

سرشناسه	۴: عظیمی، علیرضا، ۱۳۵۹ -
عنوان و نام پدیدآور	۵: پیشگیری و درمان سرماخوردگی، تب و آنفلوآنزا از دیدگاه طب اسلامی / مؤلفان: علیرضا عظیمی، ف. نامداری
مشخصات نشر	۶: قم: مؤسسه انتشاراتی امام عصر (عج)، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۷: ۱۵۲ ص: ۱۴/۵، ۲۱/۵×۳،
شابک	۸: ۹۷۸-۶۰۰-۳۸۵-۰۵۲-۱
وضعیت فهرست نویسی	۹: فبا
موضوع	۱۰: پزشکی اسلامی
موضوع	۱۱: Medicine, Islamic
موضوع	۱۲: پزشکی در قرآن
موضوع	۱۳: Medicine in the Qur'an
موضوع	۱۴: پزشکی سنتی
موضوع	۱۵: Traditional medicine
موضوع	۱۶: پزشکی داخلی — درمان جایگزین
موضوع	۱۷: Internal medicine -- Alternative treatment
شناسه افزوده	۱۸: تب، فاعلمه، ۱۳۵۷ -
رده بندی کنگره	۱۹: R۱۲۸ / ۲ / ۶۳ ب ۹۱۳
رده بندی دیویی	۲۰: ۶۱۰ / ۲۱۳ / ۶۱۰
شماره کتابشناسی ملی	۲۱: ۱۳۸۷۲



مؤسسه انتشاراتی امام عصر (عج)

پیشگیری و درمان سرماخوردگی، تب و آنفلوآنزا از دیدگاه طب اسلامی

مؤلفان:

علیرضا عظیمی / ف. نامداری

ناشر: مؤسسه انتشاراتی امام عصر (عج)

چاپ اول: ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: فاضل

لیتوگرافی: مهران

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۸۵-۰۵۲-۱

ISBN :978-600-385-052-1

قیمت: ۹۵۰۰ تومان



اَللّٰهُمَّ عَجِّلْ لَوْلِيَّتِكَ الْفَتْحَ وَالْعَافِيَةَ وَالنَّصْرَ

این کتاب را به وجود پاک، مصلح و پربرکت

حضرت محمد ﷺ و ائمه اطهار علیهم السلام

حضرت امام عصر مهدی موعود علیه السلام

تقدیم می نمایم.

به امید رضایت پروردگار متعال و احیاء

دستورات الهی در تمام شئونات زندگی.

مقدمه مولف ۱۷

چگونگی شکل گیری بحث ۲۰

هدف نگارنده ۲۲

اهداف مؤسسه جاده‌ی سلامتی زیتون ۲۳

فصل اول

عوامل مهمی که انسان را بیمار می‌کنند

۱- عدم تعادل مزاج ۲۷

۲- طرز تفکر غلط ۲۷

۳- تغذیه‌ی نامناسب ۲۸

دلیل علمی و عقلی ۲۹

علل بروز بیماری‌ها در انسان ۳۰

۱- آلودگی هوا ۳۰

۲- آلودگی آب ۳۱

۳- میکروب‌ها ۳۱

۴- باکتری‌ها ۳۲

۵- ویروس‌ها ۳۳

۶- تخم انگل‌ها ۳۴

- | | |
|----|--|
| ۳۵ | ۷- سرماخوردگی |
| ۳۵ | ۸- بیماری‌های عفونی |
| ۳۶ | ۹- آلودگی‌های غذایی |
| ۳۸ | ۱۰- عدم رعایت آداب صحیح غذاخوردن، نظافت و بهداشت |
| ۳۸ | ۱۱- ورزش نکردن و کم تحرکی |
| ۴۰ | ۱۲- عدم استفاده از مواد غذایی لازم برای بدن |
| ۴۲ | ۱۳- استرس و فشارهای عصبی |
| ۴۳ | ۱۴- تضعیف سیستم ایمنی بدن |

