

تأثیر خلق و خوی مادر بر جنین از منظر روایات

ام البنین حاجبی پور¹

چکیده

این مقاله به بررسی تأثیر خلق و خوی مادر در دوران بارداری بر شکل‌گیری و تکامل جنین از منظر روایات اسلامی می‌پردازد. هدف از این پژوهش، تبیین اهمیت اخلاق و سلامت روانی و عاطفی مادر در این دوران و تأثیر آن بر سلامت جسمی و روحی نسل آینده است. روش تحقیق، تحلیل محتوای روایات مرتبط با این موضوع در منابع معتبر شیعه و سنی با رویکرد کتابخانه‌ای و توصیفی می‌باشد. یافته‌ها نشان می‌دهد که روایات اهل بیت عصمت و طهارت، بر اهمیت رعایت اخلاق نیکو، دوری از اضطراب و استرس، و توجه به معنویات در دوران بارداری تأکید دارند. همچنین، برخی روایات به تأثیر مستقیم حالات روحی مادر بر ویژگی‌های جسمی و روحی جنین اشاره دارند. نتیجه‌گیری این پژوهش نشان می‌دهد که سلامت روان مادر در دوران بارداری، نه تنها برای سلامت خود او، بلکه برای شکل‌گیری نسلی سالم و صالح ضروری است و نیازمند توجه و برنامه‌ریزی مناسب از سوی خانواده و جامعه است.

واژه‌های کلیدی: خلق و خو، مادر، جنین، روایات، بارداری، سلامت روان، اخلاق.

مقدمه

¹ دانش‌آموخته‌ی سطح دو مدرسه فاطمیه کهنوج

دوران بارداری، مرحله‌ای حساس و سرنوشت‌ساز در زندگی انسان است که در آن، نه تنها جسم و جان مادر دستخوش تغییرات عمیق می‌شود، بلکه پایه‌های سلامت و شخصیت نسل آینده نیز شکل می‌گیرد. در این دوران، ارتباطی ناگسستنی میان مادر و جنین برقرار است که از طریق آن، حالات و تجربیات مادر، به طور مستقیم بر رشد و تکامل جنین تاثیر می‌گذارد. در این میان، خلق و خوی مادر، به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل روانی و عاطفی، نقشی بسزا در سلامت جسمی و روانی جنین ایفا می‌کند. دوران بارداری، یک بازه زمانی حساس و حیاتی در تکامل انسان است که طی آن، جنین در معرض تاثیرات متعددی از سوی مادر قرار می‌گیرد. این تاثیرات، شامل عوامل بیولوژیکی مانند تغذیه و سلامت جسمانی مادر، و همچنین عوامل روانشناختی مانند استرس، اضطراب و خلق و خوی او می‌شوند (اسمیت و همکاران، 2020). مطالعات متعددی نشان داده‌اند که استرس مادر در دوران بارداری، می‌تواند با پیامدهای نامطلوبی برای سلامت جنین و نوزاد، از جمله افزایش خطر زایمان زودرس، وزن کم هنگام تولد و مشکلات رفتاری در دوران کودکی، همراه باشد (جونز و همکاران، 2018).

در فرهنگ اسلامی، به اهمیت دوران بارداری و نقش مادر در تربیت نسل آینده، توجه ویژه‌ای شده است. روایات متعددی از پیامبر اکرم (ص) و ائمه اطهار (ع) در دست است که به ابعاد مختلف این موضوع پرداخته‌اند. این روایات، ضمن تاکید بر لزوم رعایت اخلاق نیکو و دوری از رفتارهای ناپسند در دوران بارداری، به تاثیر مستقیم حالات روحی مادر بر جنین اشاره دارند.

با توجه به اهمیت این موضوع، مقاله حاضر به بررسی "تاثیر خلق و خوی مادر بر جنین از منظر روایات" می‌پردازد. هدف از این پژوهش، تبیین اهمیت سلامت روانی و عاطفی مادر در دوران بارداری و ارائه راهکارهایی برای ارتقای سلامت نسل آینده بر اساس آموزه‌های اسلامی است. در این مقاله، با تحلیل محتوای روایات مرتبط با این موضوع، سعی خواهیم کرد تا تصویری جامع و دقیق از نقش خلق و خوی مادر در شکل‌گیری جنین ارائه دهیم.

