

کاربرد های مزاج شناسی
در

ازدهواج و زناشویی



مقدمه

به علت ضعف طب مدرن در درمان بیماری ها و عوارض بالای داروهای شیمیایی ، غلبه سرمایه داری بر تحولات و تحقیقات طب مدرن ، هزینه بسیار بالای درمان و وابستگی این طب به جراحی و تکنولوژی، بشریت در یک چرخش صد و هشتاد درجه‌ای به طب سنتی و کل‌نگر، توجه جدی کرده است. اعلامیه سازمان جهانی بهداشت در حدود ده سال پیش با بر شمردن آفات و بحرانهای طب مدرن، کشورها را دعوت به توجه جدی به مکاتب طبیبی دیگر از جمله طب سوزنی، طب هندی ، آیورودا ، طب سنتی چین، طب سرخ پوستان و غیره میکند.

اساساً طب سنتی در اروپا در حدود ۴۰۰ سال پیش توسط «پاراسلوس» و نیز در کشور خودمان در سال ۱۳۳۴ توسط «جهان‌شاه صالح» وزیر بهداشت وقت، با یک روند سیاسی، استعماری و برنامه‌ریزی شده کنار رفت. تصور اولیه این است که طب سنتی منسوخ شده است و روش‌های درمانی آن غیر علمی است یا پاسخگو نیست اما حقیقت این است که نه تنها در مقام نظر هیچ مقاله‌ی علمی در رد تئوری «سردی و گرمی» نوشته نشده است بلکه یافته‌های جدید، تئوری مزاج‌ها (سردی ، تری ، گرمی و خشکی) و اخلاط (صفرا ، سودا ، دم و بلغم) را تأیید می‌کند.

به‌علاوه در مقام عمل هم درمانگر بودن و کارآمدی طب سنتی، شگفت‌انگیز بوده است. بطوری که در شهر تهران مطب‌های طب سنتی روز به روز پر رونق‌تر می‌شوند و نیز در دیگر کشورهای جهان رشد طب سنتی (به مفهوم اعم آن) روز به روز در حال گسترش است و عوامل گفته شده در بالا و همچنین دیگر مزایای طب سنتی (منطبق بودن بر فرهنگ دینی ، در دسترس بودن ، ارزان بودن ، خود کفایی دارویی و حتی نقش صادر کننده داشتن، تولید علم به معنای واقعی کلمه به طوری که از کل دنیا متقاضی تعلیم طب سنتی ایران شوند و بسیاری مزایای دیگر که در این مقدمه مجال ذکر آنها نیست) ، مجموعه دانشگاهی کشور را بر آن داشت که طب سنتی را به عنوان یک رشته مستقل، زیر مجموعه دانشگاه تهران قرار دهد.

به همین منظور می‌توان مسائل و مشکلاتی را که جامعه با آن‌ها روبروست و در طب سنتی سرنخ‌هایی از آن وجود دارد از این منابع استخراج کرد . شاید بتوان گفت که بسیاری از مشکلاتی که اکنون در جامعه مطرح است و کارشناسان به هر دری می‌زنند تا آن را حل کنند می‌تواند با رویکرد به سنت و علوم سنتی قابل حل باشد یا حداقل دریچه‌ای را به روی ما بگشاید.

از جمله این معضلات و بحرانها مسئله خانواده می‌باشد.

قبل از وارد شدن به بحث لازم است یک سری از مقدمات طب سنتی ذکر شود تا در خلال آن، دسته‌بندی مطالب و جایگاه آنها در طب سنتی مشخص شود و خواننده بداند که هر بحث کجای این طب قرار می‌گیرد تا در صورت علاقه بتواند به منابع اصلی طب سنتی مراجعه کرده و مطالعات تفصیلی را در آنجا پیگیری کند.

کلیات طب سنتی و مزاج شناسی

طب سنتی ۵ فن دارد (البته در تقسیم بندی دیگری آن را به دو جزء عملی و نظری تقسیم می کنند).

- ۱) کلیات
- ۲) مفردات
- ۳) قرابادین
- ۴) معالجات مختصه
- ۵) معالجات غیر مختصه

مفردات عبارت است از بررسی خواص ادویه بصورت مفرد

قرابادین عبارت است از طریقهٔ ساخت ، خواص و ... دارو های ترکیبی.

معالجات مختصه عبارت است از بررسی و شناخت بیماری ها از فرق سر تا نوک ناخن پا.

معالجات غیر مختصه عبارت است از بررسی و شناخت بیماری های عمومی بدن مانند آبله و تب وجوشها.

فن کلیات شامل سه قسمت است :

۱- امور طبیعییه که هفت تاست: ارکان، امزجه، اخلاط، اعضا، ارواح، قوا، افعال

۲- دلایل و علائم عبارت است از آنچه که بر حالت بدن دلالت می کند و یا به عبارتی علامات دال بر صحه و مرض، که چندین قسمت دارد که مهم ترین آن مزاج است.

۳- اسباب و علل یعنی سبب و علت بیماری و سلامتی. اسباب صحه و سلامتی شش مورد می باشد که عبارتند از:

۱. الاهویه (آب و هوای محیط)

۲. الاطعمه والاشربه (غذا ها و نوشیدنی ها)

۳. الریاضه والسکون (ورزش و سکون: که بوعلی آن را مهم ترین رکن سته ضروریه می داند) بحث تدابیر مربوط به جماع در این جا مطرح می شود.

۴. النوم والیقظه (خواب و بیداری)

۵. الاعراض النفسانیه

۶. استفراغات و احتباسات

بحث تفصیلی هر کدام از این ۵ فن در کتب طب سنتی موجود می باشد. آنچه را که ما در این مقاله نیاز است

بدانیم تا بتوانیم مباحث مربوط به خانواده را بر اساس آن تبیین کرده و توضیح دهیم عبارتند از :

امور طبیعییه و مزاج شناسی (هر جا نیاز باشد اصطلاحات توضیح داده و رفع ابهام می شود).

"جهت ادای دین به طب سنتی و عربی بودن زبان آن، عبارات را عربی به کار برده و ترجمه آن‌ها را داخل پرانتز ذکر کرده‌ایم. دلیل این امر آن است که برای ادای حق یک مطلب و یک علم، باید حتی المقدور، اصطلاحات تخصصی آن علم را ترجمه نکرده و یا در صورت ترجمه، عین عبارت نیز آورده شود."

ارکان و امزجه

در علوم سنتی، اساس آفرینش و ماده‌المواد تشکیل دهندهٔ عالم را چهار عنصر: آتش، هوا، آب و خاک می‌دانستند. (توجه شود که مفهوم عنصر در اینجا با عنصر در جدول مندلیف فرق دارد) طبق نظر حکما تمام عالم ماده (جماد و نبات و حیوان و انسان) از این چهار عنصر تشکیل شده است. هر کدام از این چهار عنصر دارای مزاج می‌باشد:

آتش	گرم و خشک
هوا	گرم و تر
آب	سرد و تر
خاک	سرد و خشک

از تاثیر و تاثر این چهار عنصر، مرکبات عالم با مزاجهای نُه‌گانه بوجود می‌آید. بنابراین هر آنچه که در عالم ماده است دارای یکی از این نه مزاج است:

گرم و خشک ؛ گرم و تر ؛ سرد و تر ؛ سرد و خشک ؛ سرد ؛ گرم ؛ تر ؛ خشک ؛ معتدل

سردی و گرمی مورد نظر در علوم قدیم یک سردی و گرمی ذاتی است؛ هر چند به سردی و گرمی ظاهری هم اطلاق می‌شود؛ مثلاً وقتی گفته می‌شود دارچین گرم است، منظور این است که وقتی دارچین خورده می‌شود، پس از تصرف بدن در آن، گرمای بدن بالا رفته و علائم گرمی مانند: خارش، سوزش، التهاب و ... ظاهر می‌شود؛ یا مثلاً وقتی گفته می‌شود ماست یا دوغ سرد است، یعنی پس از ورود به بدن و تاثر و تأثیر در آن، سردی به بدن عارض می‌شود و علائم سردی (خواب و کسالت، ضعف و سستی و کند ذهنی) آشکار می‌شود.

حال در این مثال‌ها فرق نمی‌کند که دارچین داغ شده باشد یا نشده باشد. ماست اگر هم فرضاً داغ شود و سپس مصرف شود، پس از هضم کبدی، سردی به بدن عارض می‌کند. مثلاً آب سرد است، آب جوش نیز سرد است، هر چند که در ابتدا مقدار حرارت معده را بالا می‌برد.

گفته شد که همه چیز در عالم مزاج دارد. مثلاً مزاج زنجبیل «گرم و خشک» است و برای بیماری‌هایی که از «سردی» می‌باشد تجویز می‌شود؛ و یا کاهو «سرد» است، طلا و نقره «گرم» است. پنبه و پشم «گرم» و کتان «سرد» است، گوسفند «گرم» و گاو «سرد و خشک» است و ...

انسان‌ها نیز دارای مزاجند. هر انسان هنگام تولد یک مزاج «جِبَلّی» از پدر و مادر می‌گیرد که مزاج پدر و مادر و شیوهٔ زندگی آن‌ها قبل از انعقاد نطفه، نوع تغذیه و نیز دوران بارداری و شیردهی، نوع آن مزاج را از لحاظ گرمی و سردی تعیین می‌کند.

حرارت غریزی و رطوبت اصلی

طفل در حین ولادت دارای یک حرارت غریزی و رطوبت اصلی است که این دو لازمه‌ی بقا و بقا و بقا با این دو زنده است. حرارت غریزی برای تداوم حیات و رطوبت اصلی برای رشد کودک است. در طول حیات یک شخص و با بزرگ شدن او این دو رو به نقصان می‌گذارند تا اینکه با نابود شدن رطوبت یا حرارت غریزی، عمر انسان پایان می‌پذیرد. در طول حیات، عواملی هستند که باعث افنای حرارت غریزی و رطوبت اصلی می‌شوند، مانند مواد مخدر، پرخوری، غم و اندوه، ورزش در حال گرسنگی شدید، سرمای شدید و افنای حرارت غریزی و رطوبت اصلی باعث حدوث امراض، ضعف و کاهش عمر میشود. حرارت غریزی و رطوبت اصلی همانند مفاهیم گرمی و سردی از مفاهیم بنیادین طب سنتی می‌باشد.