فصل دوم

پیشگیری و درمان سرماخوردگی، تب و آنفلوآنزا^۱ دیدگاه دانشمندان طب اسلامی-ایرانی

- | | |
|----|---|
| ۴۸ | درمان سرماخوردگی |
| ۵۱ | فالوده‌ها (نکتارها)ی مفید برای سرما خوردگی |
| ۵۱ | مواد لازم |
| ۵۲ | نوع ترکیب |
| ۵۲ | طرز تهیه‌ی نکتار پرتقال، آب لیمو ترش تازه و گریپ فروت |
| ۵۲ | طرز تهیه‌ی نکتار سیب و گلابی |
| ۵۴ | توصیه‌های استاد حسین خیراندیش برای رفع سرماخوردگی |

۵۶	گلودرد و سرفه
۵۹	نسخه‌های آقای مجید کمیل راد برای درمان سرماخوردگی
۶۰	درمان تب و روش کنترل آن
۶۰	روش کنترل تب
۶۵	ماری آنفولانزا
۶۵	درمان بیماری آنفولانزا
	فصل سوم
	عوارض داروهای شیمیایی
۶۹	۱- داروهای مسکن، ضد التهابی و تب‌بر
۶۹	۲- داروهای آرام بخش
۷۰	۳- مشتقات کورتیزون
۷۰	۴- آنتی بیوتیک‌ها
۷۱	۵- فناستین
۷۱	نظر صاحب نظران در مورد عوارض داروهای شیمیایی
	فصل چهارم
	توصیه‌های دکتر غلامرضا کریمی درباره‌ی بیماری‌های ریوی و تنفسی
۷۷	پرهیزات عمومی

۷۷	غذاهای مفید برای گرم مزاجان
۷۷	غذاهای مفید برای سرد مزاجان
۷۸	غذاهای مفید برای همه طبایع
۷۸	خاها
۷۹	دمنوش ها
۸۰	لَعُوقُ (لیسید) ها
۸۱	خوراکی ها
۸۱	زکام (آبریزش و ترشحات از بینی)
۸۲	نَزْلَه (PND) (ترشحات پشت حلق)
۸۲	رینیت آلرژیک (حساسیت فصلی)
۸۳	آنژین
۸۴	گلودرد
۸۴	ورم گلو
۸۴	آماس زبان کوچک
۸۴	تب کودکان
۸۵	درمان تب
۸۵	الف) عمومی

۸۵	ب) تب بالا به تنهایی (اغلب ویروس ها)
۸۶	ج) تب + لرز (اغلب ویروس ها)
۸۶	دود دانی ها برای ضد عفونی کردن محیط
۸۶	سرما خوردگی کودکان
۸۶	زمان سرما خوردگی کودکان
۸۷	آنفلوآنزا
۸۸	تظاهرات بالینی آنفلوآنزا
۸۸	درمان آنفلوآنزا
۸۹	سرخک
۹۰	تظاهرات بالینی سرخک
۹۰	درمان سرخک
۹۰	آبله مرغان
۹۱	تظاهرات بالینی آبله مرغان
۹۱	تذکر مهم
۹۱	آبله مرغان مادرزادی
۹۲	درمان (آبله مرغان - سرخک - سرخجه)
۹۳	سرخجه (سرخک سه روزه)

۹۴	سرخجه جنینی
۹۴	تظاهرات بالینی سرخجه جنینی
۹۴	رفع اثر سرخک، آبله، آبله مرغان
۹۵	اوران
۹۶	تب و اسهال در کودکان
۹۶	درمان تب و اسهال
	فصل پنجم
	عسل شفاء للناس
۱۰۳	تعریف عسل
۱۰۳	طبع عسل
۱۰۴	چهار ماده غذایی مورد نیاز بدن انسان
۱۰۵	قندهای طبیعی
۱۰۶	عسل در قرآن مجید و روایات ائمه معصومین علیهم السلام و تاریخ
۱۰۶	عسل در آرای دانشمندان
۱۰۹	مراحل ساختن عسل
۱۱۰	ترکیبات عسل
۱۱۱	چند نمونه از عسل های طبیعی