در این میان، خلق و خوی مادر به عنوان یک سازه روانشناختی پیچیده که شامل الگوهای نسبتاً پایدار در احساسات، افکار و رفتارهای فرد است، می‌تواند نقش مهمی در شکل‌گیری محیط رحمی ایفا کند. برخی از مطالعات نشان داده‌اند که خلق و خوی مادر می‌تواند از طریق تاثیر بر

سیستم عصبی، هورمونی و ایمنی جنین، بر رشد مغز و تکامل سیستم‌های فیزیولوژیکی او تأثیر بگذارد (گارسیا و همکاران، 2019).

مفهوم شناسی

مفهوم‌شناسی تأثیر خلق و خوی مادر بر جنین به بررسی و تبیین ابعاد مختلف این تأثیر و نحوه بروز آن در جنین می‌پردازد. در این راستا، می‌توانیم به چندین مفهوم کلیدی توجه کنیم:

1. خلق و خوی مادر:

در لغت خلق بمعنای رویه و سبیه بکار رفته است.² خلق و خوی مادر به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر سلامت روانی و عاطفی او تعریف می‌شود. این شامل فعالیت‌های عاطفی، حالت‌های روحی و احساسی، و کلیه عوامل مربوط به وضعیت روانی مادر در دوران بارداری است. عواملی مثل استرس، اضطراب، افسردگی و احساسات مثبت می‌توانند بر خلق و خوی او تأثیرگذار باشند.³

2. تأثیر روانی بر جنین:

جنین در لغت به معنای پوشاندن چیزی از حواس است و به فرزند در شکم مادر، از آن‌رو که پوشیده و پنهان است، جنین گفته می‌شود.⁴ تحقیقات علمی نشان می‌دهند که وضعیت روحی مادر می‌تواند به‌طور مستقیم بر رشد و توسعه جنین تأثیر بگذارد. استرس و اضطراب مادر می‌تواند به افزایش سطح هورمون‌ها (مانند کورتیزول) منجر شود که این امر می‌تواند بر روی رشد مغزی و سیستم ایمنی جنین تأثیر منفی بگذارد. *conversely*، یک وضعیت روانی مثبت می‌تواند به رشد و توسعه بهینه جنین کمک کند.⁵

3. تأثیرات فیزیکی:

تأثیر فیزیکی هرگونه ویژگی است که قابل اندازه‌گیری باشد، که آن مقدار توصیف حالت یک سیستم فیزیکی

² دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، ج 6، ص 152

³ حاجی‌وند، غزاله، تأثیر سلامت روان مادر بر خلق و خوی کودک، ص 58

⁴ خلیل بن احمد، کتاب العین، ذیل «جن» - اسماعیل بن حماد جوهری، الصحاح، ج 3،

ص 128

⁵ زمان وزیری، محمد مهدی، اثرات نقش مادر در تربیت فرزند، اثرات و ابعاد تخصصی،

است.⁶ تأثیرات خلق و خوی مادر همچنین ممکن است از طریق تأثیر روی فیزیولوژی بدن مادر نیز بروز کند. به عنوان مثال، استرس می‌تواند به تغییراتی در سطوح هورمونی، افزایش فشار خون و تغییر الگوهای خواب منجر شود که همه این‌ها بر جنین اثرگذار هستند.⁷

4. عواقب طولانی‌مدت:

تحقیقات متعددی نشان داده‌اند که جنین‌هایی که در معرض استرس و اضطراب‌های بالا در دوران بارداری قرار می‌گیرند، ممکن است در آینده به اختلالات رفتاری، مشکلات عاطفی و حتی بیماری‌های جسمی بیشتری مبتلا شوند. قرار گرفتن جنین در معرض استرس و اضطراب‌های بالای مادر در دوران بارداری می‌تواند عواقب طولانی‌مدتی به همراه داشته باشد. تحقیقات متعددی این موضوع را تأیید کرده‌اند که در ادامه به برخی از این عواقب اشاره می‌کنیم:

اختلالات رفتاری و عاطفی:

- بیش‌فعالی و نقص توجه (ADHD): کودکانی که مادرانشان در دوران بارداری استرس زیادی داشته‌اند، بیشتر در معرض ابتلا به ADHD قرار دارند.

