



# تقويم العلاقات الحميمة

( الايام الجيده والسيئة )

لممارسة العلاقات الحميمة

بحسب حركة القمر

لعام

# 2025

اعداد الفلكي

عادل محمد السراجي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## الفهرس

٣	مقدمة.....
٤	نواهي ومكروهات الجماع.....
٥	ماذا يحدث للرجال في الايام القمرية؟.....
٥	اكتمال القمر وتأثيره على الجنس البشري.....
٦	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يناير ٢٠٢٥.....
١٨	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر فبراير ٢٠٢٥.....
٢٩	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر مارس ٢٠٢٥.....
٣٩	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر ابريل ٢٠٢٥.....
٤٩	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر مايو ٢٠٢٥.....
٦٠	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يونيو ٢٠٢٥.....
٧٠	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يوليو ٢٠٢٥.....
٨١	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر اغسطس ٢٠٢٥.....
٩١	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر سبتمبر ٢٠٢٥.....
١٠٢	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر اكتوبر ٢٠٢٥.....
١١٢	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر نوفمبر ٢٠٢٥.....
١٢٢	التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر ديسمبر ٢٠٢٥.....

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



الحمد لله الذي أحكم صنعه وأبدع خلقه، وجعل من الماء بشراً فجعله نسباً وصهراً، ووهب للخلق شهوة تستبقي النسل، فجعل النكاح سنتاً مباركة تحفظ الأنساب وتصون الأعراض، وحرّم السفاح وزجر عنه، وحثّ على الزواج وبين فضله في استكمال الدين وتهذيب النفس. والصلاة والسلام على سيدنا محمد، خير خلق الله، الذي أمر بالمعروف ونهى عن المنكر، ودعا إلى الزواج وجعله سبباً للتكثير الذي به يباهي أمته يوم القيامة.

أما بعد،

فإن الزواج من أسمى العلاقات الإنسائية التي تقوم على المحبة والتكامل، وهو وسيلة للتكاثر واستمرارية الحياة. ولأننا نتأثر بالطبيعة حولنا، فإن للقمر تأثيراً مباشراً على حياة الإنسان، بما في ذلك علاقاته الحميمة. يعتمد هذا الكتاب على دراسة دور القمر في تحديد الأيام التي تكون فيها طاقة الإنسان في أفضل حالاتها أو أسوأها، وذلك بناءً على دورة القمر الشهرية.

حيث أن ممارسة العلاقة الحميمة في الأيام ذات الطاقة المنخفضة قد تؤدي إلى استنزاف الطاقة الجسدية والنفسية، مما قد يسبب التعب ويؤثر سلباً على الصحة بمرور الزمن، وقد يسرع من ظهور أعراض الشيخوخة ويزيد من احتمالية الإصابة بالأمراض المزمنة. كما أن هناك توجيهات دينية توصي بتجنب الجماع في بعض الأيام من الشهر القمري، مثل بداية الشهر ووسطه ونهايته، مما يعزز الجانب الروحي والبدني للعلاقة الزوجية.

هذا الكتاب، الذي أعدته بعناية ليكون الأول من نوعه في الوطن العربي والإسلامي، يقدم دليلاً شاملاً للأيام الجيدة والسيئة لممارسة العلاقات الحميمة خلال عام ٢٠٢٥، معتمداً على الدورة القمرية. أرجو أن يكون هذا الكتاب مرجعاً مفيداً لكل متزوج، وأن يساعد في تحسين حياتهم الزوجية والمحافظة على صحتهم وسعادتهم.

والله ولي التوفيق.

الفلكي عادل محمد علي السراجي



## نواهي ومكروهات الجماع

ويكره له الجماع في ثلاث ليال من الشهر الأول والآخر والنصف يقال إن الشيطان يحضر الجماع في هذه الليالي ويقال إن الشياطين يجامعون فيها

وردت في الروايات نواهي كثيرة عن الجماع في احوال متعددة وذكرت للجماع في تلك الاحوال آثار تكوينية كخروج الولد مجنوناً او اعمى او فقيراً بائساً او احولاً وغير ذلك من الآثار لكن الفقهاء استفادوا من تلك الروايات الكراهة ففي منهاج الصالحين للسيد السيستاني:

ويكره الجماع في ليلة الخسوف، ويوم الكسوف، وعند الزوال ، وعند الغروب قبل ذهاب الشفق، وفي المحاق، وبعد الفجر حتى تطلع الشمس، وفي أول ليلة من الشهر القمري، وفي ليلة النصف من الشهر وآخره، وعند الزلزلة والرياح الصفراء والسوداء . ويكره مستقبل القبلة ومستدبرها .

ومن الروايات الواردة في مجال المستحبات والمكروهات:

-فقه الرضا (عليه السلام) : " واتق الجماع في اليوم الذي تنكسف فيه الشمس، أو في ليلة ينكسف فيها القمر، وفي الزلزلة، وعند الرياح الصفراء والحمراء والسوداء، فمن فعل ذلك وقد بلغه الحديث رأى في ولده ما يكره - عبد الله والحسين ابنا بسطام في طب الأئمة (عليهم السلام) : عن أحمد بن الخصيب النيسابوري، قال : حدثنا النضر بن سويد، عن فضالة بن أيوب، عن عبد الرحمن بن سالم قال : قلت لأبي جعفر (عليه السلام) : جعلت فداك، هل يكره في وقت من الأوقات الجماع ؟ قال : " نعم، وإن كان حلالاً يكره ما بين طلوع الفجر إلى طلوع الشمس، وما بين مغيب الشمس إلى سقوط الشفق، وفي اليوم الذي تنكسف فيه الشمس، وفي الليلة واليوم الذي تكون فيه الزلزلة، والرياح السوداء، والرياح الحمراء والصفراء، ولقد بات رسول الله صلى الله عليه وآله مع بعض نسائه في ليلة انكسف فيها القمر، فلم يكن منه في تلك الليلة شئ مما كان في غيرها من الليالي، فقالت له : يا رسول الله، لبغض كان هذا الجفاء، فقال رسول الله صلى الله عليه وآله : أما علمت أن هذه الآية ظهرت في هذه الليلة، فكرهت أن أتلذذ (لعباً ولها) فيها، وأتشبه بقوم عيرهم في كتاب الله عز وجل (( وَأَنْ يَرَوْا كِسْفًا مِنَ السَّمَاءِ سَاقِطًا يَقُولُوا سَحَابٌ مَّرْكُومٌ )) (الطور:٤٤)، (( فَذَرَهُمْ يَحْضُوا وَيَلْعَبُوا حَتَّى يُلَاقُوا يَوْمَهُمُ الَّذِي يُوعَدُونَ )) (المعارج:٤٢) وقوله تعالى : (( فَذَرَهُمْ حَتَّى يُلَاقُوا يَوْمَهُمُ الَّذِي فِيهِ يُصْعَقُونَ )) (الطور:٤٥) ثم قال أبو جعفر (عليه السلام) : وأيم الله، لا يجامع أحد في هذه الأوقات التي كره رسول الله صلى الله عليه وآله فيها، ثم رزق فيه ولد فيرى في ولده ما يحب، بعد أن يكون علم ما نهى عنه رسول الله صلى الله عليه وآله

وآلتاً، من الأوقات التي كره فيها الجماع واللهو واللذة، وأعلم يا بن سالم، أن من لا يجتنب اللهو واللذة عند ظهور الآيات، كان ممن يتخذ آيات الله هزواً. "

### ماذا يحدث للرجال في الأيام القمرية؟

مع تدني مستويات التستوستيرون في ساعات المساء، يكون مزاج الرجل عادة في أدنى مستويات العدائية، ويكون أكثر قابلية للموافقة على أي شيء يطلب منه، وقد يبدو عليه الشعور بالتعب، خاصة إذا ما كان قد انتهى تَوّاً من عمله ولم يتسنى له الوقت بعد ليتناول طعامه، وقد يشعر الكثير من الرجال بعدم القدرة على ممارسة الجنس مع الزوجة في هذه

### اكتمال القمر وتأثيره على الجنس البشري

وأهمها الجانب الطبي الذي يفسر بأن فترة اكتمال القمر وهي أيام ١٣، ١٤، ١٥ يحدث فيها اختلال في الهرمونات الذكورية وما يسميها الطب (فترة حيض الرجال) ويكون فيها الرجل في حالة استثارة وتعب وإرهاق شديد بسبب تغير الهرمونات في هذه الفترة. أما من الناحية الفلكية وتأثير الجاذبية فمعروف هذا التأثير من خلال المد والجزر البحري في هذه الأيام الثلاثة بسبب قوة الجاذبية القمرية على السوائل الموجودة في الأرض.

أما من الناحية البيئية وهي إحصائيات غربية في أحد المقالات العلمية فتؤكد ارتفاع نسبة الجرائم أي كان مستواها في فترة اكتمال القمر الذي رجح تفسيرها بسبب تدفق الدورة الدموية واضطراب الهرمونات في هذه المدة الزمنية.

أما من الناحية الدينية التي أشار لها الرسول صلى الله عليه وآله وسلم والحث على صيام الأيام البيض وكثير من الأشخاص ربطها بأن فترة الصيام تنظم الهرمونات والدورة الدموية حيث إنه في فترة الصيام ينخفض معدل مستوى السكر في الدم ويساعد على التحكم في مستوى تأثير القمر على جسم الإنسان وتم تأكيد تأثير القمر على الجنس البشري لأنه يحتوي جسم الإنسان على ٧٠% من المياه

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يناير ٢٠٢٥

## الأربعاء ٠١ رجب ١٤٤٦ / ٠١ يناير ٢٠٢٥

- تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.
- التوصيات:
- ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.
- هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره." يعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلباً على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

## الخميس ٠٢ رجب ١٤٤٦ / ٠٢ يناير ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الثاني، يعتبر هذا اليوم يوماً محايداً للعلاقات الحميمة. لا يوجد تأثير سلبي واضح من القمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء دون أي تأثير كبير على الصحة أو الطاقة.
- التوصيات:
- من الممكن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم دون مشاكل، لكن إذا كنت تبحث عن توقيت مثالي ومناسب أكثر، فقد يكون من الأفضل تأجيلها إلى اليوم التالي، حيث يتوقع أن يكون أفضل من حيث التأثير الفلكي والطاقة.