گفتیم که انسان‌ها به سهم حرارت و رطوبت غریزی که به ارث می‌برند دارای یک مزاج جبلی یا اصلی هستند. علائم شناخت این مزاج جبلی، ده جنس است که در بحث مزاج شناسی مفصلاً در مورد آن بحث می‌شود.

اخلاط و اعضا

دو رکن از امور طبیعی شرح داده شد. رکن سوم، اخلاط است. هر خلط دارای یک مزاج است که در جدول زیر آورده شده است:

آتش	گرم و خشک	صفرا
هوا	گرم و تر	دم
آب	سرد و تر	بلغم
خاک	سرد و خشک	سودا

غذا وقتی وارد بدن می‌شود حرارت معده در آن تصرف می‌کند و پس از آن که شیره‌ی غذا جذب کبد شد، در کبد با فعل و انفعالات انجام شده توسط حرارت کبد، شیره‌ی غذا به خون تبدیل می‌شود. این خون از چهار خلط به نام‌های: «صفرا، دم، بلغم و سودا» تشکیل شده است. هر کدام از این اخلاط در بدن نقشی را بر عهده دارند. اخلاط، اعضای بدن را می‌سازند؛ مثلاً خلط بلغم، مغز را و دم، ماهیچه را و سودا، استخوان را می‌سازد.

ارواح

ارواح، بخار لطیف اخلاط است. روح در اینجا یک روح طبی است نه روح شرعی. حرارت غریزی بدن در اخلاط اثر کرده و بخاری از آنها بوجود می‌آید که در بدن در حال گردش است. این بخار روح نام دارد.

روح، بر سه نوع است: (۱) طبیعی (۲) نفسانی (۳) حیوانی
روح طبیعی در کبد است و وظیفه آن رشد و نمو بدن است.
روح نفسانی در مغز است و وظیفه آن حس و حرکت است.
روح حیوانی در قلب است و وظیفه آن تداوم حیات است.
مثلاً وقتی بحث می‌شود که چیزی مقوی ارواح است یعنی این که مقوی کبد و مغز و قلب است و ...
* یادآوری:

امور طبیعی: ارکان << امزجه << اخلاط << اعضا << ارواح << قوا << افعال

قوا و افعال

افعال عبارت است از هر فعلی (ظاهری و باطنی) که از انسان صادر می‌شود.
قوا حامل افعالند و ارواح حامل قوا.
آوردن این موارد و توضیح آن‌ها برای این است که بعداً بتوانیم از آن‌ها استفاده کنیم و بهتر مسائل و پدیده‌ها را توضیح دهیم.

نشانه‌های کلی مزاج

مواردی که با توجه به آن‌ها می‌توان در مورد وضعیت کلی مزاج ذاتی (جبلی، اصلی، مادرزادی) بدن قضاوت کرد، عبارتند از:

۱. ملمس
۲. گوشت و چربی (هیکل یا سحنه)
۳. مو
۴. رنگ بدن
۵. خواب و بیداری
۶. چگونگی افعال صادر شده از بدن
۷. کیفیت مواد دفعی بدن
۸. حالات نفسانی
۹. بزرگی و کوچکی اعضا
۱۰. چگونگی تاثیر پذیری از کیفیات چهارگانه

باید توجه داشت که بسیاری از نشانه‌هایی که گفته می‌شود، علایم طبیعی و ذاتی افراد است و تا زمانی که موجب اختلال در عملکرد شخص نشوند بیماری محسوب نمی‌گردند.

۱. ملمس: کیفیتی که طبیب هنگام لمس بدن شخص معاینه شونده حس می‌کند. این نشانه یکی از مهمترین ابزار تشخیص میزان گرمی و سردی و همچنین رطوبت و خشکی بدن است. احساس نرمی هنگام لمس، دلیل بر رطوبت، احساس سفتی دلیل بر خشکی مزاج، احساس حرارت هنگام لمس، نشانه گرمی و احساس سرما دلیل سردی مزاج است. برای تشخیص صحیح از طریق ملمس، پزشک و بیمار باید شرایط خاصی داشته باشند.

شرایط لمس شونده و لمس کننده:

شخص به هنگام لمس یا به فاصله کمی از آن، نباید در معرض حرارت، سرما، فعالیت یا هیجان شدید باشد بلکه باید شرایط جسمی و روحی و پوشش طبیعی داشته باشد.

۲. هیکل: اندازه کلی بدن می‌باشد. هیکل‌ها دو نوعند:

الف: هیکل‌های مینیاتوری یا لاغر که شامل مزاج‌های «گرم و خشک» و «سرد و خشک» می‌باشند؛ زیرا خشکی مانع رشد می‌شود.

ب: هیکل‌های درشت و حجم‌دار که بعضی با غلبه چربی بر بدن همراه هستند که این‌ها معمولاً دارای مزاج «سرد و تر» هستند و برخی عضلانی می‌باشند که این افراد معمولاً دارای مزاج «گرم و تر» هستند، زیرا از شرایط لازم برای رشد، رطوبت و حرارت است و فردی که مزاج «گرم و تر» دارد درشت هیکل می‌شود. به عبارت دیگر، می‌توان گفت که زیاده‌ی گوشت و چربی، دلالت بر رطوبت و کمی آن‌ها دلالت بر یبوست و خشکی می‌کند.

۳. مو: سرعت رشد مو نشانه گرمی و خشکی مزاج است و اگر این سرعت خیلی زیاد باشد نشانه توأم بودن حرارت و خشکی است. زیاده‌ی مو بر حرارت دلالت می‌کند و توأم بودن رطوبت و سردی باعث کاهش سرعت رشد مو و تنگی و نازکی آن می‌شود.

به طور کلی: زیاد، ضخامت، مجعد بودن و سیاهی مو بر گرمی و خشکی مزاج دلالت دارد و بر عکس آن‌ها (کمی، نازکی، صافی و سفیدی مو) بر سردی و تری مزاج دلالت می‌کند.

۴. رنگ بدن: رنگ بدن علامت بسیار خوبی برای تشخیص مزاج است به شرطی که دقت کافی در تشخیص رنگ‌ها مبذول شود.

رنگ سفید (شبيه به رنگ مهتاب) نشانه غلبه بلغم است.

رنگ سرخ دلیل غلبه دم یا گرمی مزاج است.

رنگ زرد (رنگ آفتابی) نشانه غلبه صفرا یا گرمی مزاج و یا کم خونی می‌باشد.

رنگ تیره یا کم‌مدت چهره نشانه غلبه سودا و یا کم خونی می‌باشد.

رنگ سرخ و سفید در فرد معتدل دیده می‌شود.

باید توجه داشت که رنگ بدن، حالت مطلق ندارد و تحت تأثیر عوامل محیطی و مواردی مثل بیماری اعضای مختلف بدن تغییر می‌کند.

۵. خواب و بیداری: اعتدال در خواب و بیداری نشانه اعتدال مزاج خصوصاً اعتدال در مغز است. رطوبت و برودت باعث پرخوابی می‌شود. به همین علت افراد با مزاج «تر» به خواب بیشتری نیاز دارند. خشکی و حرارت موجب بیداری (کم خوابی) است.

نکته: در حالت مزاج عارضی (سوء مزاج)، صفراوی‌ها بیشترین مشکلات خواب را دارند؛ هم دیر خوابشان می‌برد و هم زود از خواب می‌پرند. سوداوی‌ها نیز در درجه بعد دچار مشکل خواب هستند. این‌گونه افراد، در خواب رفتن مشکل دارند و معمولاً خوابشان سبک می‌باشد. در اشخاص کم خواب مثل افراد صفراوی و سوداوی، بسته به شرایط می‌توان از مرطبات مانند کاهو، دوغ بی چربی، آب انار، آب لیمو شیرین، ماء الشعیر و خاکشیر استفاده کرد.

۶. چگونگی افعال صادر شده از بدن: صحیح و کامل بودن افعال دلیل بر کمال صحت بدن است و ایجاد مرض، مستلزم غیر طبیعی بودن افعال است. افزایش سرعت افعال، نشانه حرارت مزاج است. به عنوان مثال سرعت رشد بدن و سرعت رویش مو و دندان دلیل حرارت هستند و همچنین توأم بودن افعال با اضطراب و تشویش نیز بر حرارت مزاج دلالت می‌کنند ولی بر عکس، هرگاه ضعف و سستی و کندی در افعال دیده شود نشانه سردی مزاج است.

۷. کیفیت مواد دفعی از بدن: اجابت مزاج طبیعی آن است که به ازای هر بار مصرف غذا، یک بار دفع انجام شود. حرارت و خشکی موجب کاهش اجابت مزاج می‌شوند بنابراین معمولاً در افراد صفراوی یبوست دیده می‌شود. گرمی مزاج و غلبه صفرا باعث می‌شود مواد دفعی شامل ادرار، مدفوع، منی و عرق، دارای بوی تند و پررنگ باشند و عکس این نشانه‌ها بر سردی مزاج دلالت دارد.

۸. حالات نفسانی: قدرت و بلندی صدا، سرعت و پیوستگی کلام، زود عصبانی شدن و سرعت حرکت، نشانه حرارت مزاج هستند. افراد گرم و خشک که حرارت زیادی دارند، معمولاً تندخو بوده و زود عصبانی می‌شوند. این افراد، بیقرار، تند و تیز، پر کار و فعال هستند و نیز حافظه خوبی داشته و از قدرت تجزیه و تحلیل بالایی برخوردارند. صاحبان مزاج سرد و خشک، در اوج ثبات بوده و کارها را به آرامی و بدون عجله انجام می‌دهند. این افراد معمولاً درون‌گرا بوده و کمتر با دیگران می‌جوشند و مستعد افسردگی هستند. اشخاص سرد و تر، حافظه خوبی ندارند؛ خواب آلود، صبور و خونسرد هستند. افراد گرم و تر، شجاع، جسور و خونگرم هستند و به خوبی با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند.

