

سبک زندگی رضوی (۴)

# بہداشت غذا و تغذیہ

محمد تقی فغالی

www.ketab.ir



## شناسه

انتشارات بنیاد بین‌المللی فرهنگی هنری امام رضا (ع)

سبک زندگی رضوی (۴) - بهداشت غذا و تغذیه

محمدتقی فغالی

انتشارات بنیاد بین‌المللی فرهنگی هنری امام رضا (ع)

احمد خان بابایی

نجف نجفی

اول، پاییز ۱۳۹۴

زیتون

شمارگان ۲۰۰۰

قیمت ۱۸۰,۰۰۰ ریال

شابک ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۴۰-۱۵-۶

شابک دوره ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۴۰-۰۹-۵

نام کتاب

مؤلف

ناشر

طراح جلد

صفحه آرا

نوبت چاپ

چاپ و صحافی

شمارگان

قیمت

شابک

شابک دوره

سرناسه: فغالی، محمدتقی، ۱۳۴۱ -  
عنوان و نام پدیدآور: بهداشت غذا و تغذیه/ مؤلف محمدتقی فغالی.  
مشخصات نشر: مشهد: بنیاد فرهنگی هنری امام رضا (ع)، ۱۳۹۴.  
مشخصات ظاهری: ۳۱۴ ص:؛ جدول.  
فروست: سبک زندگی رضوی: [ج ۴].  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۴۰-۱۵-۶.  
وضعیت فهرست نویسی: فیا  
یادداشت: کتابخانه: ص. ۲۸۹ - ۲۹۶.  
موضوع: علمی بن موسی (ع)، امام هشتم، ۹۱۵۳ - ۱۲۰۳ ق. -- معلومات -- پزشکی  
موضوع: علمی بن موسی (ع)، امام هشتم، ۹۱۵۳ - ۱۲۰۳ ق. -- احادیث  
موضوع: تغذیه -- احادیث  
موضوع: بهداشت -- احادیث  
موضوع: پزشکی اسلامی -- احادیث  
شناسه افزوده: بنیاد بین‌المللی فرهنگی هنری امام رضا (ع)  
شناسه افزوده: سبک زندگی رضوی: [ج ۴].  
رده بندی کنگره: ۱۳۹۴ ج ۴ س ۴/۳۵/۳۵۰ BPS  
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۹۵۷  
شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۹۵۳۸۷

# فهرست مطالب

|    |                                     |
|----|-------------------------------------|
| ۱۷ | مقدمه                               |
| ۲۵ | دیباجه                              |
| ۳۹ | فصل اول: بهداشت، سلامت و مدیریت بدن |
| ۴۳ | (۱) معناشناسی و چیستی               |
| ۴۳ | یک) بهداشت                          |
| ۴۳ | الف) در لغت                         |
| ۴۴ | ب) چیستی                            |
| ۴۵ | دو) سلامت                           |
| ۴۵ | الف) در لغت                         |
| ۴۵ | ب) چیستی                            |
| ۴۶ | ج) تعریف WHO                        |
| ۴۹ | د) ویژگی ها                         |
| ۴۹ | ویژگی نخست: رویداد یا فرایند        |
| ۵۰ | ویژگی دوم: اختلال و بیماری          |
| ۵۰ | ویژگی سوم: نقش اجتماعی بیمار        |
| ۵۱ | ویژگی چهارم: جایگاه آموزش           |
| ۵۱ | ح) سه دیدگاه                        |
| ۵۱ | دیدگاه نخست: نظریه زیست شناختی      |
| ۵۲ | دیدگاه دوم: نظریه توانمند انگاری    |
| ۵۲ | دیدگاه سوم: نظریه اجتماعی           |
| ۵۲ | (۲) پیشینه شناسی                    |
| ۵۲ | یک) در جهان                         |
| ۵۵ | دو) در اسلام                        |
| ۵۶ | (۳) جایگاه بهداشت و سلامت در اسلام  |