## الجمعة ٠٣ رجب ١٤٤٦ / ٠٣ يناير ٢٠٢٥

- هذا اليوم يعتبر مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة، حيث تكون الطاقة إيجابية والتأثير القمري داعماً لهذه الأنشطة. يعد توقيتاً جيداً لتحقيق توازن في الصحة الجسدية والعاطفية، دون أي تأثيرات سلبية.
- التوصيات:
- يمكن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم براحة وطمأنينة، حيث يتوقع أن يكون التأثير إيجابياً على الجسم والعلاقة.



## السبت ٠٤ رجب ١٤٤٦ / ٠٤ يناير ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.
- التوصيات:
- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

## الأحد ٠٥ رجب ١٤٤٦ / ٠٥ يناير ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.
- التوصيات:
- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب والمتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكما البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

## الاثنين ٠٦ رجب ١٤٤٦ / ٠٦ يناير ٢٠٢٥

- في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.
- التوصيات:
- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### الثلاثاء ٠٧ رجب ١٤٤٦ / ٠٧ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.
- التوصيات:
- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الأربعاء ٠٨ رجب ١٤٤٦ / ٠٨ يناير ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الثامن، يعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.
- التوصيات:
- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### الخميس ٠٩ رجب ١٤٤٦ / ٠٩ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية.
- التوصيات:
- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

## الجمعة ١٠ رجب ١٤٤٦ / ١٠ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة.
- التوصيات:
- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكا مريحا وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

## السبت ١١ رجب ١٤٤٦ / ١١ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة.
- التوصيات:
- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

## الأحد ١٢ رجب ١٤٤٦ / ١٢ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.
- التوصيات:
- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

## الإثنين ١٣ رجب ١٤٤٦ / ١٣ يناير ٢٠٢٥

• اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

• التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

## الثلاثاء ١٤ رجب ١٤٤٦ / ١٤ يناير ٢٠٢٥

• اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

• التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

## الأربعاء ١٥ رجب ١٤٤٦ / ١٥ يناير ٢٠٢٥

• اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.

• التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

## الخميس ١٦ رجب ١٤٤٦ / ١٦ يناير ٢٠٢٥

<ul style="list-style-type: none"> <li>اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>التوصيات:</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضرب بصحتك بشكل خطير.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.</li> </ul>

## الجمعة ١٧ رجب ١٤٤٦ / ١٧ يناير ٢٠٢٥

<ul style="list-style-type: none"> <li>اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>التوصيات:</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.</li> </ul>

## السبت ١٨ رجب ١٤٤٦ / ١٨ يناير ٢٠٢٥

<ul style="list-style-type: none"> <li>في هذا اليوم، من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>التوصيات:</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.</li> </ul>

## الأحد ١٩ رجب ١٤٤٦ / ١٩ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.
- التوصيات:
- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

## الاثنين ٢٠ رجب ١٤٤٦ / ٢٠ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.
- التوصيات:
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.
- 

## الثلاثاء ٢١ رجب ١٤٤٦ / ٢١ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.
- التوصيات:
- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.
-



## الأربعاء ٢٢ رجب ١٤٤٦ / ٢٢ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.
- التوصيات:
- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

## الخميس ٢٣ رجب ١٤٤٦ / ٢٣ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.
- التوصيات:
- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

## الجمعة ٢٤ رجب ١٤٤٦ / ٢٤ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.
- التوصيات:
- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.
-

## السبت ٢٥ رجب ١٤٤٦ / ٢٥ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.
- التوصيات:
- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

## الأحد ٢٦ رجب ١٤٤٦ / ٢٦ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.
- التوصيات:
- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

## الاثنين ٢٧ رجب ١٤٤٦ / ٢٧ يناير ٢٠٢٥

- القمر في البرج: الجدي
- منزلة القمر: سعد البلع (16:10)
- في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.
- التوصيات:
- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

## الثلاثاء ٢٨ رجب ١٤٤٦ / ٢٨ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.
- التوصيات:
- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

## الأربعاء ٢٩ رجب ١٤٤٦ / ٢٩ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملمات الحسية والمزالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.
- التوصيات:
- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

## الخميس ٣٠ رجب ١٤٤٦ / ٣٠ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضاً لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".
- التوصيات:
- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضر بالصحة والطاقت.
-

## الجمعة ١ شعبان ١٤٤٦ / ٣١ يناير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.
- التوصيات:
- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وأخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.
-

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر فبراير ٢٠٢٥

## أيام التقويم القمري المناسبة لممارسة العلاقة الحميمة لشهر فبراير ٢٠٢٥ م

### • السبت ٠٢ شعبان ١٤٤٦ / ٠١ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الحوت (6:40)
○ منزلة القمر: الرشا
○ اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.
○ التوصيات:
○ اليوم ليس محايداً تماماً، ولكن قد يكون من الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة ليوم آخر حيث تكون الفرص أفضل للحصول على تجربة أكثر إرضاءً.

### • الأحد ٠٣ شعبان ١٤٤٦ / ٠٢ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الحمل (4:10)
○ منزلة القمر: الشرطين
○ اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.
○ التوصيات:
○ يعتبر هذا اليوم موافقاً للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### • الإثنين ٠٤ شعبان ١٤٤٦ / ٠٣ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الحمل
○ منزلة القمر: البطين
○ اليوم القمري الرابع هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.
○ التوصيات:
○ في حالة وجود أي مرض تناسلي عند أحد الزوجين، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة لتفادي نقل العدوى.
○ إذا كان كلا الزوجين بصحة جيدة، يمكنك ممارسة العلاقة، ولكن يفضل توخي الحذر والاهتمام بالنظافة الشخصية.



### • الثلاثاء ٠٥ شعبان ١٤٤٦ / ٠٤ فبراير ٢٠٢٥

- القمر في البرج: الثور (6:34)
- منزلة القمر: الثريا / الدبران (21:05)
- اليوم القمري الخامس هو يوم محايد أيضاً.  
التوصية:
- سيكون اليوم ممتعاً ومناسباً لممارسة العلاقة الحميمة في جو من الفرح والهدوء.
- ومع ذلك، ينصح بتجنب المشاعر الجامحة أو العلاقة العنيفة، واتباع أسلوب طبيعي، حيث أن القمر قد يؤثر على الطاقة المتدفقة بينكما.
- استمتع بلحظات الحب، ولكن بمرونة وهدوء.

### • الأربعاء ٠٦ شعبان ١٤٤٦ / ٠٥ فبراير ٢٠٢٥

- القمر في البرج: الثور
- منزلة القمر: الهقعة (19:00)
- اليوم القمري السادس يعتبر وقتاً مناسباً للجنس الكلاسيكي.  
التوصية:
- ينصح بممارسة العلاقة الحميمة بشكل هادئ ومدروس، وخاصة للمتقدمين في العمر.
- يجب أن تكون العلاقة لطيفة جداً، مع وضعيات مريحة وأجواء رومانسية.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر أو الإرهاق، فمن الأفضل تجنب العلاقة في هذا اليوم، لأن ذلك قد يؤدي إلى انزعاج داخلي أو ضرر.
- من الأفضل تخصيص وقت أطول للمداعبة والقبلات بدلاً من العلاقة نفسها للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### • الخميس ٠٧ شعبان ١٤٤٦ / ٠٦ فبراير ٢٠٢٥

- القمر في البرج: الجوزاء (9:44)
- منزلة القمر: الهنعة (17:08)
- اليوم القمري السابع هو يوم مناسب لزيادة الحب.  
التوصية:
- من الأفضل عدم الدخول مباشرة في العلاقة الحميمة، بل يجب أن تسبقها مداعبة طويلة ومدعومة بالكلمات الجميلة والاهتمام المتبادل.
- في هذا اليوم، الكلمات والاهتمام المتبادل يكونان أهم من ممارسة الجنس نفسه.
- امنح شريك حياتك المزيد من العاطفة والتواصل الهادئ لتعزيز العلاقة بينكما.

• الجمعة ٠٨ شعبان ١٤٤٦ / ٠٧ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الجوزاء
○ منزلة القمر: الذراع (15:29)
○ اليوم القمري الثامن هو يوم محايد للعلاقات الحميمة. التوصية:
○ لا يوجد موانع من القمر لممارسة الجنس، ولكن ينصح بالحذر.
○ إذا شعرت بالرغبة والقوة، يفضل تأجيل الممارسة أو توشي الحذر أثناء العلاقة، لأن المبالغة قد تؤدي إلى استنزاف طاقتك.
○ في صباح اليوم التالي قد تشعر بالإرهاق أو المرض، لذا حاول أن تكون معتدلاً في هذه الفترة.

• السبت ٠٩ شعبان ١٤٤٦ / ٠٨ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: السرطان (14:05)
○ منزلة القمر: النثرة (14:04)
○ اليوم القمري التاسع ليس مناسباً للعلاقات الحميمة. التوصية:
○ ينصح بشدة بتجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم.
○ هذا اليوم سلبي للغاية ويمكن أن يؤثر سلباً على الجسم والنفسية.
○ قد تتسبب العلاقة في هذا اليوم في خيبة أمل، ولن تتمكن من الحصول على المتعة المتوقعة.