۹. بزرگی و کوچکی اعضاء: بزرگ و وسیع بودن قفسه سینه، مشخص بودن عروق، عظیم بودن نبض، بزرگی دست و پا و مشخص بودن کامل مفاصل، دلالت بر حرارت می‌کنند و علائم معکوس، نشانه برودت (سردی) مزاج است.

۱۰. چگونگی تأثیرپذیری از کیفیات چهارگانه: سرعت تأثیرپذیری از هرکدام از کیفیات‌های چهارگانه یعنی: حرارت (گرمی)، برودت (سردی)، رطوبت (تری) و یبوست (خشکی) دلیل بر غلبه همان کیفیت است. به عنوان مثال اگر بدن نسبت به گرما سریعاً دچار انفعال شود، نشانه گرمی مزاج می‌باشد.

آنچه تاکنون گفته شد نشانه‌های مزاج اصلی بود که همگی در شخصی که به طور ذاتی صاحب آن مزاج باشد طبیعی است. اگر به هر علت درونی یا بیرونی، مزاج دچار تغییر شود، علائمی در شخص ایجاد می‌گردد که نشانه‌های مزاج عارضی است. اگر این وضعیت به طول انجامد و درمان صورت نپذیرد، سوء مزاج رخ خواهد داد. فرق میان مزاج اصلی و عارضی آن است که شخص در مزاج اصلی به چیزهایی مانند مزاج خود تمایل دارد؛ اما در مزاج عارضی، تمایلات بیمار بر خلاف مزاج می‌باشد، مگر آنکه به علت مزمن شدن بیماری، مزاج عارضی همچون مزاج اصلی شود (مستحکم شود). پس لازم است پس از شناخت صحیح مزاج، بیمار در زمان بیماری از غذاهایی که تمایل زیاد به خوردن آن‌ها پیدا می‌کند و بر خلاف مزاج اصلی اوست پرهیز نماید.

دیگر علایم مزاجه

همانطور که دیده شد فرد گرم مزاج علائم گرم مزاجی را دارد یعنی افعال و حرکات او از کیفیت گرمی ناشی می‌شود. مثلاً پر تحرک است، با نشاط است، فعال است، پر انرژی است، چالاک و سریع است، فعالیت زیاد دارد. اما فرد سرد مزاج علائم سردی از او صادر می‌شود. سردی سکون می‌آورد، خمودی می‌آورد، سستی می‌آورد؛ این افراد، کم انرژی، کند و بیحال هستند. برای انجام کارها مرتباً باید آنها را حمایت کرد و باید به آنها انرژی داد.

دموی مزاجان

افراد دموی (گرم و تر) چون عنصر هوایی در آنها غالب است خصوصیات رکن مربوط به خود (هوا) را دارند. دیر عصبانی می‌شوند و دیر هم آرام می‌شوند. افرادی شجاع هستند، خوش مشرب و اجتماعی هستند. با همه کس دوست می‌شوند و اهل بگو و بخند هستند. افرادی شاد و فعال، بلند پرواز، خوش اخلاق و خوش رو، شجاع، صبور و سخاوتمند هستند، میل و توان جنسی بالا دارند؛ یعنی هم در عشق و عاشقی سرآمد هستند و هم توان و قوه جنسی بالایی دارند.

صفاوی مزاجان

افراد صفاوی (گرم و خشک) عنصر آتش در آنها غلبه دارد و خصوصیات آتش از آنها بروز می‌کند مثلاً زود عصبانی می‌شوند و زود هم آرام می‌گیرند و بعضاً بد خلق هستند. افراد صفاوی افرادی تند و تیز و بی‌قرار هستند و همانطور که آتش یکدفعه زبانه می‌کشد و زود فروکش می‌کند، این افراد هم دارای یک خصوصیت در تمام افعال خود هستند و آن: تصمیم‌آنی و به اوج رساندن کارها و یکدفعه رها کردن و ترک آن کارها است. این خصوصیت به علت گرمی بالا (گرمی و خشکی) می‌باشد. افراد دموی، گرمی کمتری نسبت به صفاوی‌ها دارند. طبع صفاوی‌ها گرم و خشک و آتشین و طبع دموی‌ها گرم و تر است. به علت وجود همین تری در طبع دموی‌ها، گرمای آنها به نسبت از صفاوی‌ها کمتر است.

افراد صفاوی به علت گرمای زیاد، نا آرام و مضطرب هستند و افعال خود را با طمأنینه و وقار انجام نمی‌دهند. علت این امر آن است که گرما باعث تشویش و عدم سکون و اضطراب می‌شود. این افراد یک کار را با جدیت شروع کرده و بر روی آن پافشاری می‌کنند اما یک دفعه آن را رها می‌کنند؛ گاهی پر جرأت و گاهی آرام هستند؛ حاضر جواب و با هوش، سریع و چالاک و پر انرژی هستند؛ گاهی با اراده و گاهی سست می‌شوند.

بلغمی مزاجان

افراد بلغمی دارای مزاج «سرد و تر» هستند و عنصر آبی در آنها غلبه دارد و خصوصیت آب از آنها بروز می‌کند. افراد بلغمی افرادی منزوی و آرام هستند و ضعف حافظه و معمولاً حواس پرتی دارند. از لحاظ فعالیت، افرادی کم انرژی و بی‌حال، میانه‌رو و محتاط و ترسو هستند. ترس یکی از مهمترین خصوصیات بلغمی هاست. به علت سردی غالب در مغز، افرادی گوشه‌گیر و افسرده هستند.

اگر سردی غالب شود بیشتر دم از ناامیدی می‌زنند و خاطرات گذشته را یاد آوری می‌کنند. گذشته نگر هستند و استعداد افسردگی دارند. افراد بلغمی به علت ترسو بودن استعداد ریسک پذیری ندارند.

اهل سازش هستند و معمولاً تحت تاثیر افراد دیگر هستند. منفی بافی و ناامیدی از دیگر خصوصیاتشان است و افرادی بی‌خیال و خونسرد هستند.

خصوصیات عنصر آبی در این افراد غالب است مثلاً با جدیت و تندی در برابر مسئله‌ای مقاومت نشان می‌دهند اما اگر طرف مقابل هم جدی شود، کنار می‌کشند (همانند آب که به مانع برخورد می‌کند و فوراً بر می‌گردد). افرادی انعطاف پذیر هستند و براحتی می‌توان افکار ایشان را تغییر داد (برعکس صفاوی مزاجان و سوداوی مزاجان)

سوداوی مزاجان

افراد سوداوی (سرد و خشک) دارای خصوصیات عنصر خاکی هستند و این افراد هم خصوصیات سردی دارند و هم خصوصیات خشکی. افرادی همه‌سوی و منطقی، میانه‌رو و محتاط هستند؛ همیشه در حال فکرند و در حالات پیشرفته دارای وسواس و دو دلی هستند. همانند افراد بلغمی توان ریسک ندارند؛ فکر و خیال فراوان دارند و مستعد افسردگی و مالیخولیا هستند.

اگر سردی در مغز و روان این افراد غلبه کند، ترسو و دچار سو ظن می‌شوند و تمایل زیادی به تنهایی و گوشه نشینی پیدا می‌کنند و استعداد ناامیدی دارند.

خصوصیات عنصر خاکی در آنها غالب است؛ مثلاً انعطاف پذیر نیستند (بر خلاف بلغمی‌ها) و کینه می‌ورزند. همانند خاک (که هر چیزی را در خود پنهان می‌کند)، خاطرات را در ذهن خود نگه می‌دارند و پس از سال‌ها آنها را بازگو می‌کنند.

افراد گرم و خشک از فصل زمستان خوششان می‌آید چون مزاج زمستان سرد و تر است و تعدیل کننده مزاج آن‌هاست. افراد سرد و تر از فصل تابستان خوششان می‌آید و از فصل زمستان گریزانند چون تابستان مزاج آنها را تعدیل کرده اما فصل زمستان باعث اوج گیری بیماری‌های آنها می‌شود. دیگر مزاجها نیز به همین منوال است.

فصل	مزاج	مضر برای	مفید برای
بهار	گرم و تر	دموی‌ها	سوداوی‌ها
تابستان	گرم و خشک	صفاوی‌ها	بلغمی‌ها
پاییز	سرد و خشک	سوداوی‌ها	دموی‌ها
زمستان	سرد و تر	بلغمی‌ها	صفاوی‌ها

خصوصیات جنسی امزجه

گرمی چون عامل تحرک و قدرت و جنبش است پس به تبع، گرم مزاجان دارای میل جنسی قوی ای هستند و سرد مزاجان میل جنسی ضعیفی دارند؛ مثلاً دموی مزاجان علاوه بر اینکه توان جنسی زیادی دارند یعنی توان جماع بالایی دارند، میل جنسی (عشق) زیادی هم دارند. افراد صفراوی، توان جنسی بالایی دارند اما میل جنسی آنها کمتر از دموی هاست. افراد بلغمی به علت سردی غالب در بدن آنها هم توان جنسی و هم میل جنسی کمی دارند. افراد سوداوی توان جنسی پایین (همانند بلغمی ها) دارند اما میل جنسی بالایی دارند.

افراد بلغمی افرادی عاشق پیشه نیستند و در عشق به اوج نمی‌رسند اما افراد سوداوی شدیداً عاشق می‌شوند. بنابراین اگر به دنبال فردی عاشق پیشه می‌گردید، افراد سوداوی را انتخاب کنید.