۱۱۱	رنگ عسل
۱۱۲	بهترین روش استفاده از عسل
۱۱۴	ویژگی های شگفت انگیز عسل
۱۱۶	راه های تشخیص و شناسایی عسل طبیعی
۱۱۷	ناطقه و بیم عسل در ایران
۱۱۸	خواص درمانی عسل
۱۱۸	۱- اثرات عسل در درمان سرطان ها
۱۱۸	۲- اثرات عسل در درمان بیماری های قلبی
۱۱۹	۳- اثرات عسل در درمان بیماری های استخوان
۱۱۹	۴- اثرات عسل در بیماری های مغز و اعصاب
۱۱۹	۵- اثرات عسل در بیماری های کبدی
۱۱۹	۶- اثرات عسل در بیماری های خونی
۱۲۰	۷- اثرات عسل در بیماری های سیستم ایمنی
۱۲۱	۸- اثرات عسل در بیماری های عفونی
۱۲۱	۹- اثرات عسل در بیماری های هورمونی
۱۲۱	۱۰- اثرات عسل در بیماری های زنان
۱۲۲	۱۱- بیماری دیابت

۱۲۲	۱۲- اثرات غسل در بیماری های سیستم گوارش
۱۲۲	۱۳- اثرات غسل در بیماری های انگلی روده
۱۲۴	۱۴- اثرات غسل در بیماری های اورولوژیک (کلیوی):
۱۲۴	۱۵- اثرات غسل در بیماری های پوستی:
۱۲۵	۱۶- اثرات غسل در بیماری های چشم:
۱۲۵	۱۷- اثرات غسل در بیماری های گوش و حلق و بینی:
۱۲۶	۱۸- اثرات غسل در آلودگی ها
۱۲۶	۱۹- اثرات غسل در بیماری های اعصاب و عضلات:
۱۲۶	۲۰- اثرات غسل در ترمیم و التیام زخم ها
۱۲۷	۲۱- اثرات ضد سرفه و خلط آور غسل
۱۲۷	۲۲- درمان بیماری های کلیوی با غسل
۱۲۷	۲۳- اثرات ضد اسهال غسل
۱۲۷	۲۴- غسل و بیماری های قلبی
۱۲۷	۲۵- غسل و بیماری روده
۱۲۹	۲۶- غسل و کبد
۱۲۹	۲۷- غسل و درمان ضعف اعصاب
۱۲۹	۲۸- غسل و بیماران دیابتی

۱۳۰	۲۹- غسل و بیماری های گوارشی
۱۳۱	۳۰- غسل و محافظت از بافت ها
۱۳۲	۳۱- غسل و تقویت سیستم ایمنی بدن
۱۳۲	۳۲- غسل و بیماری های دندان
۱۳۲	۳۳- غسل و بیماری های تنفسی
۱۳۳	۳۴- غسل و التهاب های چشم
۱۳۳	۳۵- غسل و دندان کان
۱۳۴	۳۶- غسل و مادران
۱۳۴	۳۷- غسل و حافظه
۱۳۴	۳۸- غسل و بهداشت پوست و زیبایی
۱۳۵	چند داروی خانگی ساده و مؤثر با غسل
۱۳۷	درمان زخم معده
۱۳۸	درمان نفخ معده
۱۳۹	بیماری های حاصل از مصرف قند و شکر سفید و فرآورده های آن
۱۴۵	شربت غسل با لیمو ترش تازه
۱۴۷	سخن پایانی
۱۴۹	منابع و مآخذ

مقدمه مؤلف

خداوند متعال در سوره‌ی مبارکه شعراء می‌فرماید: ﴿الَّذِي خَلَقَ نَارًا مِنْ لَظْفَرٍ ۚ إِنَّهُ يُعَذِّبُهُ وَيُعَذِّبُ الْمُنَافِقِينَ﴾ (۸۰)، ﴿وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ﴾ (۷۹)، ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (۸۰). خداوندی که مرا بیافرید و به راه راست هدایت می‌فرماید (۷۹)، و همان خداوندی است که مرا غذا می‌دهد و سیراب می‌گرداند (۷۹)، و همان خداوندی است که چون بیمار شوم مرا شفا می‌دهد (۸۰).

خداوند رحمن در سوره‌ی مبارکه اعراف می‌فرماید: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [ای فرزندان آدم! چون در مسجد به قصد عبادت می‌روید، لباس آراسته بر تن داشته باشید و از نعمت خداوند بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید که خداوند اسراف کاران را دوست نمی‌دارد].

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: تمام علم طب در سوره‌ی مبارکه اعراف آیه‌ی ۳۱ گردآوری شده است^۱ و نیز در سوره‌ی مبارکه مؤمنون آیه‌ی ۵۱ آمده است: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا﴾ ای پیامبران! از غذاهای پاکیزه بخورید و اعمال شایسته انجام دهید.