• الأحد ١٠ شعبان ١٤٤٦ / ٠٩ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: السرطان
○ منزلة القمر: الطرفة (12:58)
○ اليوم القمري العاشر مناسب للعلاقات الحميمة الهادئة. التوصية:
○ القمر يولد طاقة جنسية قوية اليوم، لذا من الأفضل أن تركز على التدليك المريح والمتبادل مع شريك حياتك.
○ حاول تمديد المداعبة لأطول فترة ممكنة للحصول على أقصى استفادة من هذه العملية.
○ يمكن أن يعزز الاسترخاء المتبادل العلاقة ويزيد من الاستمتاع.

• الإثنين ١١ شعبان ١٤٤٦ / ١٠ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: السرطان / الأسد (20:01)
○ منزلة القمر: الجبهة (12:11)
○ اليوم القمري الحادي عشر فترة نشاط متزايد. التوصية:
○ إذا كان هناك رغبة متبادلة وحب واحترام روحي بينكما، فهذا اليوم مناسب جدا.
○ يمكن ممارسة الجنس من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة.
○ تجنب التعامل مع العلاقة الحميمة كغريزة فقط، وركز على الجوانب الروحية والعاطفية.
○ في حالة فقدان السيطرة على النفس، قد تعاني من الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
○ يجب أن يكون الشريك نشطين جنسيا بشكل متبادل للاستفادة القصوى من الطاقة القمرية في هذا اليوم.

• الثلاثاء ١٢ شعبان ١٤٤٦ / ١١ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الأسد
○ منزلة القمر: الزبرة (11:48)
○ اليوم القمري الثاني عشر ليس مانعا لممارسة العلاقة الحميمة، لكن من الأفضل أن تكون أكثر وعيا بما يتعلق بحدود متعة الحب. التوصية:
○ تجنب تجربة أوضاع وتقنيات غير مألوفة اليوم، خاصة إذا كان هناك صعوبة من الناحية الحيوية.
○ يجب أن تظهر النعومة والحنان تجاه شريك حياتك، والتركيز على الحب والراحة بينكما.
○ الهدف هو الحفاظ على السلاسة والهدوء بدلا من الطاقة المفرطة أو التحدي.
○

### • الأربعاء ١٣ شعبان ١٤٤٦ / ١٢ فبراير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثالث عشر، يجب أن تكون العلاقة الحميمة مبنية على الرغبة المتبادلة والعواطف.  
التوصية:
- إذا كان الانجذاب بينكما جسدياً فقط دون مشاعر عاطفية، فيفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة اليوم.
- إذا شعرت بالتعب أو أن أحدكما غير مستعد، فهذا علامة على ضرورة الراحة.
- خاصة للأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب أو ضغط الدم المرتفع، ينصح بالابتعاد عن المنشطات الجنسية في الأيام ١٣، ١٤، ١٥ من كل شهر هجري.
- التركيز على الحب والمشاعر يعد أمراً أساسياً اليوم للحصول على أقصى استفادة من العلاقة الحميمة.

### • الخميس ١٤ شعبان ١٤٤٦ / ١٣ فبراير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الرابع عشر يعتبر محايداً لممارسة العلاقة الحميمة.  
التوصية:
- مستويات الطاقة المرتفعة قد تؤثر على حياتك الحميمة.
- ينصح بممارسة العلاقة الحميمة بشكل نشط وحيوي.
- إذا كانت هناك مشاكل أو توترات في علاقتك مع شريك الحياة، قد يكون هذا اليوم مناسباً لتخفيف التوتر وتحسين العلاقة من خلال الاتصال الجسدي.
- يحذر كبار السن، خصوصاً أولئك الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، من استخدام المنشطات الجنسية لأنها قد تعرضهم لخطر الجلطات أو نزيف في الدماغ.

### • الجمعة ١٥ شعبان ١٤٤٦ / ١٤ فبراير ٢٠٢٥

- اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.  
التوصيات:
- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### • السبت ١٦ شعبان ١٤٤٦ / ١٥ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

○ التوصيات:

○ حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.

○ إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.

○ حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### • الأحد ١٧ شعبان ١٤٤٦ / ١٦ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

○ التوصيات:

○ استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.

○ هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.

○ حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### • الإثنين ١٨ شعبان ١٤٤٦ / ١٧ فبراير ٢٠٢٥

○ في هذا اليوم، من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

○ التوصيات:

○ تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.

○ حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.

○ من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة

• الثلاثاء ١٩ شعبان ١٤٤٦ / ١٨ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: العقرب (3:19)

○ منزلة القمر: القلب (20:44)

○ اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

○ التوصيات:

○ من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

• الأربعاء ٢٠ شعبان ١٤٤٦ / ١٩ فبراير ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: العقرب

○ منزلة القمر: الشولته (22:45)

○ اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

○ التوصيات:

○ إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.

○ إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.

○ هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

• الخميس ٢١ شعبان ١٤٤٦ / ٢٠ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لكما بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

○ التوصيات:

○ يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.

○ يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.



• الجمعة ٢٢ شعبان ١٤٤٦ / ٢١ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

○ التوصيات:

○ إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.

○ حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

• السبت ٢٣ شعبان ١٤٤٦ / ٢٢ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

○ التوصيات:

○ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

○ حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

• الأحد ٢٤ شعبان ١٤٤٦ / ٢٣ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

○ التوصيات:

○ استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.

○ سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

• الإثنين ٢٥ شعبان ١٤٤٦ / ٢٤ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترا أو مجهودا زائدا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

○ التوصيات:

○ يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدا إضافيا.

○ إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

• الثلاثاء ٢٦ شعبان ١٤٤٦ / ٢٥ فبراير ٢٠٢٥

○ اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالا كبيرا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

○ التوصيات:

○ حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

○ من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

• الأربعاء ٢٧ شعبان ١٤٤٦ / ٢٦ فبراير ٢٠٢٥

○ في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

○ التوصيات:

○ استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.

○ احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

○

• **الخميس ٢٨ شعبان ١٤٤٦ / ٢٧ فبراير ٢٠٢٥**

○ القمر في البرج: الحوت (11:47)

○ منزلة القمر: المؤخر (18:53)

○ . اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

○ التوصيات:

○ تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.

○ تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

○

• **الجمعة ٢٩ شعبان ١٤٤٦ / ٢٨ فبراير ٢٠٢٥**

• اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتهما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

• التوصيات:

• تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر مارس ٢٠٢٥

## التقويم الفلكي للعلاقات الحميمة لشهر رمضان ١٤٤٦ هـ (مارس ٢٠٢٥):

### • السبت ٠١ رمضان ١٤٤٦ / ٠١ مارس ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الحمل (12:52)
○ منزلة القمر: الشرطين (12:52)
○ في اليوم القمري الأول من الشهر، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.
○ التوصيات:
○ ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.
○ هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره." يعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلباً على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

### • الأحد ٠٢ رمضان ١٤٤٦ / ٠٢ مارس ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الحمل
○ منزلة القمر: البطين (9:42)
○ اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

### • الإثنين ٠٣ رمضان ١٤٤٦ / ٠٣ مارس ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الثور (13:37)
○ منزلة القمر: الثريا
○ اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.
○ التوصيات:
○ يعتبر هذا اليوم موافقاً للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### • الثلاثاء ٠٤ رمضان ١٤٤٦ / ٠٤ مارس ٢٠٢٥

○ القمر في البرج: الثور
○ منزلة القمر: الدبران (3:42)
○ اليوم القمري الرابع هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر. التوصية:
○ في حالة وجود أي مرض تناسلي عند أحد الزوجين، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة لتفادي نقل العدوى.
○ إذا كان كلا الزوجين بصحة جيدة، يمكنكما ممارسة العلاقة، ولكن يفضل توخي الحذر والاهتمام بالنظافة الشخصية.

### • الأربعاء ٠٥ رمضان ١٤٤٦ / ٠٥ مارس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.  
التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب و المتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكم البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### • الخميس ٠٦ رمضان ١٤٤٦ / ٠٦ مارس ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.  
التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### • الجمعة ٠٧ رمضان ١٤٤٦ / ٠٧ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة. التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### • السبت ٠٨ رمضان ١٤٤٦ / ٠٨ مارس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي. التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### • الأحد ٠٩ رمضان ١٤٤٦ / ٠٩ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسيّة، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

### • الإثنين ١٠ رمضان ١٤٤٦ / ١٠ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### • الثلاثاء ١١ رمضان ١٤٤٦ / ١١ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.

### • الأربعاء ١٢ رمضان ١٤٤٦ / ١٢ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئةً بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### • الخميس ١٣ رمضان ١٤٤٦ / ١٣ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### • الجمعة ١٤ رمضان ١٤٤٦ / ١٤ مارس ٢٠٢٥

خسوف القمر اليوم هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم يجب على المرء أن يكون فوق الدوافع الجسدية. يجب أن تتغلب قوة الروح على الجسد، وإلا فإن شهوانية اليوم يمكن أن تجلب الشعور بالفراغ والدمار. في اليوم القمري الخامس عشر، من الأفضل أن تنام فقط



### • السبت ١٥ رمضان ١٤٤٦ / ١٥ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعورا بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلا من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### • الأحد ١٦ رمضان ١٤٤٦ / ١٦ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### • الإثنين ١٧ رمضان ١٤٤٦ / ١٧ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### • الثلاثاء ١٨ رمضان ١٤٤٦ / ١٨ مارس ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدا عن العلاقة الحميمة.