* توجه به چند نکته در مورد مزاج شناسی ضروری است:

۱. شناخت مزاج جبلی (اصلی) در عین اینکه نیاز به مطالعه دارد و باید ده جنس آن را آموخت، نیاز به مهارت و ممارست و آموزش نزد استاد هم دارد. چون در عین حال که یک علم است یک هنر و یک مهارت است.
۲. امروزه به علت یکدست شدن زندگی‌ها و غلبه زندگی صنعتی، امزجه بهم ریخته است.
۳. مزاج جبلی غیر قابل تغییر است؛ یعنی یک فرد لاغر سوداوی را نمی‌توان به یک فرد چاق و عضلانی دموی تبدیل کرد. خصوصیات گفته شده در باب مزاج شناسی اگر جبلی افراد باشد تقریباً غیر قابل تغییر است و اگر هم بتوان آنرا تغییر داد، بسیار ناچیز خواهد بود.
۴. مسئله خیلی مهمی که باید در باب خصوصیات روحی و روانی مزاج‌ها به آن توجه کرد، مسئله تهذیب نفس و اثر آن بر مزاج است. خصوصیات روحی گفته شده موقعی واقعاً بروز خواهد کرد که فرد تهذیب نفس نکرده باشد و خودش را با همان حالات بر آمده از مزاج عادت داده باشد و در پی اصلاح خویش بر نیامده باشد. اگر کسی بخواهد می‌تواند با تهذیب نفس و مراقبه خصوصیات منفی مزاجی خود را کنترل کند. فرد صفراوی ذاتاً عصبانی است اما اگر روحیه دینی قوی داشته باشد، می‌تواند کظم غیظ کند، و مثلاً فرد سوداوی وسواس دارد، حال اگر این فرد مومن واقعی باشد می‌تواند بر این حالت غلبه کند و وسواس را از وجود خودش حذف کند. خصوصیات روحی و روانی مزاج‌ها با توجه به بستری که فرد در آن رشد می‌کند، تغییر می‌کند و در یک جهت خاص حرکت می‌کند؛ مثلاً فرد سوداوی وسواس دارد اما اگر شریعت مدار باشد وسواس او در احکام ظاهر می‌شود و اگر مرفه باشد در تمیزی و پوشش، خود را نشان می‌دهد.
۵. برای شناخت مزاج یک نفر لازم نیست همه این ده جنس در او وجود داشته باشد بلکه اغلبیت مهم است یعنی اینکه هر کدام از این ده جنس گرمی یا سردی در او غلبه داشت مزاج جبلی او همان خواهد بود. مثلاً اگر از ده جنس، هشت جنس در او علامات گرمی را داشت مزاج او گرم خواهد بود. مثلاً اگر کسی دارای صورت برافروخته

و سرخی بود و عضلات برجسته و هیكلی درشت داشت و در عین حال فردی شاد و فعال بود می‌توان حکم به گرم مزاجی او کرد.

۶. گرمی و سردی هم رتبه بندی دارد. برخی گرم مزاجان در اوج گرمی هستند و برخی گرمیشان به اعتدال نزدیک است. مثلاً یک فرد صفراوی ممکن است آنقدر گرم باشد که با کوچکترین عاملی عصبانی شود، یا حرکات سبک سرانه (طیش) در او بسیار مشاهده شود؛ اما فرد صفراوی دیگری در درجه پایین تری از او باشد.

۷. علت اینکه بیشتر گرمی و سردی مطرح شد این است که در طب سنتی، گرمی و سردی، فاعلند و تری و خشکی، منفعل؛ یعنی گرمی باعث بوجود آمدن خشکی، و سردی باعث بوجود آمدن تری می‌شود و به عبارتی «گرمی و سردی، اصلند» و «تری و خشکی، فرع‌اند». به همین جهت در بحث مزاج‌شناسی بیشتر خصوصیات افراد از لحاظ سردی و گرمی مزاج مطرح شد و کمتر به افراد با مزاج گرم و تر، گرم و خشک، سرد و تر، و سرد و خشک پرداخته شد.

۸. آنچه که در مورد اخلاقیات امزجه ذکر شد، مطلق نیست بلکه عوامل مختلفی می‌تواند آن‌ها را تغییر دهد؛ مثلاً تهذیب نفس، شرایط خانوادگی، تربیت و مثلاً فرد گرم مزاج، بسیار فعال و زرنگ و پر حرف است و تبعاً باید کم‌رو نباشد و بتواند بدون رو در بایستی ما فی‌الضمیر خود را آشکار کند. اساساً افراد گرم مزاج بی شرم و حیا هستند. حال این افراد ممکن است تحت تربیت خانوادگی خاصی این روحیه‌شان را از دست بدهند و مثلاً پدر خانواده او را تحت فشار زیاد قرار داده باشد یا شرایط اجتماعی به نحوی او را منزوی کرده باشد؛ مثلاً به علت فقر پدر یا فساد پدر و مادر یا شرایط پست خانوادگی به تدریج به انزوا کشیده شده باشد و این روحیه‌اش را از دست بدهد و به فردی کم‌رو و گوشه‌گیر تبدیل شود.

دیگر خصوصیات مزاج گرم و سرد از حیث اخلاق

افراد گرم مزاج پر جنب و جوش هستند و قدرت مدیریت دارند. برخلاف افراد سرد مزاج که بیشتر پیرو هستند. مثلاً اگر دو بچه، یکی گرم مزاج و یکی سرد مزاج کنار هم قرار گیرند بچه گرم مزاج مدیر خواهد شد و بچه سرد مزاج، تابع خواهد شد و به دنبال او راه خواهد افتاد. اساساً گرمی مزاج بچه گرم مزاج، به بچه سرد مزاج اظهار وجود نمی‌دهد. مدیران عالم حتماً باید گرم مزاج باشند. فرد سرد مزاج نه توان مدیریت دارد و نه دیگران او را مدیر خوبی می‌دانند.

مزاج جنس مذکر و مونث عالم

یکی از مسائل مهم و مسلم در طب سنتی و مورد اتفاق همه حکما، مزاج جنس مذکر و مونث است. طبق نظر حکما مزاج جنس مذکر، گرم‌تر و خشک‌تر از جنس مونث است. به عبارتی جنس مونث، سرد تر و تر تر است نسبت به جنس مذکر. مثلاً شیر نر، گرم‌تر است نسبت به شیر ماده و ویژگی‌های گرم مزاجی در ذکور غلبه بیشتری دارد.

مزاج و ازدواج

انتخاب همسر به کمک مزاج

با توجه به مطالب گفته شده در مورد امزجه، مشخص است که برای خوشبخت شدن زوجین، ایجاد تفاهم بیشتر، ایجاد عشق و صمیمیت و تطابق جسمی و روحی باید زن و شوهر دارای مزاج یکسانی باشند. یعنی فرد گرم مزاج باید با فرد گرم مزاج ازدواج کند و فرد سرد مزاج با فرد سرد مزاج. توجه شود که مسئله مزاج یکی از مسائلی است که در تعیین زوجه باید در نظر گرفت و دیگر مسائل مانند ایمان، شرایط خانوادگی و ... نیز وجود دارد که در اینجا، جای بحث در مورد آن نیست. با ذکر چند مثال، علت تطابق مزاج زن و مرد مشخص می‌شود. عبارتی:

«چرا زوجین برای تفاهم بیشتر باید تطابق مزاجی داشته باشند؟»

همانطور که گفته شد گرم مزاجان افرادی فعال و پر جنب و جوش هستند و سرد مزاجان افرادی کند و بیحال هستند. حال اگر زن و شوهر دارای مزاج مختلف باشند به سختی می‌توانند همدیگر را تحمل کنند. این مسئله در مورد دو دوست هم صادق است. در زندگی خوابگاهی به کثرت مشاهده شده است که افراد دارای مزاج مختلف نمی‌توانند همدیگر را تحمل کنند و معمولاً به رفتار همدیگر گیر می‌دهند. فرضاً اگر همدیگر را تحمل کنند، عشق حقیقی بین آنها بوجود نخواهد آمد. فرد فعال و پر انرژی از فرد فعال و پر انرژی خوشش می‌آید. تصور کنید زن و شوهر برای یک مهمانی دعوت شده‌اند. زن مزاج سرد دارد و شوهر بسیار گرم است. شوهر به علت گرم مزاج بودنش فوراً سر و وضع خود را مرتب کرده و آماده رفتن می‌شود. اما زن به علت سرد مزاج بودنش بسیار کند عمل کرده و شوهر مدت زیادی منتظر می‌ماند تا زن آماده رفتن شود. حال اگر از این سنخ تضادها در زندگی زیاد باشد، به مرور زمان عشق و علاقه زوجین را نسبت به هم کم خواهد کرد.

همانطور که گفته شد افراد صفاوی حافظه خوبی دارند و تیز هوش هستند. این افراد باید با هم سنخ خود یعنی افراد دارای مزاج گرم و خشک ازدواج کنند؛ چون در صورت عدم رعایت تطابق مزاجی این افراد قادر به درک یکدیگر نخواهند بود.

دموی مزاجان (گرم و تر) دارای روحیه شاد، خوش مشرب و اجتماعی هستند. حال تصور کنید چنین فردی با یک فرد سوداوی (سرد و خشک) ازدواج کند. فرد سوداوی گوشه گیر بوده و تمایلی به شرکت در اجتماعات ندارد. این دو نفر به علت تقابل مزاجی که دارند نمی‌توانند باهم کنار بیایند.

یکی از خصوصیات بلغمی مزاجان، خونسردی و بی‌خیالی آنها در حوادث و مشکلات است. ضرب المثل «دنیا را آب میبرد او را خواب میبرد» در رابطه با آنها صادق است. حال اگر یک طرف بلغمی باشد و طرف دیگر گرم باشد، یک طرف همیشه در اضطراب خواهد بود و طرف دیگر بی‌خیال. فرد گرم مزاج از بی‌خیالی طرف مقابلش خسته می‌شود و این وضعیت در دراز مدت باعث تنفر و انزجار او از طرف مقابلش خواهد شد. متقابلاً فرد سرد مزاج (بلغمی) نیز فرد گرم مزاج را به خاطر اضطراب و عجل بودنش سرزنش می‌کند.