- یک) از نظر قرآن و حدیث..... ۵۸
- الف) طهارت..... ۵۸
- ب) سلامت..... ۶۰
- ج) عافیت..... ۶۴
- د) شفا..... ۶۵
- ه) نظافت..... ۶۷
- و) قوّت..... ۶۸
- ز) مرض..... ۶۹
- دو) فلسفه احکام و خواص خوردنی‌ها..... ۷۰
- الف) محدودیت دانش بشر..... ۷۱
- ب) در فقه و کلام..... ۷۳
- ج) پیوستگی اجزای جهان..... ۷۳
- اول) دیدگاه‌ها..... ۷۴
- نظریه نخست: گسستگی اجزا..... ۷۴
- نظریه دوم: پیوستگی سطحی..... ۷۴
- نظریه سوم: پیوستگی عمیق..... ۷۴
- دوم) اصل پیوستگی از منظر آموزه‌های دینی..... ۷۵
- گونه نخست: جهان دیده‌ها و نادیده‌ها..... ۷۵
- گونه دوم: آب و خاک..... ۷۷
- گونه سوم: نظام احسن..... ۷۷
- گونه چهارم: زمین، آسمان و درختان..... ۷۸
- گونه پنجم: علم باطن حوادث..... ۷۹
- گونه ششم: همبستگی حوادث..... ۸۱
- سوم) اصل پیوستگی از دیدگاه فلسفی - عرفانی..... ۸۴
- اصل نخست: وحدت جهان..... ۸۴
- اصل دوم: پیوستگی در امور غریب..... ۸۵
- اصل سوم: تدبیر عالم با عالم..... ۸۵
- اصل چهارم: انسان و جهان..... ۸۶

|     |                                                |     |
|-----|------------------------------------------------|-----|
| ۸۷  | چهارم) دستاوردها.....                          | ۹۱۱ |
| ۸۸  | پیامد نخست: عدم حذف.....                       | ۹۱۲ |
| ۸۹  | پیامد دوم: پیوستگی یک حادثه با تمام حوادث..... | ۹۱۳ |
| ۸۹  | پیامد سوم: آفریدن حادثه شیرین.....             | ۹۱۴ |
| ۹۰  | پیامد چهارم: همه حوادث آموزگارند.....          | ۹۱۵ |
| ۹۱  | پیامد پنجم: جهان یک دایره است.....             | ۹۱۶ |
| ۹۲  | د) در سیره رضوی.....                           | ۹۱۷ |
| ۹۴  | سه) حقوق جسم.....                              | ۹۱۸ |
| ۹۶  | چهار) اهمیت بدن.....                           | ۹۱۹ |
| ۹۷  | الف) در فرهنگ رضوی.....                        | ۹۲۰ |
| ۹۸  | ب) در جهان مدرن.....                           | ۹۲۱ |
| ۹۹  | اول) مدیریت بدن.....                           | ۹۲۲ |
| ۹۹  | گونه نخست: مفهوم شناسی.....                    | ۹۲۳ |
| ۱۰۰ | گونه دوم: عوامل شکل گیری جریان مدیریت بدن..... | ۹۲۴ |
| ۱۰۰ | عامل نخست: به هم ریختگی مرزها.....             | ۹۲۵ |
| ۱۰۰ | عامل دوم: جنبش های فمینیستی.....               | ۹۲۶ |
| ۱۰۱ | عامل سوم: تحولات پزشکی.....                    | ۹۲۷ |
| ۱۰۱ | عامل چهارم: نقش رسانه ها.....                  | ۹۲۸ |
| ۱۰۲ | گونه سوم: علل گرایش به مدیریت بدن.....         | ۹۲۹ |
| ۱۰۲ | دسته نخست: علل اجتماعی.....                    | ۹۳۰ |
| ۱۰۴ | دسته دوم: علل فردی.....                        | ۹۳۱ |
| ۱۰۵ | دسته سوم: علل روانی.....                       | ۹۳۲ |
| ۱۰۶ | گونه چهارم: آسیب های افراط در مدیریت بدن.....  | ۹۳۳ |
| ۱۱۰ | گونه پنجم: تفاوت های نگاه مدرن و نگاه دین..... | ۹۳۴ |
| ۱۱۲ | دوم) جامعه شناسی بدن.....                      | ۹۳۵ |
| ۱۱۳ | مسأله نخست: نظریه ها.....                      | ۹۳۶ |
| ۱۱۳ | نظریه نخست: رویکرد زیست شناختی.....            | ۹۳۷ |
| ۱۱۴ | نظریه دوم: رویکرد مردم شناختی.....             | ۹۳۸ |