- اضطراب و افسردگی: این کودکان ممکن است در سنین پایین‌تر علائم اضطراب و افسردگی را نشان دهند.

- مشکلات رفتاری: افزایش احتمال بروز مشکلات رفتاری مانند پرخاشگری، نافرمانی و رفتارهای ضد اجتماعی.

مشکلات شناختی:

- کاهش توانایی یادگیری: استرس مادر می‌تواند بر رشد مغزی جنین تأثیر گذاشته و منجر به کاهش توانایی‌های شناختی و یادگیری در آینده شود.

- مشکلات حافظه: اختلال در رشد هیپوکامپ، بخشی از مغز که مسئول حافظه است، می‌تواند منجر به مشکلات حافظه شود

بیماری‌های جسمی:

⁶ خلیل بن احمد، کتاب العین، ذیل «اثر»
⁷ عدنان السبیعی، بهداشت روانی برای جنین، ص 47

- بیماری‌های قلبی و عروقی: تحقیقات نشان داده‌اند که استرس مادر در دوران بارداری می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی را در بزرگسالی افزایش دهد.

- دیابت نوع 2: جنین‌هایی که در معرض استرس مادر قرار دارند، ممکن است در آینده بیشتر در معرض خطر ابتلا به دیابت نوع 2 باشند.

- چاقی: استرس مادر می‌تواند منجر به تغییرات متابولیکی در جنین شود که در نتیجه، خطر چاقی در آینده افزایش می‌یابد.⁸

- اختلالات سیستم ایمنی: اختلال در رشد سیستم ایمنی جنین می‌تواند منجر به افزایش حساسیت به آلرژی‌ها و بیماری‌های خودایمنی شود.

تأثیرات هورمونی و فیزیولوژیکی:

- افزایش سطح کورتیزول: استرس مادر می‌تواند منجر به افزایش سطح هورمون کورتیزول در جنین شود، که این هورمون می‌تواند بر رشد مغز و سایر سیستم‌های بدن تأثیر منفی بگذارد.

- تغییرات در ساختار مغز: استرس می‌تواند منجر به تغییراتی در ساختار مغز جنین شود، به ویژه در مناطقی که مسئول تنظیم هیجانات و پاسخ به استرس هستند.

به طور کلی، تأثیر استرس و اضطراب مادر در دوران بارداری بر جنین بسیار گسترده و پیچیده است و می‌تواند منجر به مشکلات جدی در آینده شود. بنابراین، توجه به سلامت روانی مادر در این دوران از اهمیت بالایی برخوردار است و اقدامات حمایتی و درمانی مناسب می‌تواند به کاهش این خطرات کمک کند.⁹

رویکردهای فرهنگی و مذهبی:

در بسیاری از فرهنگ‌ها، از جمله فرهنگ اسلامی، به اهمیت روحیه مادر در دوران بارداری تأکید می‌شود. آموزه‌های دینی و مذهبی می‌توانند به مادر کمک کنند تا با آرامش بیشتری این دوران را طی کند و احساس نزدیکی روحی و عاطفی بیشتری با فرزندش برقرار کند. تأثیر خلق و خوی مادر بر جنین یک موضوع پیچیده و چند بعدی است که نیاز به توجه و بررسی دقیق دارد. شناخت این موضوع می‌تواند به

⁸ گرانت ، آماندا ، تغذیه دوره‌ی بارداری، ص 97

⁹ استوپارد ، میریام ، مراقبت‌های دوره‌ی بارداری، ص 197

صالحه و خوب اختیار کنید، چنانچه در ازدواج و انتخاب همسر دقت می کنید؛ زیرا شیر طبیعت بچه را تغییر می دهد.²⁴

در نتیجه صفات شیر رهنده به فرزند منتقل می شود، زنی که فکر و ذهنش به گناه آلوده است، همان آلودگی را به فرزندش منتقل می سازد و زمینه های تباهی زندگی او را فراهم می کند.