نکته: البته بدون در نظر گرفتن مزاج نیز می توان به این تطابق رسید ولی با مزاج شناسی کار بسیار آسان می شود و شناخت بهتر صورت می گیرد؛ چون در مزاج شناسی از خصوصیات بدنی نیز می توان کمک گرفت و به حالات روانی افراد پی برد. پیش تر گفته شد که مزاج ذکور نسبت به اناث گرم تر و خشک تر است. به همین جهت در عالم انسانی، زنان پیرو و دنباله رو مردان هستند. علائم سرد مزاجی در زنان غلبه دارد و به علت این تفاوت مزاجی، مدیران و رؤسای عالم اکثراً مردها هستند. در خانواده نیز همینطور است و مدیر خانواده مرد است. حال اگر زنی را دیدید که مدیر شده است و توانایی این کار را هم دارد بدانید که حتماً گرم مزاج است (مانند بی نظیر بوتو)

مدیریت منزل و مزاج شناسی:

در حالت کلی، مدیریت منزل و تدابیر امور آن بدست مرد است و زنان بر آیین شوهران هستند. زن، پیرو و تابع و دنباله رو مرد است و این یک علت دارد که آن هم خصوصیت ذاتی مرد است که اقتضای چنین شخصیتی را برای وی دارد و آن خصوصیت «گرم مزاجی» مرد است. حال اگر شرایطی پیش آید که مزاج زن خیلی گرم باشد و مرد سرد مزاج باشد بطوری که گرم مزاجی زن بر سرد مزاجی مرد غلبه کند، معمولاً در چنین مواقعی «زن ذلیلی» پیش می آید! یعنی مدیریت منزل بدست زن می افتد و شوهر تابع زن می شود. در دیگر تعاملات نیز افراد جامعه همین تأثیر و تأثر را دارند. مثلاً اگر دو بچه که یکی سرد مزاج و دیگری گرم مزاج است، در کنار هم قرار بگیرند، مدیریت با بچه گرم مزاج خواهد بود. در مورد زن و شوهر بطور طبیعی و در حالات کلی، به علت گرم تر بودن مزاج مردان، مدیریت جامعه و خانواده با مردان است. اما اگر زن، گرم مزاج باشد و گرمی مزاج او بر مردان غلبه کند، می تواند مدیریت کند و در رده های مدیریتی بالا تأثیر گذار باشد. اساساً گرما به سبب قدرتی که دارد به سردی اظهار وجود نمی دهد.

مزاج شناسی و مشکلات جنسی

نقش مزاج شناسی در رفع مشکلات جنسی نسبت به دیگر مسائل بسیار مهم تر و کارآمدتر است. به جرأت می توان گفت که بسیاری از مشکلات جنسی که طب مدرن و روانپزشکی مدرن از شناخت و درمان آنها عاجز است با طب سنتی براحتی قابل درمان است. گفتیم که مزاج گرم، قدرت جنسی بالایی دارد و مزاج سرد، قدرت جنسی پایینی دارد. در بین گرم مزاجان، افراد دموی (گرم و تر) توان و میل جنسی بالایی دارند اما صفاوی مزاجان (گرم و خشک) توان جنسی بالا و میل جنسی متغیر دارند. بلغمی مزاجان، هم توان جنسی پایین و هم میل جنسی پایین دارند. افراد سوداوی (سرد و خشک)، نیز توان جنسی پایین و میل جنسی بالا دارند. بدون توضیح مشخص است که برای پیشگیری از مشکلات جنسی زوجین، تطابق جنسی آنها از نظر مزاجی ضروری است.

این مسأله در چند مورد می تواند کارساز باشد:

(۱) در مسأله تقاضای جنسی: اگر زوجین از لحاظ مزاجی متشابه باشد یعنی هر دو گرم مزاج یا هر دو سرد مزاج باشند، به یک اندازه احساس نیاز به آمیزش جنسی پیدا می‌کنند و به تبع بهتر می‌توانند همدیگر را ارضا کنند. حال اگر یک فرد دموی با یک فرد سوداوی ازدواج کند، فرد دموی بنا به اقتضای طبع خودش بسیار آرزوی (نیاز) جماع دارد اما فرد سوداوی تمایل کمتری به جماع دارد. این تضاد باعث می‌شود که دو طرف نتوانند همدیگر را ارضا کنند. فرد سوداوی به سبب درخواست زیاد همسرش برای جماع خسته می‌شود و از طرفی فرد دموی از عدم تمایل همسرش گله می‌کند و اگر فرد معتقدی نباشد چه بسا به انحراف کشیده شود.

(۲) در مسأله اوج گیری لذت جنسی: افراد گرم مزاج، سریعتر به ارگاسم جنسی می‌رسند. اگر زوجین هر دو گرم باشند، چون هر دو سریع به ارگاسم جنسی می‌رسند پس مشکلی پیش نمی‌آید. اگر هر دو سرد باشند نیز وضعیت به همین شکل است. اما اگر مرد بسیار گرم مزاج باشد و زن سرد مزاج، مرد خیلی سریع به اوج می‌رسد ولی زن فاصله زیادی تا به اوج رسیدن دارد. (البته در حالت کلی مرد سریعتر به اوج لذت جنسی می‌رسد. اما اگر تطابق مزاجی بین آنها نباشد این فاصله بیشتر خواهد شد). این وضعیت باعث می‌شود تا زن بطور کامل ارضا نشود و در نتیجه باعث تنفر و انزجار از شوهر شده و در صورت مهذب نبودن به انحراف کشیده شود. طبق آمار رسمی، دلیل ۵۰ درصد (و غیر رسمی ۷۰ درصد) از علل طلاق، مشکلات جنسی بین زوجین است. از مشکلات جنسی به چند مورد در بالا اشاره شد.

در میان مشکلات جنسی آنچه که بیشتر در جامعه فعلی ما مشاهده می‌شود، ضعف و ناتوانی جنسی است که علل مختلفی دارد:

(۱) وجود غذاهای سرد مزاج در جامعه: قریب به اتفاق غذاهایی که در جامعه مصرف می‌شود سرد هستند و باعث سردی و ناتوانی اندام جنسی می‌شوند. لبنیات، آبلیموها، سرکه‌ها و تقریباً همه غذاهای بسته‌بندی شده سوپرمارکت‌ها سرد هستند. گوشت مصرفی مردم نیز که اغلب ماهی و گاو (در قالب غذاهایی مثل سوسیس و همبرگر و ...) است سرد هست.

(۲) زندگی صنعتی و تکنیکی: بعلاوه اینکه زندگی صنعتی بر خلاف فطرت و غریزه است و روح و روان بشر از صنعت گریزان است، اساساً نه تنها ضعف میل جنسی بلکه بسیاری از بیماری‌ها را به وجود می‌آورد. فضای مصنوعی، صداهای صنعتی، دوری از طبیعت و سر و کار داشتن با ابزار آلات و کار در کارخانه همه مضعف توان جنسی هستند. **(۳) علل دیگری نیز در کاهش توان جنسی مؤثرند که مورد بحث ما نیست.**

اساساً درمان‌های طب مدرن در مشکلات جنسی، موقت و پر عارضه هستند. طب سنتی بر اساس تئوری «گرمی و سردی» به شناخت و درمان بیماری‌ها می‌پردازد. همانطور که گفته شد ضعف میل جنسی در اغلب موارد از سردی است. پس برای درمان آن باید از گرمی‌جات و افزایشده‌های قوه‌ی باه (مبهیات) استفاده کرد از جمله ادویه جاتی چون: زنجبیل، خولنجان، بهمن و ...

درمان عدم تشابه جنسی زن و مرد

در صورتی که میل جنسی یکی از زوجین زیاد باشد و میل جنسی طرف مقابل کم باشد، باید هر دو را تعدیل کرد تا بتوانند با هم به تعامل برسند. فردی که میل جنسی اش زیاد است باید از کاهشده‌های میل جنسی استفاده کند و فردی که از این لحاظ ضعیف است باید از مبهیات (افزاینده‌های قوه‌ی باه) استفاده کند.

تولید منی

از نظر طب سنتی، منی از تمام اعضای بدن تولید می‌شود. چنانچه وجود بیماری در یکی از اعضای والدین باعث وجود بیماری در همان عضو کودک می‌شود.

طبق این مبنا برای تقویت میل جنسی باید همه اعضا را تقویت کرد. ضعف قلب، کبد، معده، کلیه و مغز هر کدام می‌تواند منجر به ضعف میل جنسی شود. برای تشخیص علت ضعف میل جنسی باید تک تک اعضای رئیسه بدن را بررسی کرد. در طب سنتی برای تشخیص ضعف هر کدام از اعضا علائمی هست.

نازایی

علل نازایی بسیار زیادند. علاوه بر علل مختلفی که در اندام‌های تناسلی ممکن است از نظر هیئت و شکل اعضا باشد (که خود این‌ها ممکن است مادر زادی یا عارضی باشند)، دو علت از علل نازایی که به زمینه‌های مزاجی برمی‌گردد، ذکر می‌شود:

در صورتی که رحم بسیار گرم باشد، نطفه مرد به سبب گرمای بالای رحم، توان تولید جنین را ندارد و می‌سوزد و در صورتی که رحم بسیار سرد باشد باز هم نطفه منعقد نمی‌شود و منی منجمد می‌شود. در صورتی که منی در یک وضعیت تقریباً متعادل باشد و دیگر شرایط انعقاد نطفه فراهم باشد، نطفه منعقد می‌شود.

حال اگر این اعتدال رو به گرمی باشد، جنین مذکر خواهد شد؛
و اگر این اعتدال رو به سردی باشد، جنین مؤنث خواهد شد.

البته عوامل دیگری هم در تکوین جنین مؤنث یا مذکر دخیل اند. برای مثال: مزاج والدین، زمان جماع و....

سردی و گرمی اندامهای جنسی، هریک علائمی دارند. مثلاً اندام جنسی گرم، علاوه بر گرمی ظاهری، موی درشت و زیاد و سیاه دارد و اندام جنسی سرد، بر عکس است. در اکثر موارد وقتی مزاج کلی بدن گرم است، مزاج اندام جنسی هم گرم است و وقتی مزاج کلی بدن سرد است، مزاج اندام جنسی هم سرد خواهد بود. از دیگر علل نازایی، شیوه غلط جماع رایج در جامعه است. طبق آمار موجود در مراکز درمانی طب سنتی، تعدادی از نازایی‌ها با اصلاح شیوه جماع حل می‌شوند. (در مورد شیوه صحیح جماع و اوقات مناسب آن بعداً توضیح کامل داده خواهد شد).