- ۱۱۴.....مسأله دوم: کار کردها
- ۱۱۴.....کار کرد نخست: فنون بدن
- ۱۱۵.....کار کرد دوم: اداها
- ۱۱۵.....کار کرد سوم: بیان عواطف
- ۱۱۵.....کار کرد چهارم: نقش هایی بر بدن
- ۱۱۵.....کار کرد پنجم: تفاوت های جنسیتی
- ۱۱۶.....سوم) سیاست جسم در کلام امام رضا علیه السلام
- ۱۱۸.....پنج) نظام سازی
- ۱۱۹.....نتیجه گیری
- ۱۲۳.....■ فصل دوم: زرین نامه سلامت
- ۱۲۵.....(۱) جایگاه طب در نگاه اسلام
- ۱۲۷.....یک) اهمیت پزشکی
- ۱۳۰.....دو) قرآن و طب
- ۱۳۲.....(۲) طب اسلامی - ایرانی
- ۱۳۲.....یک) پیشینه شناسی
- ۱۳۷.....دو) بیانیه سازمان جهانی بهداشت (WHO)
- ۱۳۸.....سه) تفاوت های طب اسلامی و پزشکی جدید
- ۱۳۹.....الف) مفهوم قوه مدبره یا طبیعت بدن انسان
- ۱۴۲.....ب) وجود تفاوت های فردی
- ۱۴۴.....ج) اتخاذ شیوه های متفاوت
- ۱۴۴.....(۳) زرین نامه رضوی
- ۱۴۵.....یک) ساختار
- ۱۴۶.....دو) تاریخ صدور
- ۱۴۶.....سه) نسخه ها
- ۱۴۷.....چهار) اعتبار سند رساله
- ۱۴۸.....پنج) ویژگی ها
- ۱۴۹.....الف) شیوه نگارش
- ۱۴۹.....اول) فصل بندی

|     |                                           |
|-----|-------------------------------------------|
| ۱۵۱ | دوم) فراطب                                |
| ۱۵۱ | ب) تفاوت در محتوا                         |
| ۱۵۴ | ۴) اعتدال مزاج                            |
| ۱۵۵ | یک) ارکان چهارگانه                        |
| ۱۵۵ | دو) مزاج‌های چهارگانه                     |
| ۱۵۶ | سه) نشانه مزاج‌های مختلف                  |
| ۱۵۶ | الف) صفراوی مزاج‌ها                       |
| ۱۵۷ | ب) دموی مزاج‌ها                           |
| ۱۵۷ | ج) بلغمی مزاج‌ها                          |
| ۱۵۷ | د) سوداوی مزاج‌ها                         |
| ۱۵۸ | چهار) مزاج فصل‌ها                         |
| ۱۵۸ | پنج) مزاج دوره‌های سنی و مزاج زن و مرد    |
| ۱۵۹ | شش) اخلاط چهارگانه                        |
| ۱۵۹ | نتیجه‌گیری                                |
| ۱۶۳ | ■ فصل سوم: خوراکی‌ها، بایسته‌ها و نسخه‌ها |
| ۱۶۶ | ۱) غذا چیست؟                              |
| ۱۶۷ | ۲) نقش غذا در سلامتی                      |
| ۱۶۸ | ۳) تغییر الگوی تغذیه در ایران             |
| ۱۶۹ | ۴) جامعه‌شناسی غذا                        |
| ۱۷۱ | ۵) روان‌شناسی غذا                         |
| ۱۷۲ | ۶) جایگاه غذا و تغذیه در آموزه‌های اسلامی |
| ۱۷۴ | یک) رزق                                   |
| ۱۷۶ | دو) طیب                                   |
| ۱۷۹ | سه) حلال                                  |
| ۱۸۰ | چهار) آسمان منشأ تدبیر زمین               |
| ۱۸۳ | پنج) غذاهای غیرمجاز                       |
| ۱۸۳ | الف) دیدگاه‌ها                            |
| ۱۸۴ | ب) استدلال‌ها                             |