### • الأربعاء ١٩ رمضان ١٤٤٦ / ١٩ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يُفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### • الخميس ٢٠ رمضان ١٤٤٦ / ٢٠ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### • الجمعة ٢١ رمضان ١٤٤٦ / ٢١ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لكما بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### • السبت ٢٢ رمضان ١٤٤٦ / ٢٢ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### • الأحد ٢٣ رمضان ١٤٤٦ / ٢٣ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### • الإثنين ٢٤ رمضان ١٤٤٦ / ٢٤ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

### • الثلاثاء ٢٥ رمضان ١٤٤٦ / ٢٥ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الأوضاع مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

### • الأربعاء ٢٦ رمضان ١٤٤٦ / ٢٦ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

### • الخميس ٢٧ رمضان ١٤٤٦ / ٢٧ مارس ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### • الجمعة ٢٨ رمضان ١٤٤٦ / ٢٨ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### • السبت ٢٩ رمضان ١٤٤٦ / ٢٩ مارس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون اليوم كسوف الشمس اليوم العلاقة الحميمة محظورة ممنوع ولا يجب أن تمارس العلاقة الحميمة، لأنه اليوم لن يؤدي إلا إلى المشاجرات والاستياء. المذات الحسية والمظالم المتبادلة في هذا اليوم تختبر الإنسان وتسلبه طاقته الحيوية من أيام الحياة المخصصة له. لن تحصل أنت أو شريك حياتك على أي متعة من هذه العملية، ولكنك ستصاب بخيبة أمل في قدرات ومهارات كل منكما بسبب استهلاك الطاقة الحيوية

باختصار العلاقة الحميمة اليوم إجراء شكلي مرهق لن يسعد أحداً وبسبب كسوف الشمس فاذا حملت الزوجة اليوم فانه يصاب الطفل بمرض الصرع شحنات كهربائية

• الأحد ١ شوال ١٤٤٦ / ٢٠ مارس ٢٠٢٥

• القمر في البرج: الثور
• منزلة القمر: الثريا (16:28)
• في اليوم القمري الأول من الشهر، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.
• التوصيات:
• ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.
• هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره." يُعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلباً على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

• الإثنين ٢ شوال ١٤٤٦ / ٢١ مارس ٢٠٢٥

• القمر في البرج: الثور
• منزلة القمر: الدبران (12:54)
• اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر ابريل ٢٠٢٥

### الثلاثاء ٣ شوال ١٤٤٦ / ١ أبريل ٢٠٢٥

هذا اليوم الثالث يعتبر مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة، حيث تكون الطاقة إيجابية والتأثير القمري داعم لهذه الأنشطة. يُعد توقيتاً جيداً لتحقيق توازن في الصحة الجسدية والعاطفية، دون أي تأثيرات سلبية.

التوصيات:

- يمكن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم براحة وطمأنينة، حيث يتوقع أن يكون التأثير إيجابياً على الجسم والعلاقة.

### الأربعاء ٤ شوال ١٤٤٦ / ٢ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### الخميس ٥ شوال ١٤٤٦ / ٣ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.

التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب والمتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكم البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### الجمعة ٦ شوال ١٤٤٦ / ٤ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.

التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتُمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجًا أو مشاعر غير مريحة.
- يُفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### السبت ٧ شوال ١٤٤٦ / ٥ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.

التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر العنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الأحد ٨ شوال ١٤٤٦ / ٦ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.

التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يُفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### الاثنين ٩ شوال ١٤٤٦ / ٧ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يُعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسيّة، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية.

التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادرًا على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.



### الثلاثاء ١٠ شوال ١٤٤٦ / ٨ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكا مريحا وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الأربعاء ١١ شوال ١٤٤٦ / ٩ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الخميس ١٢ شوال ١٤٤٦ / ١٠ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان. التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الجمعة ١٣ شوال ١٤٤٦ / ١١ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### السبت ١٤ شوال ١٤٤٦ / ١٢ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسبًا لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

### الأحد ١٥ شوال ١٤٤٦ / ١٣ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعورًا بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلًا من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### الإثنين ١٦ شوال ١٤٤٦ / ١٤ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### الثلاثاء ١٧ شوال ١٤٤٦ / ١٥ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسياً في هذا اليوم. التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جداً لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### الأربعاء ١٨ شوال ١٤٤٦ / ١٦ أبريل ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض. التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيداً عن العلاقة الحميمة.

### الخميس ١٩ شوال ١٤٤٦ / ١٧ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة. التوصيات: من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### الجمعة ٢٠ شوال ١٤٤٦ / ١٨ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### السبت ٢١ شوال ١٤٤٦ / ١٩ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### الأحد ٢٢ شوال ١٤٤٦ / ٢٠ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### الإثنين ٢٣ شوال ١٤٤٦ / ٢١ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسديك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### الثلاثاء ٢٤ شوال ١٤٤٦ / ٢٢ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

### الأربعاء ٢٥ شوال ١٤٤٦ / ٢٣ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الأوضاع مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

### الخميس ٢٦ شوال ١٤٤٦ / ٢٤ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

### الجمعة ٢٧ شوال ١٤٤٦ / ٢٥ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### السبت ٢٨ شوال ١٤٤٦ / ٢٦ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الأحد ٢٩ شوال ١٤٤٦ / ٢٧ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الإثنين ٢٠ شوال ١٤٤٦ / ٢٨ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضا لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".  
التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضر بالصحة والطاقات.

### الثلاثاء ١ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٩ أبريل ٢٠٢٥

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.  
التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.

### الأربعاء ٢ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٣٠ أبريل ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثاني، يعتبر هذا اليوم يوماً محايداً للعلاقات الحميمة. لا يوجد تأثير سلبي واضح من القمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء دون أي تأثير كبير على الصحة أو الطاقة.  
التوصيات:

- من الممكن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم دون مشاكل، لكن إذا كنت تبحث عن توقيت مثالي ومناسب أكثر، فقد يكون من الأفضل تأجيلها إلى اليوم التالي، حيث يتوقع أن يكون أفضل من حيث التأثير الفلكي والطاقة.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر مايو ٢٠٢٥



### الخميس ٣ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١ مايو ٢٠٢٥

هذا اليوم الثالث يُعتبر مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة، حيث تكون الطاقة إيجابية والتأثير القمري داعم لهذه الأنشطة. يُعد توقيتاً جيداً لتحقيق توازن في الصحة الجسدية والعاطفية، دون أي تأثيرات سلبية.

التوصيات:

- يمكن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم براحة وطمأنينة، حيث يتوقع أن يكون التأثير إيجابياً على الجسم والعلاقة.

### الجمعة ٤ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### السبت ٥ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٣ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.

التوصيات:

- هذا اليوم يُعتبر جيداً للحب والمتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكما البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### الأحد ٦ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٤ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يُطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.

التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتُمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### الاثنين ٧ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٥ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.

التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الثلاثاء ٨ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٦ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.

التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### الأربعاء ٩ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٧ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية.

التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

### الخميس ١٠ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٨ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة.

التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الجمعة ١١ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٩ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

## السبت ١٢ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٠ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعبًا من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

## الأحد ١٣ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١١ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

## الاثنين ١٤ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٢ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسبًا لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

### الثلاثاء ١٥ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٣ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### الأربعاء ١٦ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٤ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### الخميس ١٧ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٥ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثالياً للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسياً في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جداً لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### الجمعة ١٨ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٦ مايو ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيداً عن العلاقة الحميمة.

### السبت ١٩ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٧ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### الأحد ٢٠ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٨ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### الإثنين ٢١ ذو القعدة ١٤٤٦ / ١٩ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### الثلاثاء ٢٢ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٠ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### الأربعاء ٢٣ جمادى الأولى ١٤٤٦ / ٢١ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### الخميس ٢٤ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٢ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

### الجمعة ٢٥ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٣ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترا أو مجهودا زائدا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدا إضافيا.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

### السبت ٢٦ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٤ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالا كبيرا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

### الأحد ٢٧ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٥ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تقتصر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### الاثنين ٢٨ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٦ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتا أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:



- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحبًا متبادلًا، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الثلاثاء ٢٩ ذو القعدة ١٤٤٦ / ٢٧ مايو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الأربعاء ١ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٨ مايو ٢٠٢٥

• القمر في البرج: السرطان

• منزلة القمر: النثرة

• في اليوم القمري الأول من الشهر، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.

• التوصيات:

• ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.

• هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره". يُعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلبيًا على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

## الخميس ٢ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٩ مايو ٢٠٢٥

• القمر في البرج: السرطان
• منزلة القمر: الطرفة
• اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يُفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.
•

## الجمعة ٣ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٣٠ مايو ٢٠٢٥

• القمر في البرج: السرطان
• منزلة القمر: الجبهة
• اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.
• التوصيات:
• يُعتبر هذا اليوم موافقاً للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.
•

## السبت ٤ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٣١ مايو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يونيو ٢٠٢٥

## التقويم الفلكي للعلاقات الحميمة بحسب حركة القمر لشهر يونيو ٢٠٢٥:

الأحد ٥ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١ يونيو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.

التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب والمتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكما البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

الاثنين ٦ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢ يونيو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.

التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

الثلاثاء ٧ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٣ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.

التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الأربعاء ٨ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٤ يونيو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.

التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### الخميس ٩ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٥ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية.

التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

### الجمعة ١٠ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٦ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة.

التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكا مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

## السبت ١١ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٧ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

## الأحد ١٢ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٨ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

## الاثنين ١٣ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٩ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### الثلاثاء ١٤ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٠ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسبًا لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

### الأربعاء ١٥ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١١ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعورًا بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلًا من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### الخميس ١٦ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٢ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### الجمعة ١٧ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٣ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يُعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### السبت ١٨ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٤ يونيو ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.

### الأحد ١٩ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٥ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### الاثنين ٢٠ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٦ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدمًا في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضًا.



- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### الثلاثاء ٢١ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٧ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### الأربعاء ٢٢ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٨ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### الخميس ٢٣ ذو الحجة ١٤٤٦ / ١٩ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسديك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### الجمعة ٢٤ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٠ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

## السبت ٢٥ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢١ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترًا أو مجهودًا زائدًا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدًا إضافيًا.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

## الأحد ٢٦ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٢ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالًا كبيرًا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

## الاثنين ٢٧ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٣ يونيو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### الثلاثاء ٢٨ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٤ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الأربعاء ٢٩ ذو الحجة ١٤٤٦ / ٢٥ يونيو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملمات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الخميس ١ محرم ١٤٤٧ / ٢٦ يونيو ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الأول من الشهر، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.