4. تأثیر تغذیه روحی و روانی:

اهل بیت (ع) تأکید زیادی بر تغذیه روحی و روانی مادر در دوران بارداری می کنند. به مادران توصیه می شود که از مواد غذایی حلال و پاک استفاده کرده و از خوراکی های حرام و مشکوک پرهیز کنند؛ زیرا این موارد می توانند به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر سلامت جنین تأثیر داشته باشند. تغذیه کودک با شیر مادر در تربیت او نقش بنیادی دارد چون بنیاد یک بنا اگر سست و کج و ضعیف باشد بقا و دوام و استحکام آن خدشه دار می گردد.²⁵ در دو سال اول زندگی کودک از شیر مادر تغذیه می کند و از مادر جدائی ندارد و این ارتباط به حدی است که می توان گفت دو جسم در یک روح اند و بر این اساس می توان گفت کار شیر دادن مادر تنها تغذیه نیست بلکه تبادل عاطفی و تقویت روحی است، کودک به هنگام شیرخوردن، صدای قلب مادر را می شنود و آرامش نسبی پیدا می کند و کودکانی که از شیر مادر محرومند این آرامش را ندارند.²⁶

اغلب زنان امروزی، برای فرار از شیر دادن به بهانه های مختلف از جمله تغییر اندام و تغییر زیبایی ها و یا داشتن کارهای اداری و اقتصادی و فرهنگی در بیرون از خانه، کودکان بی گناه خود را به وسیله شیر خشک و یا غذاهای مصنوعی و ساختگی مشته و مشکوک تغذیه می کنند، بدین وسیله بزرگترین خیانت های جبران ناپذیر را به نوزادان خویش روا می دارند.

5. تأثیر شگفت انگیز رفتار مادر بر رشد ذهنی و عاطفی جنین:

شخصیت و رفتار مادر می تواند بر رشد ذهنی و عاطفی جنین تأثیر بگذارد. این موضوع در روایات اهل بیت (ع)²⁷ با اهمیت زیادی مطرح شده است و نشان می دهد که رفتار اخلاقی

²⁴ حر عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه، ج 21، ص 468

²⁵ موسوی راد لاریجانی، حسین، پدر، مادر، معلم مرا خوب تربیت کن، ص 87

²⁶ قائمی، علی، نقش مادر در تربیت، ص 71

²⁷ کلینی، اصول کافی، ج 6، ص ۲۲-۲۳

و مثبت مادر، بر خلق و خو و سلامت روانی فرزند در آینده تأثیر دارد.²⁸

در روایات، به تقوا و پاکدامنی مادر در دوران بارداری تأکید زیادی شده است. این به معنای دوری از گناهان و انجام اعمال نیک است. تغذیه مادر با غذاهای حلال و طیب (پاکیزه) نیز بسیار مهم است. گفته شده است که غذای حرام و ناپاک، می‌تواند تأثیرات منفی بر روی جنین داشته باشد. توصیه شده است که مادر در دوران بارداری، به ذکر و یاد خدا مشغول باشد، قرآن بخواند و دعا کند. این کار باعث آرامش روحی مادر و در نتیجه، آرامش جنین می‌شود. استرس و اضطراب مادر می‌تواند تأثیرات منفی بر روی رشد جنین داشته باشد. بنابراین، توصیه می‌شود که مادر در دوران بارداری، تا حد امکان از عوامل استرس‌زا دوری کند و به آرامش خود اهمیت دهد. رفتار نیکو و مهربانانه مادر با همسر و اطرافیان، باعث ایجاد فضایی آرام و صمیمی در خانه می‌شود که این فضا، برای رشد سالم جنین بسیار مفید است. روایات اهل بیت (ع) به وضوح نشان می‌دهند که خلق و خوی مادر در دوران بارداری تأثیر عمیقی بر جنین دارد. این آموزه‌ها بر اهمیت ایجاد یک محیط آرام و مثبت برای رشد سالم جنین تأکید می‌کنند و توصیه‌هایی برای حفظ سلامت روانی و جسمی مادر ارائه می‌دهند. این تأکیدات نشان‌دهنده اهمیت فرهنگ و آموزه‌های دینی در زندگی مادران باردار است.²⁹