- شش) اهداف..... ۱۸۴
- ۷) غذا و مزاج..... ۱۸۵
- یک) تغذیه و بهداشت برای مزاج صفراوی (گرم و خشک)..... ۱۸۷
- دو) تغذیه و بهداشت برای مزاج دمووی (گرم و تر)..... ۱۸۸
- سه) تغذیه و بهداشت برای مزاج بلغمی (سرد و تر)..... ۱۸۹
- چهار) تغذیه و سلامت برای مزاج سوداوی (سرد و خشک)..... ۱۹۱
- ۸) غذا و تغذیه در سیره رضوی..... ۱۹۳
- یک) خوردنی‌ها، آشامیدنی‌ها و خواص آنها..... ۱۹۴
- ترنج (اُتْرُج)..... ۱۹۵
- نخوردن ترنج در شب..... ۱۹۵
- آنچه ترنج را هضم می‌کند..... ۱۹۵
- نگاه کردن به ترنج..... ۱۹۵
- بادمجان (بادَنجان)..... ۱۹۶
- در فصل چیدن خرما..... ۱۹۶
- خواص بادمجان..... ۱۹۷
- باقلا..... ۱۹۷
- خربزه (بطیخ)..... ۱۹۸
- خواص خربزه..... ۱۹۸
- نهی از خوردن خربزه در حالت ناشتا..... ۱۹۹
- میوه‌ای پاک..... ۱۹۹
- تخم مرغ (بَیض)..... ۱۹۹
- خواص زرده تخم مرغ..... ۲۰۰
- نهی از افراط در خوردن تخم مرغ..... ۲۰۰
- انجیر (تین)..... ۲۰۰
- سیر (ثوم)..... ۲۰۱
- نخود (حَمَص)..... ۲۰۲
- نان (خُبْز)..... ۲۰۲
- نان جو (خُبْزُ الشَّعیر)..... ۲۰۳



|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| ۲۰۳ | ● نان برنج (خُبْزُ الْأَرَز). |
| ۲۰۴ | ■ کاهو (خَس).                 |
| ۲۰۴ | ■ سرکه (خَل).                 |
| ۲۰۵ | ■ انار (رَمَان).              |
| ۲۰۵ | ● فوائد انار                  |
| ۲۰۶ | ● خواص انار شیرین             |
| ۲۰۶ | ● خوردن انار و بو کردن آن     |
| ۲۰۶ | ● خوردن انار با پیه آن        |
| ۲۰۷ | ● خلال کردن با چوب درخت انار  |
| ۲۰۷ | ● خوردن انار ترش و شیرین      |
| ۲۰۷ | ■ مویز (زَبِيبَةُ حَمْرَاء).  |
| ۲۰۸ | ■ مُشْك (سُعد).               |
| ۲۰۹ | ■ به (سَفَرَجَل).             |
| ۲۰۹ | ■ شکر (سُكَّر).               |
| ۲۱۰ | ■ چغندر (سَلَق).              |
| ۲۱۱ | ■ روغن                        |
| ۲۱۱ | ● روغن زیتون (زَيْت).         |
| ۲۱۳ | ● روغن گاو (سَمَن).           |
| ۲۱۳ | ● پیه (شَحْم).                |
| ۲۱۴ | ■ پوره (سَوِيق).              |
| ۲۱۵ | ■ عسل                         |
| ۲۱۷ | ■ تره (كُرْأَث).              |
| ۲۱۸ | ■ کُنْدَر (لُبَان و کُنْدَر). |
| ۲۱۹ | ■ گوشت (لَحْم).               |
| ۲۱۹ | ● گوشت چهارپایان              |
| ۲۲۰ | ● گوشت پرندگان                |
| ۲۲۰ | ● گوشت حیوانات دریایی         |
| ۲۲۱ | ● خواص گوشت                   |

- بهترین ها ..... ۲۲۲
- فلسفه احکام ..... ۲۲۲
- ماش ..... ۲۲۴
- کاسنی (هندباء) ..... ۲۲۵
- موز ..... ۲۲۶
- گلابی (اِجَّاص) ..... ۲۲۶
- کرفس ..... ۲۲۷
- اسپند (سَدَّاب) ..... ۲۲۷
- سیب (تَفَّاح) ..... ۲۲۸
- نمک (مِلَح) ..... ۲۲۸
- کدو (دُتَّاء و قَرَع) ..... ۲۲۹
- آب (ماء) ..... ۲۳۰
- آب خنک ..... ۲۳۰
- بهترین ها ..... ۲۳۰
- آب جوشیده ..... ۲۳۰
- انگور (عِنَب) ..... ۲۳۱
- گل سوسن (زَنَبَق) ..... ۲۳۱
- ترید آبگوشت (تَرید) ..... ۲۳۲
- حلیم گندم (هَرِيسه) ..... ۲۳۲
- عدس ..... ۲۳۲
- تربچه (فُجَل) ..... ۲۳۳
- سبزی (بَقْل) ..... ۲۳۴
- خرما (تَمَر) ..... ۲۳۵
- دو) بایسته های خوردن و آشامیدن (آداب) ..... ۲۳۸
- شستن دست قبل از طعام ..... ۲۳۸
- شروع کردن بانمک یا سرکه ..... ۲۳۸
- کامل خوردن میوه ..... ۲۳۸
- پرهیز از خوردن در بازار ..... ۲۳۹