التوصيات:

- ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.
- هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره". يُعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلباً على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

## الجمعة ٢ محرم ١٤٤٧ / ٢٧ يونيو ٢٠٢٥

- اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

## السبت ٣ محرم ١٤٤٧ / ٢٨ يونيو ٢٠٢٥

- القمر في البرج: الأسد
- منزلة القمر: الزيرة / الصرفة
- اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.
- التوصيات:
- يعتبر هذا اليوم مواتي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

## الأحد ٤ محرم ١٤٤٧ / ٢٩ يونيو ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.
- التوصيات:
- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
  - يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

## الاثنين ٥ محرم ١٤٤٧ / ٣٠ يونيو ٢٠٢٥

- في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.
- التوصيات:
- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب و المتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكم البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
  - ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
  - التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
  - اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر يوليو ٢٠٢٥

## الثلاثاء ٦ محرم ١٤٤٧ / ١ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة. التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

## الأربعاء ٧ محرم ١٤٤٧ / ٢ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة. التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

## الخميس ٨ محرم ١٤٤٧ / ٣ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي. التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

## الجمعة ٩ محرم ١٤٤٧ / ٤ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريك حياتك قادرًا على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

## السبت ١٠ محرم ١٤٤٧ / ٥ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يومًا مناسبًا لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجّهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكًا مريحًا وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

## الأحد ١١ محرم ١٤٤٧ / ٦ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الإثنين ١٢ محرم ١٤٤٧ / ٧ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريك حياتك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الثلاثاء ١٣ محرم ١٤٤٧ / ٨ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### الأربعاء ١٤ محرم ١٤٤٧ / ٩ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.



### الخميس ١٥ محرم ١٤٤٧ / ١٠ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعورا بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلا من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### الجمعة ١٦ محرم ١٤٤٧ / ١١ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضرب بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### السبت ١٧ محرم ١٤٤٧ / ١٢ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يُعتبر هذا اليوم مثاليا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسياً في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

## الأحد ١٨ محرم ١٤٤٧ / ١٣ يوليو ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيداً عن العلاقة الحميمة.

## الاثنين ١٩ محرم ١٤٤٧ / ١٤ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

## الثلاثاء ٢٠ محرم ١٤٤٧ / ١٥ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

## الأربعاء ٢١ محرم ١٤٤٧ / ١٦ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لكما بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

## الخميس ٢٢ محرم ١٤٤٧ / ١٧ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

## الجمعة ٢٣ محرم ١٤٤٧ / ١٨ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسديك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

## السبت ٢٤ محرم ١٤٤٧ / ١٩ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

## الأحد ٢٥ محرم ١٤٤٧ / ٢٠ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترا أو مجهودا زائدا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدا إضافيا.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

## الاثنين ٢٦ محرم ١٤٤٧ / ٢١ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالا كبيرا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

## الثلاثاء ٢٧ محرم ١٤٤٧ / ٢٢ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

## الأربعاء ٢٨ محرم ١٤٤٧ / ٢٣ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

## الخميس ٢٩ محرم ١٤٤٧ / ٢٤ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملمذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

## الجمعة ٣٠ محرم ١٤٤٧ / ٢٥ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضاً لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضر بالصحة والطاقات.

## السبت ١ صفر ١٤٤٧ / ٢٦ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الأول من الشهر، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. خلال هذا اليوم، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي حيث يتم ضبط النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا الوقت قد تؤدي إلى تسريع عملية الشيخوخة لأن الجسم يكون بحاجة إلى الراحة والاستقرار لاستعادة توازنه.

التوصيات:

- ينصح بتجنب العلاقة الحميمة في اليوم القمري الأول للمحافظة على الصحة العامة والتوازن الهرموني.
- هذا التوجيه يرتبط بالنصيحة النبوية التي قال فيها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره." يُعتقد أن هذه الأيام قد تؤثر سلبًا على الصحة العامة والطاقات الجسدية.

## الأحد ٢ صفر ١٤٤٧ / ٢٧ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

## الاثنين ٣ صفر ١٤٤٧ / ٢٨ يوليو ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.

التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم موافقاً للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

## الثلاثاء ٤ صفر ١٤٤٧ / ٢٩ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

## الأربعاء ٥ صفر ١٤٤٧ / ٣٠ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء. التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً للحب والمتعة مع شريك حياتك والاقتراب من بعضكم البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

## الخميس ٦ صفر ١٤٤٧ / ٣١ يوليو ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة. التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

# التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر اغسطس ٢٠٢٥



## الجمعة ٧ صفر ١٤٤٧ / ١ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة. التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

## السبت ٨ صفر ١٤٤٧ / ٢ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي. التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يُفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

## الأحد ٩ صفر ١٤٤٧ / ٣ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريكك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

## الاثنين ١٠ صفر ١٤٤٧ / ٤ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الثلاثاء ١١ صفر ١٤٤٧ / ٥ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الأربعاء ١٢ صفر ١٤٤٧ / ٦ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريكك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الخميس ١٣ صفر ١٤٤٧ / ٧ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### الجمعة ١٤ صفر ١٤٤٧ / ٨ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسبًا لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

### السبت ١٥ صفر ١٤٤٧ / ٩ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعورًا بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلًا من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

### الأحد ١٦ صفر ١٤٤٧ / ١٠ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### الإثنين ١٧ صفر ١٤٤٧ / ١١ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيّد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريكك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### الثلاثاء ١٨ صفر ١٤٤٧ / ١٢ أغسطس ٢٠٢٥

في هذا اليوم ١٨ من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريكك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.

### الأربعاء ١٩ صفر ١٤٤٧ / ١٣ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### الخميس ٢٠ صفر ١٤٤٧ / ١٤ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدمًا في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضًا.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصيًا بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### الجمعة ٢١ صفر ١٤٤٧ / ١٥ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريكك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريكك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### السبت ٢٢ صفر ١٤٤٧ / ١٦ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### الأحد ٢٣ صفر ١٤٤٧ / ١٧ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### الاثنين ٢٤ صفر ١٤٤٧ / ١٨ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

## الثلاثاء ٢٥ صفر ١٤٤٧ / ١٩ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترًا أو مجهودًا زائدًا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدًا إضافيًا.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

## الأربعاء ٢٦ صفر ١٤٤٧ / ٢٠ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالًا كبيرًا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

## الخميس ٢٧ صفر ١٤٤٧ / ٢١ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### الجمعة ٢٨ صفر ١٤٤٧ / ٢٢ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### السبت ٢٩ صفر ١٤٤٧ / ٢٣ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر المملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريكك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الأحد ١ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٤ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.

التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.



### الإثنين ٢ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٥ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

### الثلاثاء ٣ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٦ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.

التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم مواتي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### الأربعاء ٤ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٧ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### الخميس ٥ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٨ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.

التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً لمشاركة المتعة مع شريكك والاقتراب من بعضك البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.



### الجمعة ٦ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٩ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري السادس، يُفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.

التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يُفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### السبت ٧ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٣٠ أغسطس ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.

التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الأحد ٨ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٣١ أغسطس ٢٠٢٥

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.

التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يُفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر سبتمبر ٢٠٢٥

### الإثنين ٩ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريكك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

### الثلاثاء ١٠ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكا مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الأربعاء ١١ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٣ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الخميس ١٢ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٤ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان.

التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريكك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الجمعة ١٣ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٥ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

### السبت ١٤ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٦ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

## الأحد ١٥ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٧ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس عشر يشهد خسوف القمر، ويعد من الأيام السيئة للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء التحكم في دوافعه الجسدية وتجنب الانغماس فيها. إذ أن القوة الروحية يجب أن تكون هي المسيطرة، وإلا فإن الشهوانية المفرطة قد تؤدي إلى شعور بالفراغ والندم، وقد تترك تأثيرًا نفسيًا مدمرًا. لذا، ينصح بالتركيز على النشاطات الروحية والتأمل بدلًا من الاستجابة للرغبات الجسدية.

## الاثنين ١٦ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٨ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

## الثلاثاء ١٧ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٩ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيًا في هذا اليوم. التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريكك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

## الأربعاء ١٨ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٠ سبتمبر ٢٠٢٥

في هذا اليوم الثامن عشر من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريكك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيداً عن العلاقة الحميمة.

#### الخميس ١٩ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١١ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

#### الجمعة ٢٠ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٢ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

#### السبت ٢١ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٣ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريكك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريكك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

#### الأحد ٢٢ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٤ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

#### الاثنين ٢٣ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٥ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسديك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

#### الثلاثاء ٢٤ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٦ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

#### الأربعاء ٢٥ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٧ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

#### الخميس ٢٦ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٨ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

#### الجمعة ٢٧ ربيع الأول ١٤٤٧ / ١٩ سبتمبر ٢٠٢٥

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

#### السبت ٢٨ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٠ سبتمبر ٢٠٢٥



اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الأحد ٢٩ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢١ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري التاسع والعشرون اليوم كسوف الشمس اليوم العلاقة الحميمة محظورة ممنوع ولا يجب أن تمارس العلاقة الحميمة، لأنه اليوم لن يؤدي إلا إلى المشاجرات والاستياء. المذات الحسية والمظالم المتبادلة في هذا اليوم تختبر الإنسان وتسلبه طاقته الحيوية من أيام الحياة المخصصة له. لن تحصل أنت أو شريك حياتك على أي متعة من هذه العملية، ولكنك ستصاب بخيبة أمل في قدرات ومهارات كل منكما بسبب استهلاك الطاقة الحيوية

باختصار العلاقة الحميمة اليوم إجراء شكلي مرهق لن يسعد أحداً ويسبب كسوف الشمس فإذا حملت الزوجة اليوم فإنه يصاب الطفل بمرض الصرع شحنات كهربائية

### الاثنين ٣٠ ربيع الأول ١٤٤٧ / ٢٢ سبتمبر ٢٠٢٥

اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضاً لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضرب بالصحة والطاقات.

### الثلاثاء ١ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/23)

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.

التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.

### الأربعاء ٢ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/24)

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

### الخميس ٣ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/25)

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.

التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم مواتي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### الجمعة ٤ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/26)

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.

التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### السبت ٥ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/27)

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.  
التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً لمشاركة المتعة مع شريكك والاقتراب من بعضكما البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### الأحد ٦ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/28)

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.  
التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### الاثنين ٧ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/29)

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة.  
التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### الثلاثاء ٨ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/09/30)

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي.

التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يُفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

# التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر أكتوبر ٢٠٢٥

الأربعاء ٩ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/01)

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية.  
التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريكك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

الخميس ١٠ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/02)

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الجمعة ١١ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/03)

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### السبت ١٢ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/04)

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان. التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريكك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الأحد ١٣ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/05)

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

#### الإثنين ١٤ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/06)

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

#### الثلاثاء ١٥ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/07)

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

## الأربعاء ١٦ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/08)

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

## الخميس ١٧ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/09)

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيّد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريكك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

## الجمعة ١٨ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/10)

في هذا اليوم الثامن عشر من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريكك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.

## السبت ١٩ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/11)



اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يُفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.  
التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

#### الأحد ٢٠ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/12)

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.  
التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

#### الاثنين ٢١ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/13)

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريكك.  
التوصيات:

- يمكن استقبال شريكك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

#### الثلاثاء ٢٢ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/14)

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.  
التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

#### الأربعاء ٢٣ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/15)

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسديك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### الخميس ٢٤ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/16)

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

### الجمعة ٢٥ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/17)

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الأوضاع مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

### السبت ٢٦ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/18)

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

### الأحد ٢٧ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/19)

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### الإثنين ٢٨ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/20)

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الثلاثاء ٢٩ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/21)

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريكك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الأربعاء ٣٠ ربيع الثاني ١٤٤٧: (2025/10/22)

اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضاً لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضر بالصحة والطاقت.

### الخميس ١ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/23)

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.

التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.

### الجمعة ٢ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/24)

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

### السبت ٣ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/25)

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.

التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم مواتي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### الأحد ٤ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/26)

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر. التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### الإثنين ٥ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/27)

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء. التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً لمشاركة المتعة مع شريكك والاقتراب من بعضكما البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### الثلاثاء ٦ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/10/28)

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة. التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

## الأربعاء ٧ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/10/29)

اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة. التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

## الخميس ٨ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/10/30)

في اليوم القمري الثامن، يعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي. التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

## الجمعة ٩ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/10/31)

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريكك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.

## التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر نوفمبر ٢٠٢٥

السبت ١٠ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/01)

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليكاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الأحد ١١ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/02)

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الاثنين ١٢ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/03)

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان. التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريكك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

### الثلاثاء ١٣ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/04)



اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

#### الأربعاء ١٤ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/05)

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

#### الخميس ١٥ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/06)

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

#### الجمعة ١٦ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/07)

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

### السبت ١٧ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/08)

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيّد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريكك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

### الأحد ١٨ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/09)

في هذا اليوم الثامن عشر من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريكك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.

### الاثنين ١٩ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/10)

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يُفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.  
التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

### الثلاثاء ٢٠ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/11)

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.  
التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

### الأربعاء ٢١ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/12)

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريكك.  
التوصيات:

- يمكن استقبال شريكك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

### الخميس ٢٢ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/13)

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.  
التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

### الجمعة ٢٣ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/14)

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

### السبت ٢٤ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/15)

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

### الأحد ٢٥ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/16)

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توتراً أو مجهوداً زائداً للطرفين. يجب أن تكون الأوضاع مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهداً إضافياً.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

### الاثنين ٢٦ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/17)

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالاً كبيراً أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

### الثلاثاء ٢٧ جمادى الأولى ١٤٤٧: (2025/11/18)

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

### الأربعاء ٢٨ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/19)

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

### الخميس ٢٩ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/20)

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملذات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريكك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

### الجمعة ٣٠ جمادى الأول ١٤٤٧: (2025/11/21)

اليوم القمري الثلاثون هو يوم محظور أيضاً لممارسة العلاقة الحميمة. وفقاً لما ذكره النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم، "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والجذام والخبل يسرع إليها وإلى ولدها".

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن العلاقة الحميمة في هذا اليوم، كما ينصح بتجنبها بناءً على النصوص الواردة في الأحاديث الشريفة التي تحذر من الأوقات التي قد تضر بالصحة والطاقت.

### السبت ١ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/22)

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.

التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجماع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.

### الأحد ٢ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/23)

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

### الاثنين ٣ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/24)

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.

التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم موالي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

### الثلاثاء ٤ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/25)

في اليوم القمري الرابع، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي من القمر يؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على العلاقات الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.  
التوصيات:

- إذا كان هناك شك بوجود مرض تناسلي لدى أحد الزوجين، ينصح بتجنب العلاقة الحميمة أو اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب انتقال المرض.
- يفضل الحفاظ على الحذر والاهتمام بالصحة الجنسية في هذا اليوم لضمان عدم وقوع أي مشكلات صحية.

### الأربعاء ٥ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/26)

في اليوم القمري الخامس، يكون اليوم محايداً لممارسة العلاقات الحميمة. لا توجد موانع خاصة لممارسة الحب، ولكنه يوم يجلب معه مشاعر إيجابية مثل الفرح، الاسترخاء، السلام، والهدوء.  
التوصيات:

- هذا اليوم يعتبر جيداً لمشاركة المتعة مع شريكك والاقتراب من بعضكم البعض بروح هادئة ومليئة بالحب.
- ينصح بتجنب المشاعر العنيفة أو ممارسة الجنس بطريقة مفرطة أو عدوانية. الطاقة في هذا اليوم تتطلب الاعتدال والهدوء.
- التركيز على عملية طبيعية وغير معقدة للعلاقة الحميمة مع الحفاظ على مشاعر الحنان والدفء.
- اتبع نهجاً يوفر الطاقة، حيث يكون الجسم في حاجة للراحة والانسجام.

### الخميس ٦ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/27)

في اليوم القمري السادس، يفضل ممارسة الجنس الهادئ والمدروس، ما يطلق عليه "الجنس الكلاسيكي". حتى كبار السن ينصحون بالابتعاد عن الجنس النشط والمجهد في هذه الفترة.  
التوصيات:

- يجب أن تكون العلاقة الحميمة لطيفة وهادئة، وتمارس في وضعيات مريحة لكل من الشريكين.
- ينصح بخلق جو رومانسي لطيف يساعد على الاسترخاء المتبادل.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر، التعب، أو الانزعاج النفسي، فمن الأفضل تأجيل العلاقة الحميمة، حيث قد تسبب ممارسة الجنس في هذه الحالة انزعاجاً أو مشاعر غير مريحة.
- يفضل تخصيص وقت أكبر للمداعبات والقبلات في هذا اليوم للحصول على أقصى قدر من المتعة.

### الجمعة ٧ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/28)



اليوم القمري السابع هو يوم ممتاز لتعزيز الحب وبناء التواصل العاطفي بين الشريكين. ينصح بعدم الدخول المباشر في العلاقة الحميمة، بل التركيز على المداعبة الطويلة والمجاملات الرقيقة. التوصيات:

- يفضل التركيز على سحر الكلمات والاهتمام المتبادل.
- الحب والإحساس بالاهتمام أهم من العلاقة الجسدية المباشرة في هذا اليوم.
- منح الشريك مشاعر الحنان والدفء عبر الاهتمام والتواصل العاطفي يعزز الرابطة العاطفية أكثر من العلاقة الجسدية.

### السبت ٨ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/29)

في اليوم القمري الثامن، يُعتبر اليوم محايداً من حيث تأثير القمر على العلاقات الحميمة. لا توجد موانع فلكية تمنع ممارستها، ولكن ينصح بالحذر والتروي. التوصيات:

- على الرغم من أن ممارسة العلاقة الحميمة ليست ممنوعة، يُفضل عدم المبالغة فيها.
- يجب توخي الحذر لتجنب استنزاف الكثير من الطاقة الجسدية، حتى لا تشعر بالإرهاق أو المرض في اليوم التالي.
- من الأفضل التركيز على الراحة والاسترخاء بدلاً من ممارسة الجنس المكثف.

### الأحد ٩ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/11/30)

اليوم القمري التاسع يعد غير مناسب على الإطلاق لممارسة العلاقة الحميمة. القمر اليوم يؤثر بشكل سلبي على الجسم والنفسية، وقد يسبب مشاعر غير مريحة أو مشاكل صحية. التوصيات:

- ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- قد لا يكون شريكك قادراً على الاستجابة لمشاعرك ورغباتك بشكل جيد.
- ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تؤدي إلى عدم الاستمتاع، بل وربما تسبب الأذى العاطفي أو الجسدي.



# التقويم القمري للعلاقات الحميمة لشهر ديسمبر ٢٠٢٥

### الإثنين ١٠ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/01)

اليوم القمري العاشر يعد يوماً مناسباً لعلاقة حميمة هادئة ومواتية للطاقة الجنسية بين الشريكين. يكون القمر في موقع يجلب طاقة قوية لكن موجهة نحو العلاقة الهادئة. التوصيات:

- اليوم هو الوقت المثالي لإعطاء بعضكم البعض تدليلاً مريحاً وزيادة المداعبة.
- تجنب العجلة في العلاقة، بل امتنعوا بعضكم بأطول فترة من المداعبة للحصول على أكبر قدر من المتعة.
- يساعد هذا النوع من العلاقة الهادئة على تعزيز الاتصال العاطفي والجسدي بينكما.