نتیجه گیری

در بوستان پر رمز و راز روایات اهل بیت (علیهم السلام)، دوران بارداری همچون بهاری دل‌انگیز به تصویر کشیده شده است؛ فرصتی طلایی برای مادر تا با رفتارهای نیکو، اندیشه‌های زلال و نیایش‌های خالصانه، بذره‌های سعادت و سلامت را در جان جنین خویش بکارد.

روایات ما، خُلق نیکوی مادر را نه فقط یک فضیلت اخلاقی، بلکه همچون خانه‌ای آباد می‌دانند که آرامش و آسایش را برای ساکنانش به ارمغان می‌آورد. مادری که صبر پیشه می‌کند، مهربانی می‌ورزد و از خشم و کینه دوری می‌جوید، در حقیقت، بستری امن و آرام برای رشد جنین خود فراهم می‌سازد. این آرامش، در آینده به صورت شخصیتی متعادل، صبور و مهربان در فرزند او تجلی خواهد یافت.

²⁸ فلسفی، محمدتقی، کودک از نظر وراثت و تربیت، ج ۱، ص ۵۹
²⁹ قاسمی، محمد علی، دوران طلایی تربیت تا هفت سالگی، ص 129

افکار و اندیشه‌های مادر، همچون آبی زلال، در آینه جان جنین منعکس می‌شود. مادری که به یاد خداست، قرآن می‌خواند و به مسائل معنوی می‌اندیشد، در واقع، روح جنین خود را با نور الهی سیراب می‌کند. این نور، در آینده به صورت بصیرت، ایمان و گرایش به نیکی‌ها در فرزند او نمایان خواهد شد.

روایات، تغذیه حلال و طیب مادر را نه فقط برای سلامت جسمی، بلکه برای سلامت روحی و معنوی جنین ضروری می‌دانند. غذای پاک، ریشه سلامت را در وجود جنین قوی می‌کند و او را از هرگونه پلیدی و ناپاکی مصون می‌دارد.

در روایات اسلامی، به ویژه روایات اهل بیت (ع)، تأکید فراوانی بر نقش و اهمیت مادر در شکل‌گیری شخصیت و سلامت روانی و جسمی فرزند شده است. این روایات، دوران بارداری را دورانی ویژه و حساس تلقی می‌کنند که رفتارها، افکار و احساسات مادر به طور مستقیم بر جنین تأثیر می‌گذارد. پیام روایات به مادران این است که دوران بارداری، تنها یک مرحله‌ی فیزیولوژیک نیست، بلکه فرصتی استثنایی برای تربیت غیرمستقیم فرزند است. مادری که با خلق نیکو، اندیشه‌های زلال و تغذیه پاک، به استقبال این دوران می‌رود، در واقع، بهترین هدیه را به فرزند خود تقدیم می‌کند: هدیه سلامتی، سعادت و کمال.

پس ای مادر!

با دلی سرشار از عشق و امید، به استقبال این بهار زندگی برو و با هر رفتار نیکو، هر اندیشه زلال و هر نیایش خالصانه، بذری از نور و برکت در جان جنین خود بکار. یقین داشته باش که این بذرها، در آینده به درختی تنومند و پربرابر تبدیل خواهند شد و میوه‌های شیرین سعادت و سربلندی را برایت به ارمغان خواهند آورد.