ازدواج در گذشته

کلیه‌ی مباحثی که اینجا مطرح شد، به طور نسبی در گذشته اجرا می‌شده است. بزرگسالان و والدین با شناخت مزاج زوجین، آنها را برای هم انتخاب می‌کردند، هرچند که با مفهوم مزاج آشنا نبودند. در قدیم چون مادر بزرگ‌ها شناخت کافی بر روی بچه‌ها داشتند می‌توانستند با شناخت مزاج طرفین، افراد دارای مزاج مشابه را با هم تزویج کنند. آن‌ها با مفاهیم گرمی و سردی مأنوس بودند و همواره غذاها و افراد را با آن می‌شناختند. حتی اکنون هم به کرات از پیرزن‌ها این اصطلاحات را می‌شنویم که معمولاً با تمسخر جاهلانه‌ی افراد به اصطلاح تحصیل کرده مواجه می‌شوند. مثلاً می‌گفتند: «فلان غذا گرم است» یا «تو سردی داری، فلان غذا را نخور». حاکم بودن این اصول در زندگی سنتی از بسیاری از مشکلات جلوگیری می‌کرد و کار به طلاق و اختلاف نمی‌کشید. چنانچه امروزه می‌بینیم آمار طلاق در جوامع صنعتی (تهران و شهرهای بزرگ) بسیار بالاتر است.

طلاق

در مورد دیگر علل طلاق نیز باید گفت که زندگی صنعتی و شهر نشینی و فاصله گرفتن از سنت ها مهم ترین علت طلاق است و ریشه اکثر علل به این بر می گردد. مثلاً در گذشته مفهومی به نام «برادر داماد» وجود داشت که این شخص متأهل بود و وظیفه اش آموزش صحیح آمیزش جنسی به داماد بود. اما اکنون خبری از این حرف ها نیست و خدا می داند این نا آگاهی چه مشکلاتی را به وجود می آورد. اگر آموزشی هم در جامعه باشد، بر اساس مدل های غربی است که اکثراً غیر علمی (علم به معنای واقعی کلمه) هستند و یا با مبانی دینی ما سازگاری ندارند. اساساً هر جا به روش زندگی غربی نزدیکتر شده ایم بر مشکلاتمان افزوده شده است.

در گذشته عروس پس از رفتن به خانه بخت به مدت چند سال در کنار خانواده شوهر زندگی می کرد. این عروس تحت تربیت مادر شوهرش، آداب شوهر داری و بچه داری و حاملگی و زایمان را یاد می گرفت. یاد می گرفت چطور شوهر داری کند، چطور از بچه مراقبت کند و ... اکنون دختر تازه عروس شده اساساً نه با اخلاق شوهر آشناست، نه طرز شوهر داری می داند و نه می داند که چطور از بچه مراقبت کند. تنها راهکار غلبه بر این مشکلات، زندگی کردن در کنار یک دلسوز آگاه و مسلط به این امور (مادر شوهر) است.

اکنون وضعیت طوری شده است که تازه عروس ها به محض ازدواج از خانواده شوهر جدا می شوند و دو تایی بطور مستقل زندگی می کنند؛ و چون هیچکدام با اصول زندگی آشنا نیستند با بروز کوچکترین مشکلی درخواست طلاق می کنند. غالباً در اینگونه موارد نه راه حل رفع مشکل را می دانند و نه قدرت تحمل همدیگر را دارند. این در حالیست که زوجین کوچکترین آموزشی برای پیشگیری از مشکلات ندیده اند.

ذکر یک نکته در اینجا ضروری به نظر می رسد و آن اینکه طرح هایی مانند آموزش اجباری قبل از ازدواج، کلاس های تدبیر زندگی و ... راه حل مناسبی برای رفع مشکلات نیست. چنانچه در عمل مشاهده می شود که در جوامع متمدن مانند تهران، با وجود نهادینه شدن این طرح ها و وجود رسانه ها و ... باز هم مشکلات سرچایش باقیست. در حالی که در شهر های کوچک هیچ یک از این ها وجود ندارد اما آمار طلاق و مشکلات بسیار کمتر است. علت همه این ها این است که در جوامع سنتی، آموزش های پیش از ازدواج بصورت سنتی اجرا می شد ولی در جوامع متمدن چنین نیست.

تدبیر جماع

جماع صحیح یکی از مهمترین مسائل ازدواج است که باید بدان پرداخته شود. اگر جماع به طور اصولی صورت گیرد، علاوه بر اینکه عامل دوستی و مودت بین زوجین می شود از بسیاری از بیماری های مقاربتی جلوگیری می کند و زمینه را برای انعقاد یک نطفه سالم آماده می کند.

جماع اگر به حد اعتدال و قدر لایق و در سن جوانی باشد باعث تقویت بدن و دفع فضول (مواد اضافی) بدن است. و هنگام ضعف و ناتوانی و سن کهولت (۶۰ سالگی به بالا) باعث تجفیف رطوبت اصلیه و نقصان حرارت غریزیه و ضعف قوا و غلبه سردی در بدن است.

علت آن است که جوهر منی حاصل از جوهر هضم چهارم^(۱) است. طبیعت بدن از این جوهر از هر عضوی مقداری نگه می‌دارد و نمی‌گذارد که جزو عضو گردد و به بیضه‌ها و تحمدان‌ها می‌فرستد تا در آنجا تبدیل به منی گردد. در جوهر منی حدت (تندی و تیزی) و گزش می‌باشد که مجرای قضیب (آلت تناسلی) را دغدغه (قلقلک - تحریک) می‌نماید و به همین سبب باعث لذت می‌شود، بخصوص در جوان گرم مزاج قوی البنیه.

افراط در جماع

افراط جماع، در هر حال مضرت‌ترین چیز هاست، خصوص هنگامی که همراه انزال منی باشد و پی در پی باشد. افراط جماع باعث ضعف ارواح [روح نفسانی (مغز) و حیوانی (قلب) و طبیعی (کبد)] و ضعف قوا و اعصاب و بینایی و ضعف دل (قلب) و دماغ (مغز) و کبد (جگر) و معده و گرده (کلیه) و مثانه و همچنین باعث تپش قلب و اوجاع ظَهر (درد کمر) و درد وَرَک (باسن)، عرق النساء (سیاتیک) و نقرس و رعشه (لرزش) و فالج و امثال این‌ها می‌گردد. در دو حالت جماع کمال ضرر را دارد: (۱) پری معده (۲) گرسنگی شدید

فواید جماع مناسب

جماع در هنگام قوت بدن و ارواح و تقاضای طبیعی بدن و بعد از هضم اول غذا (هضم معدی که حدوداً ۳ ساعت طول می‌کشد) و صحبت با زنان طناز و پر عشوه و در سنین بلوغ بدون خستگی و مشقت و اکراه و نفرت و تشویش و اضطراب و ترس، باعث تقویت ارواح و انعاش (سرزندگی، نشاط، تقویت) حرارت غریزیه و تسخین (گرم شدن) بدن است. در این حالت ضعف کمتر آورد به سبب کمال شوق و رغبت طبیعت و لذت کامل بردن از آن و دافع امراض زیاد است از جنون و مالیخولیا (اسکیزوفرنی) و وسواس و فکرهای بد.

جماع برای چه مزاجی مناسب تر است؟

دارندگان مزاج گرم و تر (دموی مزاج‌ها) را مناسب تر و لایق تر است و ضرر آن کمتر است. مزاج گرم و خشک (صفاوی) کمتر از دموی به جماع نیاز دارد و در صورت کثرت جماع دچار لاغری و خشکی بدن و ضعف دید و فرو رفتن چشم‌ها می‌شود. صاحبان مزاج سرد و تر (بلغمی) و سرد و خشک (سوداوی) هر دو را مضر است و امراض بلغمی و سوداوی بدنبال دارد و هم‌هی اعضای رئیسه (قلب، مغز، کبد) را ضعیف می‌کند. عبارتی: جماع، بیشتر موافق گرم مزاجان است و سرد مزاجان باید کمتر جماع کنند.

۱- طبق نظر حکما غذا طی چهار هضم به عضو تبدیل می‌شود. هر هضم یک فضله (ماده اضافی) دارد و حدوداً سه ساعت طول میکشد. هضم اول در معده و فضله آن مدفوع است. هضم دوم در کبد بوده و فضله آن ادرار است. هضم سوم در عروق و فضله آن عرق می‌باشد و در نهایت هضم چهارم که در اعضا صورت می‌گیرد و فضله آن منی است.

زمان مناسب برای جماع

بهترین وقت پس از شروع هضم دوم (هضم کبدی) است که حدوداً سه ساعت پس از غذاست. بدلیل آنکه:

۱) جماع هنگام پری معده مضر است چون فعل جماع باعث حرکت عنیف (سنگین و شدید) ارواح (قلب، کبد، مغز) و قوا و اخلاط است و خوف حدوث سده (گرفتگی) و سوء هضم (بد هضمی) و امراض عصب و اوجاع ظهر (درد کمر) و درد مفاصل و وِرک (باسن) و عرق النساء (سیاتیک) و نقرس و فتق (پارگی لایه های شکمی) و دوالی (واریس) و استرخا (ام اس) و رعشه و موت فجاءه (مرگ ناگهانی) می شود.

۲) بدن باید در حالت متعادلی از نظر گرمی و سردی و تری و خشکی باشد.

۳) در حال خلو (خالی بودن) بیش از حد معده (گرسنگی شدید) نیز مضر است. چون وقتی در حال جماع، حرارت بدن بالا می رود نیازمند رطوبات است تا آن ها را اذابه کرده (ازبین ببرد) و تحلیل برد و چون بدن غذا ندارد، به ناچار رطوبات اصل بدن را تحلیل می برد و باعث ضعف شدید و لاغری بدن می شود.

البته ضرر جماع در حالت گرسنگی شدید و سردی بدن و هوا و خشکی مزاج بیشتر است از ضرر آن در حالت پری معده و گرمی و تری مزاج.

۴) جماع وقتی باید صورت گیرد که قوه بدنی قوی باشد و نعوظ تام حاصل شده باشد، نه اینکه به زور و تکلف، شهوت را به هیجان آورد و یا با فکر اشخاص و زنان زیباروی عریان و یا نظر به سوی آنان خودش را به شهوت آورد. بنابراین دیدن فیلم های سکسی و صحنه های محرک برای آمادگی جماع مضر است؛ بلکه جماع باید زمانی صورت گیرد که طبیعت بدن بدون استفاده از این ها احساس نیاز کند.