### الثلاثاء ١١ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/02)

اليوم القمري الحادي عشر هو وقت نشاط متزايد في المجال الجنسي، بشرط وجود رغبة متبادلة وحب واحترام بين الشريكين. القمر في هذا اليوم يعزز تدفق الطاقة الجنسية بشكل إيجابي، ولكن مع ضرورة الحفاظ على التوازن الروحي والعاطفي في العلاقة. التوصيات:

- من الأفضل ممارسة العلاقة الحميمة من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة بين الطرفين.
- ينبغي أن تكون العلاقة الجنسية مدعومة بالحب والاحترام الروحي، وليس فقط من باب الغريزة.
- تجنب التصرفات المندفعة أو المبالغية في الممارسة الجنسية، حيث قد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية مثل الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- استخدم هذه الطاقة الجنسية بشكل صحيح لتحويلها إلى طاقة حيوية إيجابية، مع التأكد من الحفاظ على التواصل العاطفي والروحي بينكما.

### الأربعاء ١٢ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/03)

اليوم القمري الثاني عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، لكن ينصح بعدم المبالغة أو تجريب تقنيات غير عادية. اليوم قد يكون صعباً من الناحية الحيوية، لذا من الأفضل أن تكون العلاقة مليئة بالنعومة والحنان. التوصيات:

- تجنب التجريب أو استخدام أوضاع أو تقنيات غير مألوفة، وابق على الممارسات التقليدية التي تجلب الراحة لكما.
- أظهر الحنان والنعومة تجاه شريكك، واستمتع باللحظات الهادئة والمريحة.

## الخميس ١٣ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/04)

اليوم القمري الثالث عشر يتطلب أن تكون العلاقة الحميمة قائمة على الرغبة المتبادلة والتواصل العاطفي العميق. لا ينصح بممارسة الجنس إذا كان الدافع الأساسي هو مجرد الانجذاب الجسدي دون وجود مشاعر حقيقية. في هذه الحالة، قد تكون العلاقة غير مرضية أو قد تؤدي إلى الأذى الجسدي أو العاطفي.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة الحميمة مبنية على الحب والرغبة المتبادلة بين الشريكين.
- إذا كنت تشعر بالتعب أو الإرهاق، أو إذا كان أحد الشريكين لا يشعر بالرغبة، يفضل الامتناع عن ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- ينصح كبار السن والأشخاص المصابين بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم بعدم استخدام المنشطات الجنسية في الأيام القمرية من ١٣ إلى ١٥ من كل شهر هجري، حيث قد تكون هذه الأيام أكثر عرضة للمخاطر الصحية مثل الجلطات أو النزيف.

## الجمعة ١٤ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/05)

اليوم القمري الرابع عشر هو يوم محايد، مع مستويات طاقة عالية يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على العلاقة الحميمة. يمكن أن يكون هذا اليوم مناسباً لممارسة العلاقة الحميمة النشطة والحيوية.

التوصيات:

- إذا كانت علاقتك مع شريك حياتك متوترة أو تواجه بعض المشاكل، فإن ممارسة العلاقة الحميمة اليوم قد تساعد في تخفيف التوتر وتحسين العلاقة بينكما.
- يجب على كبار السن، خاصة الذين يعانون من مشاكل ضغط الدم، توخي الحذر في هذا اليوم وعدم استخدام المنشطات الجنسية، حيث يمكن أن تكون هناك مخاطر صحية مثل الجلطات أو النزيف الدماغي.

## السبت ١٥ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/06)

اليوم القمري الخامس عشر هو يوم سيء للغاية لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، يجب على المرء أن يتغلب على الدوافع الجسدية. إذا سمحت للشهوانية أن تسيطر عليك، فقد تجلب شعوراً بالفراغ والدمار العاطفي.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم.
- يجب أن تكون الروح أقوى من الجسد في هذا اليوم. يفضل قضاء الوقت في الراحة الجسدية والعاطفية بدلاً من الانغماس في النشاط الجسدي.
- إذا أمكن، حاول النوم أو تخصيص الوقت للتأمل والهدوء الذهني.

## الأحد ١٦ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/07)

اليوم القمري السادس عشر هو يوم محذور لممارسة العلاقة الحميمة، حيث أن الممارسة قد تؤدي إلى تفاقم الصحة الجسدية والنفسية. ينصح بشدة بالامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة اليوم بأي ثمن.
- إذا كنت تشعر بالرغبة، يجب أن تتغلب على هذه الدوافع. العلاقة الحميمة في هذا اليوم قد تضر بصحتك بشكل خطير.
- حافظ على هدوء تام وتوازن عاطفي في هذا اليوم. حاول تجنب العواطف العاصفة والمشاعر المتقلبة.

## الاثنين ١٧ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/08)

اليوم القمري السابع عشر هو يوم رائع للعلاقة الحميمة. يعتبر هذا اليوم مثاليًا للتواصل الزوجي، حيث تكون الطاقة الجنسية في ذروتها، مما يعزز من التواصل والتفاهم بين الشركاء. لا ينبغي بأي حال من الأحوال أن تقيد نفسك جنسيًا في هذا اليوم.

التوصيات:

- استغل هذه الطاقة بشكل صحيح لتعزيز العلاقة الحميمة.
- هذا يوم جيد جدًا لتعميق الروابط العاطفية والجسدية مع شريك حياتك.
- حافظ على الانفتاح العاطفي والجنسي في هذا اليوم لتحقيق أقصى استفادة من هذه الطاقة.

## الثلاثاء ١٨ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/09)

في هذا اليوم، من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. قد لا يكون لهذا تأثير جيد على حالتك العاطفية. قد تجد أن أنت وشريك حياتك على أطوال موجية مختلفة، مما يجعل من الصعب فهم رغبات بعضكما البعض.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث قد تحدث مشاعر التوتر أو الخلافات.
- حاول التركيز على التواصل العاطفي غير الجسدي والابتعاد عن الأنشطة التي قد تثير التوتر.
- من الأفضل قضاء الوقت في بناء التفاهم والاحترام المتبادل بعيدًا عن العلاقة الحميمة.

## الأربعاء ١٩ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/10)

اليوم القمري التاسع عشر لا يمنع ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يفضل الامتناع عنها. في هذا اليوم، قد يكون الأشخاص أكثر عدوانية وأقل قدرة على التحكم في أفعالهم وعواطفهم، مما قد يؤدي إلى نتائج غير مرغوب فيها أثناء العلاقة.

التوصيات:

- من الأفضل تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتفادي أي توترات أو مشاعر سلبية قد تنشأ بسبب قلة السيطرة على العواطف.

## الخميس ٢٠ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/11)

اليوم القمري العشرون هو يوم محايد بالنسبة للعلاقة الحميمة. لا يوجد تأثير قوي للقمر في هذا اليوم، مما يعني أنه يمكن ممارسة العلاقة الحميمة إذا كانت هناك رغبة متبادلة، أو يمكنك اختيار عدم القيام بذلك حسب مزاجك الشخصي.

التوصيات:

- إذا كنت تشعر بالرغبة، يمكنك المضي قدماً في ممارسة العلاقة الحميمة.
- إذا كنت لا تشعر بالحاجة لذلك، فلا بأس في الامتناع عن ذلك أيضاً.
- هذا يوم لا يحمل موانع كبيرة، لذا يمكن أن يكون الاختيار شخصياً بناءً على احتياجاتك ومشاعرك.

## الجمعة ٢١ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/12)

اليوم القمري الحادي والعشرون هو وقت مثالي لممارسة العلاقة الحميمة. في هذا اليوم، تكون الطاقات متوافقة بشكل إيجابي، مما يسمح لك بالاستمتاع بالعلاقة دون القلق من العواقب السلبية. ينصح بالتركيز على الاستمتاع والتواصل العاطفي مع شريك حياتك.

التوصيات:

- يمكن استقبال شريك حياتك بمشاعر إيجابية وممارسة العلاقة الحميمة بحرية.
- يوم مثالي للاستمتاع دون أي ضغوط.

## السبت ٢٢ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/13)

اليوم القمري الثاني والعشرون هو يوم محايد. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة إذا كنت تشعر بالرغبة لذلك، ولكن يجب أن تكون هذه العلاقة هادئة وغير مستعجلة. لا توجد موانع كبيرة، ولكن يفضل أن تتم العملية بحذر وبأسلوب مريح.

التوصيات:

- إذا كانت لديك الرغبة، فلا مانع من ممارسة العلاقة الحميمة.
- حافظ على الهدوء وتجنب الاستعجال لتوفير بيئة مريحة للطرفين.

## الأحد ٢٣ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/14)

اليوم القمري الثالث والعشرون لا ينصح بممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم. سيكون للجنس تأثير سلبي ومدمر على جسدك، حيث تستنزف العملية الكثير من الطاقة وقد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على صحتك العامة. الأعضاء التناسلية تكون ضعيفة في هذا اليوم، مما يجعل الجسم أكثر عرضة للمشاكل الصحية.

التوصيات:

- من الأفضل الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- حاول التركيز على الراحة والتعافي لتجنب التأثيرات السلبية على جسمك وصحتك.

## الاثنين ٢٤ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/15)

اليوم القمري الرابع والعشرون هو يوم ممتاز ومثالي لممارسة العلاقة الحميمة. يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بقدر ما تشاء، دون أي تقييدات. ستساعد العلاقة الحميمة في هذا اليوم على تخفيف التوتر العاطفي والنفسي، وتحسين حالتك العامة، حيث سيكون لها تأثير إيجابي على صحتك ويمكن أن تعمل كعلاج طبيعي للتوتر والأمراض البسيطة.

التوصيات:

- استفد من هذا اليوم لتحسين حالتك الصحية والنفسية من خلال العلاقة الحميمة.
- سيعمل هذا اليوم على تعزيز رفاهيتك العامة والحد من التوتر.

## الثلاثاء ٢٥ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/16)

اليوم القمري الخامس والعشرون ينصح بأن تكون العلاقة الحميمة هادئة وعلى مهل. يفضل اختيار الأوضاع التي لا تتطلب توترا أو مجهودا زائدا للطرفين. يجب أن تكون الوضعيات مريحة قدر الإمكان لكليهما لتجنب أي إجهاد.