۱. دانشنامه اسلامی، انتشارات موسسه تحقیقات و نشر معارف اهل بیت علیهم السلام به نشانی Wiki-ahlobeit.com، تفسیر سوره اعراف.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند: «المعدة بيت كل داء والخمية رأس كل دواء» معده خانه‌ی تمام بیماری‌ها و امساک و کم خوری در رأس همه‌ی داروهاست^۱ و نیز می فرمایند: «اليبوست أم الأمراض». یبوست مادر همه بیماری‌هاست.^۲

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند: ای انسان! این جهان عظیم، شگفت با عظمت بارها در تو خلاصه شده است. چرا در خود تأمل و تفکر نمی کنی؟^۳

اینها نمونه‌های انبسی از آیات، احادیث و روایات بسیاری است که در قرآن مجید و سخن پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و ائمه‌ی معصومین علیهم السلام درباره‌ی شفای بیماران، اهمیت تغذیه، آب صحیح، خوردن و آشامیدن بیان شده است. خداوند متعال در بیش از سیصد آیه، بار خزان مجید، غذای انسان را معرفی فرموده‌اند و انسان‌ها را به استفاده از غذاهای حلال و طیب قرآنی (عسل، انجیر، زیتون، روغن زیتون و...)، غذاهای سالم و طبیعی، و پرهیز از مصرف غذاهای حرام، مضر و بیماری زا امر فرموده‌اند و بیش از ۲۹۰ آیه‌ی آن در مورد مصرف غذاهای گیاهی سالم و طبعی و کمتر از ۱۰ آیه از آن در مورد مصرف گوشت حیوانات تازه و حلال بیان شده است. در قرآن مجید ۶۳ آیه نیز در مورد آب (آب باران، آب چشمه، آب سالم) بیان شده است و خداوند سبحان با تکرار بسیار این کلمات،

۱. بحار الانوار، جلد ۱۴ و ارکان الاسلام، ص ۱۰۸.

۲. به نقل از طب الرضا، ترجمه نصیرالدین امیرصادق، انتشارات دارالاحیاء، ۱۴۰۲ق، ص ۱۸۹.

۳. غرر الحکم، جلد ۲، فصل ۸۶.

حیاتی، ضرورت آن را برای موجودات زنده به خصوص انسان بسیار لازم دانسته‌اند. مصرف به موقع آب باعث پیشگیری از یبوست مزاج و درمان بیماری‌های روحی و جسمی در بدن انسان خواهد شد.

با توجه به آیات متعدد قرآن مجید و این که خداوند متعال در سوره‌ی مبارکه تین آیه ۱ به انجیر و زیتون (دو گیاه بسیار ارزشمند و حیاتی مورد نیاز بدن انسان) قسم یاد کرده است و غسل را در سوره‌ی مبارکه نحل آیه ۴۹ به رندان در پیشگیری و درمان بیماری‌ها آفریده است و سفارش‌های بسیار ائمه اطهار (علیهم‌السلام)، سعی کنید با برنامه غذایی صحیح، از غذاهای سالم، سلاطین طیب و طبیعی استفاده کنید. از مصرف غذاهای حرام و مضر پرهیز از گوشت‌های قرمز و سفید تازه استفاده نمایید. آداب صحیح غذاخوردن را رعایت کنید تا از بیماری‌های روحی و جسمی بدن و حتی تصادفات رانندگی در امان بمانید. همیشه شاد و سلامت باشید و شکر نعمت‌های خداوند متعال را به جای آورید.

جالب توجه این که خداوند متعال در سوره‌ی مبارکه عبس آیات ۲۴ تا ۳۲ اولویت‌های غذایی مورد نیاز بدن انسان را در شبانه روز بدین شرح بیان فرموده‌اند: ۱- آب سالم (آب باران، چشمه و... پروتئین‌ها (انواع حبوبات مانند نخود، لوبیا و...، غلات مانند برنج، گندم، جو، میوه‌های میوه‌ای مانند بادام، پسته و... ۳- قندهای طبیعی (عسل، انجیر، خرما، کشمش، مویز، توت خشک، شکر قهوه‌ای نیشکر، شیره انگور و شیره خرما و... ۴- چربی‌های طبیعی و سالم (روغن زیتون و کنجد، روغن بادام شیرین، روغن شحم و... ۵- ویتامین‌های طبیعی (میوه‌ها و سبزیجات تازه و فصلی). این گروه‌های غذایی باید به تناسب و در شبانه روز به مصرف بدن انسان