ضرر دیگر این امور (فکر جماع و یا صور جمیله و طنزازی رفاصان و زنان عریان و فیلم ها و صحنه های مهیج و هرچه که شهوت را به هیجان بیاورد اما جماع و دخول و انزال منی انجام نگیرد) این است که منی محتقن (محتبس) می شود در مجاری می ماند و متعفن می گردد و گاه است که مستحیل به ردائت (بدی و پستی) و سمیت می گردد و بخارهای بد آن چون به قلب و دماغ (مغز) می رسد به سبب ردائت و سمیت موجب غشی و صرع و بی خوابی و امثال این ها می شود.

در جماع چندین عامل نقش دارند:

۱) منی از خون خوب و لطیف و پخته شده بدن تولید می شود. خونی که هضم سوم عروقی را طی کرده است و شروع به هضم چهارم نموده است و قرار است جزو عضو شود؛ یعنی به غذای اعضا برسد. بنابراین در صورت مراعات نکردن شرایط آن و هدر دادن منی بدون تدبیر، عارضه زیادی به بدن وارد می شود.

۲) جماع، هم یک حرکت بدنی نیاز دارد و هم یک حرکت نفسانی (روانی) و هر دو عمل، فشار زیادی به بدن وارد می کنند...

۳) در جماع و دفع منی، روح زیادی از بدن دفع می شود (به سبب لذت و میل ارواح به خارج و تحلیل آن ها) خصوصاً اگر همراه لذت بسیار باشد.

دیگر فواید جماع مناسب

جماع به حد اعتدال (حد اعتدال نسبی است و بستگی به مزاج فرد و فصل و سن و حال فرد و ... دارد - مثلاً مزاج دموی شاید سه روز یک بار محتاج جماع باشد اما مزاج بلغمی دو هفته یکبار) باعث انعاش (نشاط و سرحالی) حرارت غریزیه و دفع فضول (مواد اضافی) و مهیا کننده بدن برای قبول غذا و باعث تفریح (شادی) و بزرگی قضیب (آلت تناسلی) و تسکین غضب و زوال افکار بد و وسواس سوداوی^(۲) است.

ضرر ترک دفعی جماع

اگر فردی قوی المزاج و قوی البنیه و جوان و محرور المزاج (گرم مزاج) باشد و بر جماع عادت کرده باشد و دفعتاً ترک نماید، بسا هست که به امراضی مانند: دوار (سرگیجه و سیاهی رفتن چشم ها موقع بلند شدن) و تاریکی دید و سنگینی بدن به سبب فساد منی به احتقان آن و بالا رفتن بخارهای سمی بسوی دماغ و ورم بیضه ها و ... گرفتار شود. در مان آن هم اعاده ی جماع است.

دیگر ضرر های افراط جماع

افراط در جماع باعث سقوط قوه و ضعف دماغ و عصب و حدوث امراض عصبانی (ام اس، فلج، رعشه، لقوه، تشنج)، ضعف دید و ضعف قلب و امراض قلبی مانند خفقان و توحش (ترس) و ضعف کبد و امراض کبدی و ضعف معده و قوه هاضمه و ضعف سایر قوا می شود. علت این امر، آن است که منی از جوهر هضم چهارم است و بدن برای تولید آن مراحل زیادی طی کرده و قوای زیادی صرف کرده است.

اوقات مناسب و نامناسب جهت جماع

جماع باید موقعی صورت گیرد که طبیعت بدن به شوق و رغبت خود مشتاق بدان باشد و انعاظ و شبق (انعاظ) قوی و صادق باشد و اوعیه منی (بیضه ها و تخمدان ها) پر باشند و قوای بدنی سالم و قوی باشند (نه در حالت بیماری) که به محض اندک خیال جماعی و ملامسه (لمس کردن بدن زن) و ملاعبه (عشق بازی) و امثال این ها تحریک شود.

همچنین باید قمر در عقرب نباشد، چون از اوقات نحس است. و تحت الشعاع نیز نباشد و شب اول ماه و وسط ماه و آخر ماه نیز نباشد. شب چهارشنبه و وقت طلوع و غروب آفتاب نیز مناسب نیست.

(جهت اطلاع بیشتر از شرایط زمانی و مکانی مناسب و نامناسب جهت جماع می توانید به کتاب «حلیة المتقین» اثر علامه مجلسی (رحمة الله علیه) مراجعه نمایید)

^۲ - در طب سنتی علت وسواس و مالیخولیا و افسردگی را غلبه خلط سودا در مغز می دانند.

افرادی که جماع با آن ها مناسب نیست

هم جنس بازی گذشته از اینکه شرعاً حرام و مستحق حد زدن است، کمال ضرر را دارد چون برای انزال منی نیازمند حرکات عنیفهٔ مُتَعَبِه (حرکات سنگین، دشوار و طاقت فرسا) است و در نتیجه قوا بیشتر تحلیل می‌رود و هرچه تحلیل قوا بیشتر باشد ضرر آن بیشتر است.

جماع با پیرزن نیز به علت قلت التذاذ و کثرت فضولات رحمی و وسعت مکان (عدم تنگی رحم) و سردی آن، ممنوع است. همچنین جماع با زن صغیرهٔ غیر بالغه به سبب کثرت اضطراب و تشویش و عدم میل و رغبت ایشان به جماع مناسب نیست.

جماع با زن حائض به علت تنفر طبع و قذارت (آلودگی) مکان (رحم)، مناسب نیست.

از جماع زیاد با زنان باکره به سبب اضطراب و سیلان خون بکارت و احتیاج به زیادی حرکت که همهٔ این ها موجب ضعف شهوت و قوا و ارواح است نهی شده است.

زن بسیار قلیل السن و ضعیف و صغیرالجثه نباشد و از پانزده سال کمتر نباشد.

پیر، مسن، بد هیأت (بد شکل) و بد قوارهٔ بدخلق نیز نباشد.

آداب و اشکال جماع

ملاعبه و معاشره قبل از جماع در التذاذ و ارضاء و سلامت و صحت و فرح طرفین، بسیار مهم است.

قبل از دخول باید ملاعبه و ملامسه بسیار با زن نماید و تَدَبُّین (پستان) او را بمالد و به هر طریقی که دوست دارد ملاعبه کند تا زن نیز به هیجان آید. اما دو موضع است که قبل از دخول باید با آن ها بسیار بازی کرد، یکی پستان و دیگری عانه (زیر ناف) چون در عانه (بالای رحم و زیر ناف) و رحم، اعصاب بسیارند و حس آن ها قوی و مالش آن ها بای نحو (با دست یا با قضیب) باعث تحریک زن می‌شود و شهوتش به هیجان می‌آید. علت مالش پستان نیز آن است که پستان با رحم مشارکت دارد و به آن وصل است.

همچنین قبل از دخول، سخنان عاشقانه و شوق برانگیز بر زبان رانند که بسیار در تحریک زن موثر است.

اشکال جماع

افضل و بهترین شکل جماع آن است که مرد بالای زن میان دو ران او بر سر پا نشسته و زن خوابیده بر پشت (رو به آسمان) باشد و مرد دو ران زن را برداشته و بر ران خود گذاشته که در این حالت دهانهٔ رحم بالا و قعر آن در پایین قرار می‌گیرد و باعث سهولت خروج منی و قرار گرفتن آن در رحم می‌شود.

البته این دخول بعد از ملاعبه باشد. پس از ملاعبه، حالت چشم زن بسوی سرخی متغیر می‌شود که این بدلیل شدت لذت و آمدن خون و روح به سمت ظاهر است و نفَس به علت گرمی قلب، شدت می‌یابد و همهٔ آنها به علت وصل بودن همهٔ اعضا به اندام تناسلی است. در این حالت زن طالب دخول است و این طلب را بروز می‌دهد. آن هنگام باید دخول کند و پی در پی حرکت دهد تا انزال صورت گیرد.

نکتهٔ بسیار مهم: اگر جماع به این شکل صورت گیرد، انزال مرد با انزال زن متحد و همزمان می‌شود و این جماعی است که زن بدان آبتن می‌گردد، إن شاء الله تعالی؛ و تدابیر مذکوره از ملاعبه و غیر آن برای آن است که زمان انزال منی زن نسبت به منی مرد طولانی تر می‌باشد و همچنین برای آن است که بتوانیم بین انزال آن ها همزمانی ایجاد کنیم. علاوه بر اینکه این امر باعث می‌شود که زن کمال لذت را ببرد. اما اگر بدون ملاعبه، دخول صورت گیرد،

انزال مرد صورت می‌گیرد و مرد خود را کنار می‌کشد ولی زن هنوز به اوج نرسیده است. در نتیجه علاوه بر اینکه این جماع نطفه ساز نیست، زن نیز از جماع لذت نمی‌برد و باعث تنفر او از جماع و از مرد می‌شود و حتی ممکن است عصبانی شود. در بیشتر موارد زن نمی‌تواند این حالتش را ابراز کند.

بدترین شکل جماع

بدترین حالت جماع آن است که مرد بر پشت بخوابد و زن را بر خود بالا ببرد. خصوصاً که خود از زیر حرکت نماید به سبب آن که تعب (خستگی) بسیار به او می‌رسد و منی به سختی اخراج می‌یابد و بعضاً مقداری منی در مجاری باقی می‌ماند و متعفن گشته و باعث زخم مجاری می‌شود.

دیگر حالات از لحاظ خوب و بد بودن، بین این دو هستند.

تراشیدن عانه (اطراف آلات تناسلی) با تیغ، مهیج شهوت است، چون باعث جذب روح و خون به سوی آلات تناسل می‌شود که مقوی جماع اند. مدتی ترک جماع نمودن باعث فراموشی نفس است و عدم اعتنا و اهتمام و توجه طبیعت مدبره‌ی بدن به تولید منی.

استمناء

و آن مالیدن به دست یا چیز دیگر است تا منی استخراج یابد.

