแนวทางคำสอนอันอมตะของท่านศาสดา (ศ) ผู้ทรง เกียรติและบรรดาอิมาม(อ) ผู้บริสุทธิ์ ผู้อ่าน จะได้รับประโยชน์จากประสบการณ์ในการ ดำเนินชีวิตของครอบครัวหลาย ๆ ครอบครัว ทั้งที่ประสบ ความสำเร็จในการดำเนินชีวิต และล้มเหลวซึ่งจะช่วยให้ผู้อ่านได้ตรวจสอบ ถึงเหตุแห่งความแตกแยกไม่ลงรอยกัน ซึ่งในที่สุดก็คือ การหย่าร้าง...

สภาพติดต่อสั่งซื้อที่ :  
สถาปนิบदार วุหลิลบยิต(อ)  
ตุ้ ๒๒. 7-200 กรุงเทพมหานคร 10700  
หรือ ศูนย์วัฒนธรรม  
สถานเอกอัครราชทูตสาธารณรัฐอิสลาม  
แห่งอิหร่าน ประจำประเทศไทย

แก้คำผิดในหนังสือ "การเลือกคู่ครอง" หน้าที่ 40 ย่อหน้าที่ 2 บรรทัดที่ 1 จากข้อความ "ในการสมรสแบบถาวรนั้น ค่าเลี้ยงดูและค่าใช้จ่ายของสตรีไม่ได้ตกเป็นภาระของฝ่ายชาย" แก้เป็น "ในการสมรสแบบถาวรนั้น ค่าเลี้ยงดูและค่าใช้จ่ายทั้งหมดของสตรีตกเป็นภาระของฝ่ายชาย แต่ในการสมรสแบบชั่วคราวนั้น ค่าเลี้ยงดูของฝ่ายหญิงไม่ได้ตกเป็นภาระของฝ่ายชาย"



# อบรมเด็กอย่างไร ?

# ให้เป็นมุอ์มิน

อาเยตุลลอฮ์อิบรอฮีม อามีน

ตอนที่ 5 **ครอบครัว**

# เริ่มบทบาท แห่งการเป็นแม่

ท่านศาสดา(ศ)กล่าว  
ว่าความไพบูลย์พูนสุข  
ของทุกคนนั้นจะเริ่มมีผล  
ตั้งแต่อาศัยอยู่ในมดลูก  
ของแม่ ในช่วงการเป็นตัว  
อ่อนนั้นเป็นช่วงที่ละเอียด  
อ่อนมาก และต้องมีความ  
รับผิดชอบสูง ฉะนั้นสตรีที่  
รับรู้ถึงภาระหน้าที่ ๆ สำคัญ  
ของตนต่อการตั้งครรภ์  
จะต้องไม่เพิกเฉยละเลย  
แม้แต่นิดเดียว มิฉะนั้น  
อาจจะเจ็บไข้ได้ป่วย ทำให้  
เด็กไม่สมบูรณ์หรือ  
พิการตลอดชีวิต.....



ขณะที่ตัวสเปิร์มของผู้ชายได้เข้าไป  
ในมดลูกและผสมกับไข่ของฝ่ายหญิง  
สถานภาพความเป็นแม่ก็จะเริ่มทันทีใน  
ตัวผู้หญิง และจะปรากฏสิ่งมีชีวิตขึ้นมา  
ในมดลูกพร้อมทั้งพัฒนาตัวของมันเอง  
ไปสู่ความสมบูรณ์อย่างรวดเร็ว เริ่มจาก  
เล็ก จนกระทั่งเป็นรูปมนุษย์อย่าง  
สมบูรณ์ เมื่อนั้นอายุของมนุษย์ที่แท้จริง  
ได้เริ่มนับทันที

มีนักวิชาการท่านหนึ่งได้เขียนว่า

“ขณะที่มนุษย์ได้ถือกำเนิด อายุของ  
เขาก็ผ่านไปได้ 9 เดือนแล้ว แม้ว่า 9  
เดือนแรกก็ตาม มันก็ผ่านอายุขัยไปช่วง  
หนึ่งแล้ว และเป็นช่วงที่มีอิทธิพลต่อ  
ชะตาชีวิตของเขาได้ ผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ก็  
จะเป็นแม่ของเด็กที่อยู่ในครรภ์ ต้องรับ  
ผิดชอบต่อเขาที่กำลังเติบโตอยู่ในมดลูก  
ตามหลักเกณฑ์ทางพันธุกรรมยีนของพ่อ  
จะถ่ายทอดให้กับลูกซึ่งผ่านมาจากบรรพ  
บุรุษมีผลต่อทางร่างกายและจิตใจ แต่