برسد و کمبود هر کدام از آن‌ها به مرور زمان باعث بروز بیماری‌های روحی و جسمی در بدن انسان خواهد شد. از خداوند متعال می‌خواهیم که در تمام جهات توفیق شناخت و عمل به دستورات کتاب آسمانی قرآن مجید را به ما عنایت فرماید تا بتوانیم روی پای خود بایستیم و دست نیاز به سوی اجانب و دشمنان اسلام و ایران دراز نکنیم. به امید عمل به قرآن مجید و رسیدن به آن روز که سر همت کنیم آینده‌ی درخشان و روشنی در انتظارمان خواهد بود. حضرت استاد علامه حسن زاده آملی می‌فرماید: دانش گرانقدر طب، و ارزش والای طبیب برادر و فزونی‌تر از آن است که در کُزاسه‌ای به صورت مقاله و رساله به رشته‌ی تحریر درآیند. سرمایه‌ای که انسان برای کسب معارف دارد طعام انسانی است.^۱

لازم به ذکر است، روح و جسم انسان در لحظه با هم در ارتباط هستند و بیماری‌های روانی و ذهنی گاهی موجب بروز بیماری‌های جسمانی و بدنی انسان می‌شوند. به عنوان مثال، گناه کردن، غیبت کردن به روح و جسم انسان خدشه وارد می‌کند.

چگونگی شکل‌گیری بحث

نگارنده کتاب، با عنایات خداوند متعال، چند سال است که در زمینه‌ی طب اسلامی، پیشگیری و درمان بیماری‌ها شروع به اصلاح تفرقه‌ی خود و خانواده، پرهیز از مصرف مواد غذایی مضر و بیماری‌زا، استفاده از غذاهای حلال و طیب قرآنی و تولید و عرضه محصولات غذایی سالم و طبیعی و اشتغال زایی نموده است. سپس با همکاری و تلاش‌های

۱. طب و طبیب و تشریح، علامه حسن زاده آملی، مقدمه کتاب.

همسر مؤمن و دلسوز خود، اقدام به چاپ و نشر کتاب هایی تحت نظارت موسسه ی جاده سلامتی زیتون نموده است که ان شاء الله در اختیار مردم شریف و سلامت دوست ایران قرار خواهد گرفت.

نگارنده در سال ۱۳۹۵ به عنوان کارآفرین نمونه در تولید محصولات غذایی طبیعی و سالم (بستنی طبیعی و ...) برگزیده شده است.

موسسه ی جاده سلامتی زیتون، پس از چند سال فعالیت در زمینه ی طب اسلامی، خرید و عرضه ی محصولات غذایی سالم و احیاء فرهنگ سلامت جامعه در سال ۱۳۹۴ با همکاری دکتر غلامرضا کریمی مدرس و محقق طب اسلامی به شماره ۴۳۸۱ ثبت گردید.

در این جا لازم است از همسر مؤمن، مهربان، دلسوز و فداکار خود که برای تهیه و چاپ این کتاب و اصلاح تغذیه ی خانواده و استفاده از غذاهای سالم و طبیعی، با بنده همکاری و تلاش های بسیاری کردند تشکر و قدردانی نمایم. ان شاء الله خداوند متعال اجر دنیا و آخرت را به ایشان عطا خواهد فرمود.

با تقدیر و تشکر فراوان از همکاری جناب آقای دکتر غلامرضا کریمی و استاد حسین خیراندیش رئیس انجمن حجامان ایران و تلاش های فراوانشان در زمینه ی احیاء طب اسلامی، تالیف کتاب های درمانی از دیدگاه طب اسلامی، کمک در جهت سلامتی افراد جامعه و همکاری با موسسه جاده سلامتی زیتون.

با تقدیر و تشکر فراوان از جناب آقای مهندس اسماعیل مصباح، مشاور فرهنگی و تبلیغاتی موسسه، که زحمات فراوان ایشان دلسوزانه باعث پیشرفت و احیاء طب اسلامی، برگزاری همایش های تخصصی و

کمک در جهت سلامت افراد جامعه در موسسه جاده سلامتی زیتون شده است که سعادت دنیوی و اخروی را برای ایشان از خداوند منان مسئلت می‌خواهیم. ان شاء الله خداوند متعال اجر دنیا و آخرت را به ایشان عطا خواهد فرمود. از همه کسانی که در جمع آوری، تدوین، طراحی و چاپ این کتاب ما را یاری نموده‌اند تقدیر و تشکر می‌نماییم.