|     |                                                |
|-----|------------------------------------------------|
| ۲۳۹ | ■ اجتناب از پر خوری.....                       |
| ۲۳۹ | ■ پرهیز از خوردن غذای داغ.....                 |
| ۲۳۹ | ■ خوردن آب در حالت ایستاده.....                |
| ۲۴۰ | ■ دوری از خوردن آب در بین غذا.....             |
| ۲۴۰ | ■ خوردن شیر به صورت مضمضه.....                 |
| ۲۴۰ | ■ تشویق به کم خوردن.....                       |
| ۲۴۰ | ■ خوردن انگور به صورت دانه دانه.....           |
| ۲۴۰ | ■ خوردن با اشتها و لذت.....                    |
| ۲۴۱ | ■ به کار نگرفتن غلامان به هنگام غذا خوردن..... |
| ۲۴۱ | ■ گردآوردن همگان برای غذا خوردن.....           |
| ۲۴۱ | ■ بخشش قبل از خوردن.....                       |
| ۲۴۱ | ■ خالی نبودن شکم از غذا.....                   |
| ۲۴۱ | ■ عدم اسراف.....                               |
| ۲۴۲ | ■ خوردن غذا در شب.....                         |
| ۲۴۲ | ■ خوردن غذا در بیابان.....                     |
| ۲۴۲ | ■ نبریدن نان با چاقو.....                      |
| ۲۴۲ | ■ رعایت اعتدال.....                            |
| ۲۴۲ | ■ استراحت بعد از غذا.....                      |
| ۲۴۳ | ■ شروع کردن با غذاهای سبک.....                 |
| ۲۴۳ | ■ رعایت رژیم غذایی.....                        |
| ۲۴۳ | ■ (سه) نسخه ها و تجویزها.....                  |
| ۲۴۴ | ■ مریض.....                                    |
| ۲۴۴ | ■ بلغم.....                                    |
| ۲۴۵ | ■ فلج و لقوه.....                              |
| ۲۴۵ | ■ درد طحال؛ سپرز (وَجَع طَحَال).....           |
| ۲۴۵ | ■ درد پهلوی (وَجَع جَنْب).....                 |
| ۲۴۵ | ■ اسهال (مَبْطُون).....                        |
| ۲۴۶ | ■ مسلول.....                                   |

- سرفه (سعال)..... ۲۴۶
- دل درد (مَغصاً)..... ۲۴۷
- بواسیر و بادها..... ۲۴۷
- زگیل (تَالِيل)..... ۲۴۷
- ضعیف بودن چشم (ضَعْف البَصَر)..... ۲۴۸
- پیسی و جذام (بَرَص و جُذام)..... ۲۴۸
- سردرد (صُدَاع)..... ۲۴۹
- سرمای سر (بَرْد الرّأْس)..... ۲۴۹
- سفیده پوست (بَهَق)..... ۲۴۹
- یرقان..... ۲۵۰
- عقرب گزیدگی..... ۲۵۰
- تب (حُمّی)..... ۲۵۰
- زکام..... ۲۵۱
- حرارت صفراء (لَحَب الصَّفراء)..... ۲۵۱
- قولنج..... ۲۵۱
- خواب (نَوْم)..... ۲۵۱
- نقرس..... ۲۵۲
- نتیجه گیری..... ۲۵۲
- کتابنامه..... ۲۵۵

برگزاری جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام به صورت سالانه از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در داخل و خارج از کشور به مناسبت میلاد با سعادت و سراسر نور عالم آل محمد صلی الله علیه و آله حضرت امام علی بن موسی الرضا علیه السلام و کریمه اهل بیت حضرت فاطمه معصومه علیها السلام و بزرگداشت حضرت شاهچراغ علیه السلام در دهه کرامت (از یکم تا یازدهم ذی‌القعدة) از این جهت اهمیت مضاعف می‌یابد که همه ساله اندیشمندان، پژوهشگران، هنرمندان و در یک کلام پدیدآورندگان آثار فاخر رضوی با خلق آثار فاخر و ارزنده زمینه ترویج بیش‌ازپیش فرهنگ، سیره و معارف رضوی را با همکاری دستگاه‌ها و نهادهای عضو جشنواره و با حمایت اقشار مختلف مردم و با پشتیبانی دولت محترم و عنایت مجلس محترم شورای اسلامی، خصوصاً اعضای محترم کمیسیون فرهنگی مجلس و به‌ویژه رهنمودهای مراجع عظام و علمای اعلام در یک فضای معنوی فراهم می‌نمایند.