ความเป็นจริงในอนาคตสิ่งมีชีวิตนี้จะอยู่  
ภายใต้อิทธิพลของแม่พอสมควร เชื่อ  
อสุจิของพ่อก็จะถ่ายทอดยีนจากบรรพ  
บุรุษให้ มดลูกของแม่ก็เป็นสถานที่พักตัว  
และสภาพแวดล้อมก็มีอิทธิพลต่อตัวเขา  
มากเช่นกัน”

นักวิชาการท่านหนึ่งเขียนว่า พ่อแม่  
สามารถที่จะเลี้ยงลูกให้อยู่ในตักก็ได้หรือ  
อยู่ในมุขที่เปียกชื้น แต่มันเป็นที่ ๆ ไม่  
เหมาะสมต่อการที่จะอบรมจิตวิญญาณ  
ของความเป็นมนุษย์ ฉะนั้น พ่อแม่จึงมี  
ภาระรับผิดชอบที่ยิ่งใหญ่

สุขภาพแข็งแรง หรือ เจ็บไข้ได้ป่วย  
มีสมรรถภาพ หรือไร้สมรรถภาพ ชี้อหู่  
หรือสวยงาม มีความฉลาดปราดเปรื่อง  
หรือโง่งเงา ไร้มารยาท หรือมีจรรยา  
มารยาทที่ดีนั้น ทุกคนจะถูกบ่มฟักตั้งแต่  
อยู่ในมดลูกของแม่ โชคจะดีหรือโชค  
ร้ายของเด็กจะถูกถ่ายทอดมาจากมดลูก  
ของแม่

ท่านศาสดา(ศ)กล่าวว่า ความ  
ไพบูลย์พูนสุขของทุกคนนั้นจะเริ่ม  
มีผลตั้งแต่อาศัยอยู่ในมดลูกของแม่  
ในช่วงการเป็นตัวอ่อนนั้น เป็นช่วงที่  
ละเอียดอ่อนมาก และต้องมีความรับผิด  
ชอบสูง ฉะนั้น สตรีที่รับรู้ถึงภาระหน้าที่ ๆ  
สำคัญของตนต่อการตั้งครรภ์ จะต้องไม่  
เพิกเฉย ละเลยแม้แต่นิดเดียว มิฉะนั้น  
อาจจะเจ็บไข้ได้ป่วย ทำให้เด็กไม่สม  
ประกอบ หรือพิการตลอดชีวิตต้องทน  
ทุกข์ทรมานทางร่างกายและจิตใจ

นักวิชาการได้กล่าวว่า :

“ร่างกายของแม่เมื่อได้รับอุบัติเหตุ  
จะมีผลต่อการเจริญเติบโตของทารกใน  
มดลูก สภาพเช่นนี้ทารกจะรู้สึกว่สภาพ  
มดลูกมีการเปลี่ยนแปลง และมีความ  
อ่อนไหวมากกว่าตอนที่สมบูรณ์เต็มตัว  
แล้ว ด้วยเหตุนี้สตรีมีหน้าที่ต้องตระ  
เตรียมบ้านหลังแรกของเขาด้วยสภาพ  
ที่ดี สตรีจะทำหน้าที่ได้ดีก็ต่อเมื่อล่วงรู้

ถึงผลต่อการเจริญเติบโตที่จะเกิดขึ้นกับทารก ทั้งวิตกกังวลว่า อย่าให้ทารกผิดปกติ การหลงลืมหรือละเอียดไม่สามารถที่จะเยียวยาหรือช่วยเหลืออะไรได้ แม้ว่าการเรียนรู้ประสบการณ์ของสตรีต่อการทะนุถนอมทารกในครรภ์ตลอดระยะเวลา 9 เดือน หรือหลังคลอดจะครบถ้วนสมบูรณ์ทั้งหมด แต่ว่าพ่อแม่ทุกคนก็หวังที่จะให้ลูกของตัวเองเกิดมาสมบูรณ์ตามธรรมชาติ ผู้ที่มีประสบการณ์ คือผู้อาวุโสต้องรับหน้าที่ดูแลให้คำปรึกษา เพราะว่าการไม่รู้ไม่สามารถที่จะยับยั้งอุบัติเหตุทางธรรมชาติได้ ความไม่รู้จะทำให้มนุษย์มีชีวิตอยู่ด้วยความทุกข์ยาก การเกิดมาโดยไร้ข้อบกพร่อง ถือว่าเป็นสิทธิอันแรกของมนุษย์ทุกคน