استمناء موجب غم و ضعف قوه و لاغری بیخ آلت است و باعث تحلیل ارواح و قوا می‌شود که این به علت قلت التذاذ و دفع منی بدون انتشار قوا (چون در جماع علاوه بر مالش آلت، کل بدن مرد با بدن زن در تماس است و از طرفی چشم نیز درگیر می‌شود و قوا انتشار می‌یابد. بعبارتی کل بدن به دفع منی کمک می‌کند، اما در استمناء فقط از طریق مالش دست انجام می‌گیرد) و کمی دفع منی به سبب عدم جذب رحم است؛ علاوه بر اینکه در استمناء حرارت رحم و رطوبت آن (که باعث شدت التذاذ است)، وجود ندارد و لذا در شرع شریف ممنوع و صاحب آن مستحق حد است، به سبب آنکه استمناء ضایع کردن منی است بدون فایده.

البته در حیوانات نیز هیأت طبیعی جماع آن است که نر بالای ماده است نه بر عکس. باقی حالات بجز این حالت، خواه زن بالا باشد یا به پهلو خوابیده باشند و غیره همه مضر و باعث امراض کثیره اند.

اصول پس از مباشرت

پس از مباشرت، آب سرد و شربت سرد نوشیدن، بسیار مضر است و باعث استرخا (ام اس) و رعشه و استسقا و ... می‌شود. همچنین غسل به آب سرد ننمایند و از هوای سرد پرهیز کنند که همه این‌ها باعث امراض کثیره است.

دیگر اوقات نهی شده برای جماع

جماع در حال تُخْمِه (پر خوری که باعث سنگینی معده شود) و حالت غم و اندوه بسیار و خمار و هنگام تب و دیگر امراض و سردی و گرمی بدن و پس از حجامت و اسهال شدید و بی‌خوابی و رنج و خستگی، مضر است. جماع نمودن بدون کمال شوق و رغبت و شهوت، کمال مضرت را دارد.

حد جماع، در هر سه شبانه‌روز، یک مرتبه است. این حد برای کسی است که بنیه ی سالم دارد و جوان است و برای دیگران باید از آن کمتر باشد و زیاده بر آن مضر و محلل و نابود کننده قوا و ارواح است، چون زمان لازم برای تولید منی کمتر از این مدت نمی‌باشد. پس اکثر (زیاده روی) در آن باعث فشار بر طبیعت بدن می‌شود.

عوامل تضعیف کننده قوه جنسی

- (۱) دوری از طبیعت و زندگی در آپارتمان ها و کارخانجات و مراکز صنعتی و کار با ماشین ها.
- (۲) خوردن غذای سرد بطور مکرر و متناوب: در حال حاضر غذای غالب در جامعه ی ما، غذاهای سرد است. لیست غذاهای سرد و گرم در کتب طب سنتی موجود می‌باشد.
- (۳) غم و غصه و افسردگی و ناامیدی فراوان جنسی: غم و غصه، طبیعت مدبره بدن را درگیر می‌کند و باعث می‌شود که طبیعت بدن از توجه به دیگر امور (میل جنسی) غافل شود و از این جهت عامل تضعیف میل جنسی است
- (۴) ضعف در یکی از قوای رئیسه ی بدن (قلب، مغز یا کبد) و همچنین ضعف کلیه و لاغری آن و ضعف معده نیز می‌تواند باعث ضعف قوای جنسی شود؛ که جهت اعاده صحت آن‌ها باید به طیب مراجعه کرد.
- (۵) اعتیاد به مواد مخدر و تریاک: تریاک به علت سردی و خشکی بالایی که دارد، حرارت غریزی و رطوبت اصلی را نابود می‌کند و باعث ضعف میل جنسی می‌شود.
- (۶) کافور: کافور یک داروی بسیار سرد و خشک است و همانند تریاک، ضد مزاج اصلی بدن (گرم و تر) است. از مهمترین خواص کافور، ضعف میل جنسی است.
- کافور در برخی از دانشگاه‌ها و مراکز شبانه روزی و آسایشگاه‌ها استفاده می‌شود. فرهنگ کافورخوری در مراکز شبانه روزی از ارتش انگلیس گرفته شده است. آن‌ها برای اینکه ذهن سربازان از همجنس بازی و شهوترانی دور شود و به خدمت خود بپردازند، به سربازان کافور می‌خوراندند تا بدین وسیله میل جنسی آن‌ها را تضعیف کنند.
- (۷) یکسری از دارو ها، میل جنسی را بسیار کم می‌کنند مثل کاهو و تخم آن، گشنیز و سرکه.
- (۸) حجامت: حجامت زیاد، مضعف (تضعیف کننده) میل جنسی است. از حجامت و موارد شماره ی ۷ می‌توان برای کسانی که میل جنسی بالایی دارند استفاده کرد. با استفاده از این موارد و پرهیز از داروها و غذاهای مبهی می‌توان براحتی میل جنسی افراد بیش فعال را کنترل کرد.

نکته:

- موادی که در یک پرائنتز موجودند متعلق به یک ترکیبند و با ترکیبات دیگر که داخل پرائنتز های جداگانه هستند ارتباطی ندارند و در صورتی که بین دو یا چند پرائنتز، عبارت: (:) قرار داده شود به این معنی است که هر کدام از ترکیبات را می توان استفاده کرد.
 - علامت (+) به معنی «ترکیب شدن» می باشد.
 - علامت (o) و (:) به معنی «یا» می باشند.
- مثلا: (زرده تخم مرغ نیم برشت + ادویة باهیة: (خولنجان، دارچین، زعفران، زنجبیل، فلفل)) یعنی: زرده تخم مرغ نیم برشت را با یکی از ادویہ های باهیة اشاره شده (یعنی: خولنجان یا دارچین یا زعفران یا ...) ترکیب کنید.

همه نسخه های زیر جهت پسرزایی و رفع نازایی نیز استفاده می شود:

۱. (شیر + شکر + برنج)، مبهی و مولد منی است.
۲. (تخم انجره + شیر گوسفند + تخم کرفس)، درافزایش باه مجرب است.
۳. بوزیدان، نعناع، زنجبیل، فلفل، خولنجان، دارچین، پیاز، تخم انجره، سبزی شاهی، اسفند، دارچین، یونجه و تخم آن، زعفران، آویشن، زرده تخم مرغ نیم برشت، هویج
۴. خرفه مبهی محرورین و مضعف مبرودین است (یعنی برای گرم مزاجان باعث افزایش قوه باه و برای سرد مزاجان باعث تضعیف قوه باه است)
۵. بابونه، فندق، انجیر، گردو، عسل، شلغم، سیب زمینی
۶. (فندق + عسل یا شکر)
۷. (فندق + انیسون) ؛ (مریای شکوفه سیب) ؛ (خرما برای باه مبرودین) ؛ (انجیر + گردو)
۸. (تخم شاهی + زرده تخم مرغ نیم برشت)
۹. مرغ و خروس و مشتقات آن بسیار مفید است.
۱۰. (خرما + مغز بادام) ؛ (مویز جهت باه مبرودین) ؛ (شیر + برنج بالمناصفه ده روز) ؛ (ارده + عسل)
۱۱. (کنجد + بزر کتان) ؛ (عسل + آب باران)
۱۲. کندر + زرده تخم مرغ نیم برشت
۱۳. بادام شیرین مولد منی و مُسکن حدت (تندی و تیزی منی که باعث سوزش مجاری ادرار می شود) آن است.
۱۴. شکوفه بادام شیرین محرک باه مردان و قاطع باه زنان
۱۵. (دوغ، مبهی محرورین (گرم مزاجان)) ؛ (موز مبهی محرورین)
۱۶. از (زرده تخم مرغ بارور + پودر نخود)، کوکو درست کرده بعنوان غذا مصرف شود. همچنین ادویة باهیة (گرم) به آن افزوده شود.
۱۷. (بوزیدان + اسارون + تخم انجره + خولنجان + قدومه شیرازی)، آسیاب شود و با عسل معجون بسازید.
۱۸. شیرخشت باعث رقت منی و سرعت انزال میشود.
۱۹. گوشت ها برای باه باید آب پز شوند، چون سرخ کرده از ارزش غذایی اش کاسته می شود.

^۳ - مبہیات: افزایشده های قوه باه (نیرو و میل جنسی)

^۴ - منعظات: ایجاد کننده های نعوظ

نسخه های زیر مجرب هستند

۱. (گوسفند نر + دنبه + پیاز)
۲. (خاویار و گوشت ماهی + ادویۀ باهییه: (خولنجان، دارچین، زعفران، زنجبیل، فلفل))؛ (پرورده نخود با شاهی)
۳. (خولنجان + زنجبیل + پسته)
۴. آرد گندم مطبوخ با شکر و بادام (مانند حریره) ولیسیدن آن
۵. مالیدن روغن سیاهدانه بر کمر و اعضای تناسل جهت نعوظ
۶. (مربای گزر که بجای شکر با عسل درست شده باشد)؛ (خرما + شیر + دارچین)
۷. (روغن سیاهدانه + روغن زیتون + کندر (خوردنی و مالیدنی)؛ (مربای گردو که بجای شکر با عسل درست شده باشد)
۸. (خیسانده نخود (نخود را در آب گرم ریخته و بگذارید چند ساعت (بدون دادن حرارت) خیس بخورد) + عسل)
۹. سیر در مرطوبین (ترها)
۱۰. (زرده تخم مرغ نیم برشت + ادویۀ باهییه: (خولنجان، دارچین، زعفران، زنجبیل، فلفل))
۱۱. ماهی سُنُقُور

مضعفات باه^(۵)

۱. دو درم تخم کاهو جهت احتلام؛ همچنین یک مثقال اسفند
۲. مضعف باه: (خشخاش، کاسنی، طرخون، کاهو)
۳. مصرف زیاده از چهار اوقیه (هر اوقیه: ۳۴ گرم) تخم گشنیز عامل تقلیل منی و ضعف باه و مسکن نعوظ
۴. زنیان و نشاسته عامل تقلیل منی
۵. افیون جهت سرعت انزال

وبلاگ طب اسلامی

www.rahe-residan.blogfa.com

^۵ - مضعفات باه: تضعیف کننده های قوه باه (نیرو و میل جنسی)