

مزاج
شما
چيست؟



سرشناسه : خدادادی، مصطفی، ۱۳۶۶ -

عنوان و نام پدیدآور : مزاج شما چیست؟ مصطفی خدادادی.

مشخصات نشر : سناری: پارسی سرا، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری : ۸۰ص: جدول.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۵۵۹-۱-۵

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

موضوع : اخلاط چهارگانه

سوع : Four-fold humours

مورخ : پزشکی سنتی

موضوع : Traditional medicine

رده بندی کتب : R۱۳۵/خ۴۴م۴ ۱۳۹۵

رده بندی دیویی : ۶۱۰

شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۹۱۷۹۱



عنوان کتاب: گروه خونی شما چیست؟

عنوان پدیدآور: مصطفی خدادادی

ناشر: انتشارات پارسی سرا

چاپ اول / ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۵۵۹-۱-۵

صفحه آرای و طراحی جلد: واحد گرافیک نشر پارسی سرا

قیمت (دو کتاب در یک مجلد): ۱۰۰۰۰ تومان

پخش کتاب فانوس:

۰۹۱۲۸۵۷۳۳۷۱

/

۰۹۱۱۷۱۱۲۱۰

فهرست

بخش اول

شناخت کلی مزاج ها

فصل اول (مزاج چیست؟)

تعریف مزاج / ۱۰

تاریخچه / ۱۱

ارتباط طب سنتی و پزشکی امروز / ۱۵

چرا باید مزاج خود را بشناسیم؟ / ۱۶

انواع مزاج ها در طب سنتی / ۱۷

اخلاط اربعه / ۱۹

فصل دوم (مزاج اشیا و پدیده ها)

خانه و مسکن / ۲۳

لباس ها و پوشش ها / ۲۴

صداها (اصوات، نوای موسیقی، آوای معنوی، لحن و سبک) / ۲۵

عطرها و بوها (بوهای گرم و سرد) / ۲۹

سایه ها / ۳۱

رنگ های گرم و سرد (بررسی مزاجی هفت رنگ) / ۳۲

دودهای گرم و سرد / ۳۷

زخم ها / ۳۸

فلزات / ۳۹

فصل سوم (مزاج افراد)

مزاج‌های چند گانه افراد / ۴۰

۱۰ روش تشخیص مزاج سرشتی یک فرد / ۴۱

۱- سلمس (لمس) / ۴۲

۲- گوشت و چربی / ۴۳

۳- رنگ پوست بدن / ۴۳

۴- مو / ۴۱

۵- هیئت و شکل اعضا / ۴۵

۶- سرعت انفعار، عضو / ۴۶

۷- خواب و بیداری / ۴۵

۸- کلیه افعال بدن (دلائل افعال) / ۴۶

۹- کیفیت دفع فضولات بدن / ۴۷

۱۰- انفعالات نفسانی / ۴۷

بخش دوم

بررسی مزاج‌های افراد

فصل اول (دموی مزاج‌ها)

بازتاب‌های روانی و رفتاری / ۵۰

خصوصیات جسمی / ۵۱

علایم پوستی / ۵۲

علایم گوارشی / ۵۳

وضعیت سازگاری با غذاها / ۵۴

مواد غذایی مضر / ۵۴

مواد غذایی مفید / ۵۴

علایم بیماری اثر غلبه دم / ۵۵

فصل دو (صفحاتی مزاج ها)

بازتاب های روانی و رفتاری / ۵۷

خصوصیات جسمی / ۶۰

علایم پوستی / ۶۱

علایم گوارشی / ۶۱

وضعیت سازگاری با غذاها / ۶۲

مواد غذایی مضر / ۶۳

مواد غذایی مفید / ۶۴

علایم بیماری در اثر غلبه صفرا / ۶۵

فصل سوم (بلغمی مزاج ها)

بازتاب های روانی و رفتاری / ۶۶

خصوصیات جسمی / ۶۷

علایم پوستی / ۶۷

علایم گوارشی / ۶۸

وضعیت سازگاری با غذاها / ۶۹

مواد غذایی مضر / ۶۹

مواد غذایی مفید / ۷۰

علائم بیماری در اثر غلبه بلغم / ۷۱

فصل چهارم (سوداوی مزاج ها)

بازتاب های روانی و رفتاری / ۷۴

خواصیات جسمی / ۷۵

علائم پوست / ۷۶

علائم گوارش / ۷۶

وضعیت سازگاری با غذاها / ۷۸

مواد غذایی مضر / ۷۸

مواد غذایی مفید / ۷۹

علائم بیماری در اثر غلبه سودا / ۸۰