هدف نگارنده

درسوره‌ی مبارکه مائده آیه‌ی ۳۲ آمده است: ﴿مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا﴾. [هر کس انسانی را بدون این که مرتکب قتل نفس یا فساد در زمین شده باشد به قتل برساند، چنان است که تمام انسان‌ها را به قتل رسانده و هر کس نفسی را حیات بخشد، باعث نجات جان یک انسان شود، مثل آن است که به تمام جامعه انسانی حیات بخشد است]؛ که یک تن منشاء حیات خلقی تواند شد. هدف اصلی نگارنده، رضایت وی در موسسه‌ی جاده سلامتی زیتون و تألیف کتاب حاضر، رضایت خداوند متعال، تلاش در جهت زمینه‌سازی موجبات ظهور حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه‌ه)، آگاه کردن مردم و اصلاح تغذیه در زمینه‌ی احیاء طایفه اسلامی و روایی ائمه اطهار (علیهم‌السلام)، کمک در جهت پیشگیری و درمان بیماری‌ها، پیشگیری و کاهش تصادفات رانندگی و رسیدن به شادی و سلامتی روحی و جسمی، صرفه جویی در وقت و سرمایه ملی، ایجاد امنیت بیشتر رانندگان و هموطنان محترم در جاده‌های کشور و اقتصاد مقاومتی، تولید و اشتغال و مبارزه با استعمارگران غربی و دشمنان اسلام و

ایران که هر روز با ترفندهای فریب کارانه و این بار با رواج تغذیه‌ی ناسالم و داروهای شیمیایی در بین مردم به ویژه شیعیان اسلام و به دنبال آن گسترش انواع بیماری‌ها گام نهاده اند، می‌باشد. اهداف دیگر و بسیار مفید در این موسسه در چشم اندازی روشن در برنامه کار آینده قرار دارد.

اهداف مؤسسه جاده‌ی سلامتی زیتون

صدف از ثبات، رسنه، احیاء طب اسلامی و طب ائمه معصومین علیهم‌السلام، برگزار کننده‌ی همایش، کنفرانس‌های تخصصی پیشگیری و درمان بیماری‌های (روح و جسم) و جستاری از دیدگاه طب اسلامی، پیشگیری و کاهش تصادفات رانندگی با نصب ایمنی و تغذیه سالم، چاپ و نشر کتاب‌ها در طب اسلامی، تولید، عرضه و مراوری محصولات غذایی سالم و طبیعی با مارک (برند) معراج سلامتی و ...، اشتغال‌یابی برای کسب درآمدهای حلال، طب و سالم و آماده سازی بسته‌های ظهور حضرت ولی عصر علیه‌السلام، اصلاح تغذیه‌ی مدارس، دانشگاه‌ها، ارگان‌ها و شرکت‌ها برای داشتن جامعه‌ای سالم، آینده نگری و چشم اندازی بلند مدت برای فرهنگ سازی جامعه‌ای سالم و اشتغال زایی و کار آفرینی در اقتصاد مقاومتی، حفظ سرمایه‌های ملی، احیاء آب و هوای پاک و سالم، احیاء خانواده ایرانی سالم و ... می‌باشد. سخن پایانی مقدمه را با روایتی از پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و حضرت علی علیه‌السلام به پایان می‌بریم.

پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم می‌فرمایند: غذایتان را با یاد خدا و نیاز آغاز کنید و بر آن مხოابید که دلهایتان سخت می‌شود.^۱

۱. تفسیرالمیزان، علامه طباطبائی، جلد ۶، به نقل از Tebian.net.

حضرت علی علیه السلام می فرمایند: کسی که با شکم خالی و معده پاکیزه غذا بخورد و آن را خوب بجود و قبل از سیر شدن دست از غذا بکشد و مانع تخلیه معده و روده خود نشود (به خصوص در شب هنگام خواب)، تا زمان مرگ به هیچ مرضی مبتلا نمی شود.^۱
