

خواص میوه‌ها
از
دیدگاه ائمه (علیهم السلام) و اطباء

محقق و مؤلف :

مژگان سیف



نام کتاب: خواص میوه‌ها از دیدگاه ائمه (علیهم‌السلام) و اطباء

مؤلف: مژگان سیف

ناشر: اعتدال

طراح رایانه‌ای: ابوذر تائبی

نوبت چاپ: اول بهار ۱۳۸۸

چاپخانه: سبحان - قم

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۱۸۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۹۳-۲۷-۶

تلفن مرکز نشر: قم: ۰۶۶۱۲۸۸۳-۲۵۱ همراه: ۰۹۱۳۳۱۳۰۰۷۵

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۳۵۰۶۸۹۴۷

فهرست مطالب

۹.....	مقدمه
۱۰.....	در بیان دعای وقت طعام خوردن
۱۱.....	در آداب و اوقات اطعام خوردن
۱۶.....	آلبالو WILD CHERRY
۱۷.....	آلو
۱۸.....	آلوچه وحشی
۱۹.....	آلوی سیاه
۲۱.....	آناناس PINE APPLE
۲۲.....	انجیر
۳۱.....	انگور
۳۶.....	ازگیل MEDLAR
۳۸.....	انار
۴۳.....	به
۴۷.....	پرتقال SWEET - ORANGE
۵۰.....	تمشک
۵۲.....	توت سیاه
۵۳.....	توت سفید MULBERRY
۵۴.....	توت فرنگی STRAWBERRY

۵۷.....	خرما
۶۶.....	PERSIAN MELON خربزه
۷۲.....	خیار
۷۶.....	زردآلو
۸۰.....	سیب
۸۴.....	گلابی
۹۰.....	لیموترش
۹۵.....	BANANA موز
۹۷.....	نارنگی
۹۸.....	نارگیل
۱۰۰.....	نارنج
۱۰۳.....	WATER-MELON هندوانه
۱۰۵.....	هلو



❖ مقدمه :

یکی از آیت‌های خدای بزرگ میوه‌ها و خوراکی‌های گوناگون و رنگارنگی است که برای استفاده بشر خلق شده و در اختیار او قرار داده شده است. ولی حقیقت اینست که چون بشر در حال پیشرفت می‌باشد و دوست دارد در مورد چیزهای گوناگونی که در اطرافش می‌گذرد تحقیق کند و چون وارث اختراعات زیادی شده یکپارچه فریفته‌ی مادیات گردیده و خود را در اقیانوس بیکران ماده غرق ساخته است. و حقیقت اینست که اشعه تابناک مادیات و ظاهر خوش سیمای طبیعت همچون بازیچه‌ای اکثر مردم را چنان سرگرم نموده است که از معنویات و حقیقت پشت پرده منصرف شده‌اند.

اگر در این بین به سخنان ارزنده‌ی بزرگانی چون ابوعلی سینا توجه کنیم باید بیشتر از مادیات پارا فراتر نهاده، از دریچه معرفت و تحقیق آیت‌های بزرگ خدا را بنگریم تا شاید به دنبال سود بیشتری باشیم، پس یکی از مهمترین موضوعاتی که در قرن حاضر است موضوع طب اسلامی می‌باشد که دانشمندان علم طب و آشنایان با معارف اسلامی باید به تحقیق این امر مهم، همت گماشت و در توسعه بیشتر آن تلاش‌های بسیار نمود به این دلیل شناختن طب گیاهی و داروهای گیاهی و شفا بخش بسیار مهم و ضروری است. به نظر بنده متأسفانه پیشرفت‌هایی که در علم پزشکی شده و داروهایی که برای درمان دردها مصرف می‌کنیم شیمیایی بوده و عوارض سویی را در برخواهد داشت و اگر برای بهبود دردی در بدن باشند عارضه‌ای دیگر ایجاد می‌کند و عمر انسان را کوتاه خواهند نمود.

پس بهتر است در کنار پیشرفت‌های پزشکی و امکاناتی که پزشکان در دست دارند در زمینه ساختن داروهای طبیعی و بی‌ضرر گیاهان دارویی بیشتر تلاش کنند و اقدامات لازم را به عمل آورند.

بنابراین خوانندگان عزیز لازم است به گفته‌ی قرآن کریم «به غذای خود با تفحص و تحقیق بنگرند» و تا حد امکان در پاکی و حلال بودن آن دقت کافی مبذول فرمایند و از اسراف بپرهیزند و آنچه را برای آنها مضر است هر چند لذیذ و دلچسب باشد از مصرف آن خودداری نمایند زیرا امروزه بر پزشکان ثابت شده است که پیش‌گیری از امراض بهتر و ارزان‌تر از درمان امراض است یعنی: علاج واقعه قبل از وقوع باید کرد.

به همین منظور بنده اصلاً شاید در علم پزشکی تجربه‌ای نداشته باشم ولی چون مشتاق فهمیدن در مورد طب اسلامی و داروهای گیاهی بودم و استفاده از آنها را بهتر از استفاده از داروهای شیمیایی می‌دانم حدوداً یک سال است که بسیاری از میوه‌ها را از دید اطباء و ائمه مورد تحقیق قرار داده و در کتاب‌های مختلف شروع به جمع‌آوری این مطالب نموده و البته قابل ذکر است که بسیاری از آنها را با تجارب مختلفی که کسب نموده‌ام به صدق آنها یقین داشته و استفاده کرده‌ام به همین خاطر خواستم که این تجارب و نوشته‌ها در این در اختیار خوانندگان مشتاق به داروهای گیاهی قرار دهم تا مورد استفاده عموم قرار گیرد.

❖ در بیان دعای وقت طعام خوردن^۱

از حضرت رسول (صلی الله علیه وآله) منقول است که: چون خوان را می‌گذارند چهار هزار ملک بر دور آن احاطه می‌کنند اگر بنده، بسم الله گفت ملائکه می‌گویند خدا برکت فرستد بر شما و طعام شما، پس با شیطان می‌گویند برون رو ای فاسق که