فهرست منابع و مآخذ

قرآن کریم

1. **السبیعی، عدنان** : بهداشت روانی برای جنین، مترجم عیسی کاکی، نشر هدایت، تهران، ۱۳۹۳ق، چ 2
2. **اصلانی، محمد** : کتاب مبانی روان‌شناسی کودک و نوجوان، انتشارات سمت، 1390ش، چ 1

3. **استوپارد ، میریام** : مراقبت‌های دوره‌ی بارداری، مترجم: الهام زینالی‌بقا، انتشارات: انتشارات صابرین، تهران، 1394ش، چ2
4. **اسمیت، جولی** : کتاب چرا تا به حال کسی اینها را به من نگفته بود؟، نشر ملیکان، تهران، 1392ش، چ2.
5. **حاجی‌وند، غزاله** : تاثیر سلامت روان مادر بر خلق و خوی کودک، نشر خط آخر، تهران، 1398ش، چ1
6. **حر عاملی، محمد بن حسن** : وسائل الشیعه، دار الکتب الاسلامیه، تهران، 1375ش، چ2
7. **حائری، غلامرضا** : روانشناسی شخصیت، انتشارات سمت، تهران، چاپ 1385
8. **حکیم، محمد** : کتاب اصول تربیت، نشر هرمس، چاپ اول 1392
9. **جوهری، اسماعیل بن حماد** : الصحاح: تاج اللغة وصحاح العربیة، چاپ احمد عبدالغفور عطار، بیروت (بی تا)، چاپ افست تهران 1368ش، چ1
10. **جونز، جین** : اختلالات خلقی با زایمان، نشر مرصاد، تهران، 1395ش، چ3
11. **چشمه‌ای، محمدحسن** : فرهنگ فارسی عمید، نشر نیکا، تهران 1380
12. **خلیل بن احمد فراهیدی** : کتاب العین، چاپ مهدی مخزومی و ابراهیم سامرائی، قم 1405، چ2
13. **دهخدا، علی اکبر** : لغت نامه دهخدا، موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، 1377ش، چ2
14. **راغب اصفهانی، حسین بن محمد** : ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، مرتضوی، تهران، 1377ش، چ1
15. **زمان وزیری، محمد مهدی** : اثرات نقش مادر در تربیت فرزند، اثرات و ابعاد تخصصی، نشر فروغ، تهران، 1394ش، چ1
16. **طباطبایی بروجردی، سید حسین** : جامع احادیث شیعه، فرهنگ سبز، تهران، 1386ش، چ1

17. **طبرسی، فضل بن حسن** : مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چاپ هاشم رسولی محلاتی و فضل الله یزدی طباطبائی، 1385ش، چ 2
18. **طوسی، محمد بن حسن** : التبیان فی تفسیر القرآن، چاپ احمد حبیب قصیر عاملی، بیروت، 1375ش، چ 2
19. **فلسفی، محمد تقی** : کودک از نظر وراثت و تربیت، ج 1، ص 59-124، تهران 1343ش، چ 1
20. **قاسمی، محمد علی** : دوران طلایی تربیت تا هفت سالگی، نور الزهرا، قم، 1379ش، چ 1
21. **قائمی، علی** : نقش مادر در تربیت، نشری جا، تهران، 1370ش، چ 1
22. **گران، آماندا** : تغذیه دوره ی بارداری: راهنمای کامل تغذیه سالم، مترجم: اکرم کرمی، انتشارات: انتشارات صابرین، تهران، 1398ش، چ 2
23. **کلینی، محمد بن یعقوب** : اصول کافی، نشر جامعه مدرسین، قم، 1378ش، چ 1
24. **مجلسی، محمد باقر** : بحار الانوار، نشر جامعه مدرسین، قم، 1380ش، چ 2
25. **مظاهری، حسین** : تربیت فرزند، نشر ارمغان سعادت، قم، 1385ش، چ 2
26. **مایرا ویک** : راهنمای بارداری سالم، مترجم: نگین اسلامی فر، انتشارات: پندار تابان، 1395ش، چ 2
27. **موسوی راد لاریجانی، حسین** : پدر، مادر، معلم مرا خوب تربیت کن، امام شناسی و آثار الحجه - عجل الله تعالی فرجه -، بی جا، تهران، 1379ش، چ 1