## อาหารของแม่ มีอิทธิพลต่อทารก

ทารกแม้ว่าจะไม่เป็นอวัยวะส่วนหนึ่งของแม่ แต่ก็มาจากเลือดเนื้อและการย่อยอาหารมาจากแม่ จนเจริญเติบโตเต็มตัว อาหารสำหรับคนมีครรภ์จะต้องเป็นอาหารที่สมบูรณ์และสามารถเลี้ยงร่างกายได้อย่างพอเพียง ให้พลังกำลังขณะเดียวกัน ทารกก็จะรับสารอาหารจากแม่เพื่อนำไปสร้างส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย จนกระทั่งเจริญเติบโต และนำพลังงานมาใช้อย่างเต็มที่

ด้วยเหตุนี้ อาหารของคนมีครรภ์จะต้องเลือกสรรได้อย่างถูกต้อง ถ้าขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดจากสารอาหาร หรือวิตามิน อาจทำให้ร่างกายอ่อนแอหรือไม่สบายได้ และอาจมีผลต่อทารกถึงขั้นที่ไม่สามารถแก้ไขอะไรได้ อิสลามจึงให้ความสำคัญกับสตรีมีครรภ์โดยอนุญาตให้ละศีลอดในเดือนรอมะฎอนได้ และไปถือศีลอดใช้ภายหลัง

สถิติของเด็กที่พิการไม่สมบูรณ์ประกอบ 80 % คือมีข้อบกพร่องทางการเจริญ

เติบโตด้านสมองและร่างกาย ซึ่งสตรีมีครรภ์รับประทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์ ดร. ญะซาอริ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านสารอาหาร กล่าวว่า

“ความสมบูรณ์ปราศจากโรคภัยของแม่และทารก ขึ้นอยู่กับอาหารที่รับประทานในตอนมีครรภ์”

นักวิชาการกล่าวว่า ผลของการวิจัยสรุปว่า สารอาหารมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อทารกในครรภ์ และในช่วงที่ตีมนม เพื่อนำสารอาหารไปเลี้ยงและเพิ่มปริมาณเซลล์ต่าง ๆ ตามร่างกาย

ยังกล่าวอีกว่า :

ความผิดปกติของเด็กเนื่องจาก ไข่ที่ดีแต่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี หรือไข่ที่ไม่ดีอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี ผู้ที่มีร่างกายไม่สมบูรณ์เป็นจำนวนมากเป็นผลที่ถ่ายทอดมาจากการประพฤติปฏิบัติ นั่นเอง หรือขาดออกซิเจนในขณะที่มีครรภ์เหล่านี้ ล้วนเป็นสาเหตุที่ทำให้ร่างกายไม่สมบูรณ์ประกอบได้

ท่านอิมามศอดิก(อ) กล่าวว่า

“อาหารของทารกมาจากสิ่งที่แม่ได้กิน และดื่ม”

## อาหารของแม่มีอิทธิพลต่อจรรยา มารยาทของทารก

การรับประทานอาหารของแม่ในช่วงระหว่างตั้งครรภ์มีผลอย่างมากต่อนิสัยจรรยา มารยาท และระดับของสติปัญญา เพราะสมองของทารกจะสร้างจากสารอาหารของแม่ อาหารแต่ละชนิดก็มีผลเฉพาะของมัน อิสลามกล่าวไว้อย่างชัดเจน เช่น

ท่านศาสดา (ศ) กล่าวว่า

“สตรีที่มีครรภ์ในช่วงเดือนท้าย ๆ ของการตั้งครรภ์ต้องกินอินทผลัม เพื่อให้บุตรมีจรรยา มารยาทที่ดีงามและอดทน”

ท่านศาสดา (ศ) กล่าวว่า

“จงแนะนำบรรดาสตรีมีครรภ์ให้กินลูก ‘เบะฮ์’ (ผลไม้ชนิดหนึ่งมีมากในอิหร่านและประเทศอาหรับ) เพื่อให้บุตรของพวกเขาท่านมีจรรยา มารยาทที่ดีงาม”

ท่านอิมามอะลี ริฎอ(อ) กล่าวว่า

“การกินลูก ‘เบะฮ์’ จะทำให้มีปัญญามากขึ้น” ❀