التوصيات:

- يفضل تجنب الأوضاع المعقدة أو التي تتطلب جهدا إضافيا.
- إذا كنت تعاني من أمراض مرتبطة بالجهاز البولي التناسلي، يجب الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لتجنب التفاقم.

## الأربعاء ٢٦ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/17)

اليوم القمري السادس والعشرون يفضل فيه الامتناع عن ممارسة العلاقة الحميمة. رغم أنه لا يوجد حظر مباشر، إلا أن هناك احتمالا كبيرا أنه لن تحصل على المتعة المتوقعة من هذه العملية. قد تكون العلاقة في هذا اليوم غير مرضية للطرفين ولن تؤدي إلى الرضا الكامل.

التوصيات:

- حاول تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم.
- من الأفضل تخصيص الوقت للراحة أو الأنشطة الأخرى التي لا تتسبب في أي توتر أو إحباط.

## الخميس ٢٧ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/18)

في اليوم القمري السابع والعشرون، يجب أن تتجاوز العلاقة الحميمة كونها مجرد عملية ميكانيكية. يجب أن تكون قائمة على المشاعر، والعلاقات، والحب، لأن ذلك يحقق الرضا الجسدي والنفسي. من الضروري تجنب ممارسة العلاقة الحميمة السريعة أو التي تفتقر إلى العواطف والمشاعر الحقيقية.

التوصيات:

- استمتع بالمحادثات الهادئة، والعشاء الرومانسي، والتدليك اللطيف، فقد تكون هذه الأنشطة مرضية مثل العلاقة الحميمة نفسها.
- احرص على أن تكون العلاقة مليئة بالعاطفة، والتفاهم المتبادل، وهذا سيعزز التواصل بينكما.

## الجمعة ٢٨ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/19)

اليوم القمري الثامن والعشرون لا يحظر فيه ممارسة العلاقة الحميمة، ولكن ينصح أن تركز على المداعبة أكثر من العلاقة نفسها. يجب أن تستغرق المداعبة وقتاً أطول وأعمق من الممارسة الجسدية، وذلك لإظهار أكبر قدر من المشاعر الرقيقة. يجب أن يشعر الشريك بالأنوثة والذكورة بطريقة لطيفة ودافئة.

التوصيات:

- تأكد من أن العلاقة لا تقتصر على ممارسة الحب الجسدي فقط، بل يجب أن تضم جميع مظاهر الحب الروحي والجسدي.
- تجنب أي نوع من الجنس الذي لا يتضمن مشاعر حقيقية وحباً متبادلاً، لأن ذلك قد يؤدي إلى توتر عصبي، إرهاق، أو مشاعر سلبية.

## السبت ٢٩ جمادى الثانية ١٤٤٧: (2025/12/20)

اليوم القمري التاسع والعشرون هو يوم محظور لممارسة العلاقة الحميمة. يجب تجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم لأن ذلك سيؤدي فقط إلى مشاجرات واستياء بين الزوجين. ستختبر الملمات الحسية والمظالم المتبادلة طاقتكما الحيوية، مما يتركك أنت وشريك حياتك بخيبة أمل، ولن يحصل أي منكما على أي متعة. ستؤدي العملية إلى استهلاك الطاقة الحيوية بشكل غير مفيد، مما يضعف الروح المعنوية.

التوصيات:

- تجنب العلاقة الحميمة في هذا اليوم، حيث أن الممارسة ستكون غير مجزية وستؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصحة والعلاقة.

## الأحد ٠١ رجب ١٤٤٧: (2025/12/21)

اليوم القمري الأول يفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة. في هذه الفترة، يكون الجسم في حالة تصحيح ذاتي، حيث يتم تعديل النظام الهرموني. ممارسة الجنس في هذا اليوم قد تسهم في تسريع عملية الشيخوخة.

التوصيات:

- يستحسن تجنب ممارسة العلاقة الحميمة في هذا اليوم لضمان الحفاظ على توازن الجسم وصحته.
- قال النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم: "يا علي، لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره"، وذلك إشارة إلى أهمية تجنب ممارسة الجنس في هذه الأيام لتحقيق أفضل صحة بدنية ونفسية.



## الإثنين ٠٢ رجب ١٤٤٧: (2025/12/22)

اليوم القمري الثاني هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة. يمكنك ممارسة العلاقة الحميمة بهدوء إذا كنت ترغب في ذلك، ولكن يفضل تأجيلها إلى الغد، حيث سيكون يوماً أفضل.

## الثلاثاء ٠٣ رجب ١٤٤٧: (2025/12/23)

اليوم القمري الثالث يعتبر يوماً مناسباً جداً لممارسة العلاقة الحميمة.  
التوصيات:

- يعتبر هذا اليوم مواتي للاتصال الجسدي والعاطفي، ومن المحتمل أن تحصل على تجربة مرضية وممتعة مع شريك حياتك. استمتع باللحظات المشتركة وكن حريصاً على تعزيز الاتصال الروحي والجسدي معاً.

## الأربعاء ٠٤ رجب ١٤٤٧: (2025/12/24)

اليوم القمري الرابع هو يوم محايد لممارسة العلاقة الحميمة، ولكن يجب توخي الحذر.  
التوصية:

- في حالة وجود أي مرض تناسلي عند أحد الزوجين، من الأفضل تجنب ممارسة العلاقة الحميمة لتفادي نقل العدوى.
- إذا كان كلا الزوجين بصحة جيدة، يمكنك ممارسة العلاقة، ولكن يفضل توخي الحذر والاهتمام بالنظافة الشخصية.

## الخميس ٠٥ رجب ١٤٤٧: (2025/12/25)

اليوم القمري الخامس هو يوم محايد أيضاً.  
التوصية:

- سيكون اليوم ممتعاً ومناسباً لممارسة العلاقة الحميمة في جو من الفرح والهدوء.
- ومع ذلك، ينصح بتجنب المشاعر الجامحة أو العلاقة العنيفة، واتباع أسلوب طبيعي، حيث أن القمر قد يؤثر على الطاقة المتدفقة بينكما.
- استمتع بلحظات الحب، ولكن بمرونة وهدوء.

## الجمعة ٠٦ رجب ١٤٤٧: (2025/12/26)

اليوم القمري السادس يُعتبر وقتاً مناسباً للجنس الكلاسيكي.  
التوصية:

- ينصح بممارسة العلاقة الحميمة بشكل هادئ ومدروس، وخاصة للمتقدمين في العمر.
- يجب أن تكون العلاقة لطيفة جداً، مع وضعيات مريحة وأجواء رومانسية.
- إذا كان أحد الشريكين يشعر بالتوتر أو الإرهاق، فمن الأفضل تجنب العلاقة في هذا اليوم، لأن ذلك قد يؤدي إلى انزعاج داخلي أو ضرر.
- من الأفضل تخصيص وقت أطول للمداعبة والقبلات بدلاً من العلاقة نفسها للحصول على أقصى قدر من المتعة.

## السبت ٠٧ رجب ١٤٤٧: (2025/12/27)

اليوم القمري السابع هو يوم مناسب لزيادة الحب.  
التوصية:

- من الأفضل عدم الدخول مباشرة في العلاقة الحميمة، بل يجب أن تسبقها مداعبة طويلة ومدعومة بالكلمات الجميلة والاهتمام المتبادل.
- في هذا اليوم، الكلمات والاهتمام المتبادل يكونان أهم من ممارسة الجنس نفسه.
- امنح شريك حياتك المزيد من العاطفة والتواصل الهادئ لتعزيز العلاقة بينكما.

## الأحد ٠٨ رجب ١٤٤٧: (2025/12/28)

اليوم القمري الثامن هو يوم محايد للعلاقات الحميمة.  
التوصية:

- لا يوجد موانع من القمر لممارسة الجنس، ولكن ينصح بالحذر.
- إذا شعرت بالرغبة والقوة، يفضل تأجيل الممارسة أو توشي الحذر أثناء العلاقة، لأن المبالغة قد تؤدي إلى استنزاف طاقتك.
- في صباح اليوم التالي قد تشعر بالإرهاق أو المرض، لذا حاول أن تكون معتدلاً في هذه الفترة.

## الإثنين ٠٩ رجب ١٤٤٧: (2025/12/29)

اليوم القمري التاسع ليس مناسباً للعلاقات الحميمة.  
التوصية:

- ينصح بشدة بتجنب ممارسة الجنس في هذا اليوم.
- هذا اليوم سلبي للغاية ويمكن أن يؤثر سلباً على الجسم والنفسية.
- قد تتسبب العلاقة في هذا اليوم في خيبة أمل، ولن تتمكن من الحصول على المتعة المتوقعة.

## الثلاثاء ١٠ رجب ١٤٤٧: (2025/12/30)

اليوم القمري العاشر مناسب للعلاقات الحميمة الهادئة.  
التوصية:

- القمر يولد طاقة جنسية قوية اليوم، لذا من الأفضل أن تركز على التدليك المريح والمتبادل مع شريك حياتك.
- حاول تمديد المداعبة لأطول فترة ممكنة للحصول على أقصى استفادة من هذه العملية.
- يمكن أن يعزز الاسترخاء المتبادل العلاقة ويزيد من الاستمتاع.

## الأربعاء ١١ رجب ١٤٤٧: (2025/12/31)

اليوم القمري الحادي عشر فترة نشاط متزايد.  
التوصية:

- إذا كان هناك رغبة متبادلة وحب واحترام روحي بينكما، فهذا اليوم مناسب جداً.
- يمكن ممارسة الجنس من أجل المتعة، لكن يجب أن يكون هناك حب ورغبة متبادلة.
- تجنب التعامل مع العلاقة الحميمة كغريزة فقط، وركز على الجوانب الروحية والعاطفية.
- في حالة فقدان السيطرة على النفس، قد تعاني من الصداع أو آلام الظهر والمعدة.
- يجب أن يكون الشريك نشطين جنسياً بشكل متبادل للاستفادة القصوى من الطاقة القمرية في هذا اليوم.