### الف) برنامه‌های موضوعی

برنامه‌های موضوعی تعریف شده در جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام شامل آن دسته از برنامه‌هایی می‌شود که توسط ادارات کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان‌ها، نهادها و سازمان‌های عضو، به صورت انتشار فراخوان و دریافت آثار و انتخاب برگزیدگان پرداخته می‌شود و در حال حاضر ۸۵ شاخه از جشنواره به موضوعات علمی، پژوهشی،

فرهنگی، هنری، سینمایی، مطبوعاتی، دیجیتالی و کودک و نوجوان اختصاص دارد که اهتمام به ارتقاء کمی و کیفی این برنامه‌ها در چارچوب کارگروه‌های تخصصی تحت تولیت معاونت‌ها و حوزه‌های تخصصی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی می‌باشد.

### (ب) امور بین‌الملل

برنامه‌های تعریف شده برای خارج از کشور در جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام با بهره‌گیری از ظرفیت علمی، فرهنگی اندیشمندان و دانشمندان جهان همچنین مشارکت ارادتمندان هشتمین اختر تابناک آسمان امامت و ولایت در اقصی نقاط جهان با رویکرد علمی، پژوهشی، فرهنگی و هنری برگزار می‌گردد. این بخش با محوریت سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی، همکاری نهادهای فرهنگی مرتبط با خارج از کشور به‌ویژه مجمع جهانی اهل‌البیت علیهم السلام، جامعه المصطفی العالمیه و مرکز مدارس خارج از کشور می‌باشد.

### (ج) برنامه‌های عمومی

سازماندهی برنامه‌های عمومی جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام با ایجاد فرصت‌های معنوی دهه کرامت در سراسر کشور اعم از شهر و روستا در قالب جشن‌های مردمی با مشارکت اقشار مختلف و با پیش‌بینی ۱۷ کارگروه از نهادها و تشکل‌های مردمی با نظارت شورای هماهنگی جشن‌های دهه کرامت و با محوریت ستاد عالی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد کشور و با همکاری ۳۰ دستگاه فرهنگی و مرتبط کشور به عنوان مجری عهده دار این ساماندهی می‌باشد.

### (د) تکریم امامزادگان و بقاع متبرکه

بزرگداشت امامزادگان به عنوان قطب‌های فرهنگی جامعه یکی از محورهای اصلی برنامه‌های روز پنجم ذیقعدة در تقویم فرهنگی کشور و در دهه کرامت می‌باشد که همه ساله در تمامی استان‌ها برنامه‌ریزی و به‌مورد اجرا گذاشته می‌شود و در طی سال‌های اخیر این بزرگداشت به صورت جهانی و در چارچوب همایش و کنگره در دستورکار سازمان اوقاف و امور خیریه کشور قرار گرفته است.

### (ه) بزرگداشت قدمگاه‌های حضرت امام رضا علیه السلام

برگزاری جشن‌های سالروز ورود امام رضا علیه السلام از سوی مردم در قدمگاه‌های مسیر هجرت حضرت امام رضا علیه السلام از شلمچه تا مرو با راهاندازی کاروان‌های نمادین و مراسم ویژه از جمله برنامه‌هایی می‌باشد که با حضور و مشارکت گسترده مردم در استان‌های مسیر هجرت و قدمگاه‌ها نهادینه شده است.

## و) هفته‌های فرهنگ رضوی

جاری و ساری نمودن یاد و نام امام رضا<sup>ع</sup> در طول سال با برگزاری هفته‌های فرهنگ رضوی به منظور بهره‌مندی از تعالیم و آموزه‌های رضوی با ایجاد فضای بانشاط معنوی در سطح جامعه از جمله برنامه‌های سالانه این جشنواره می‌باشد که در استمرار دهه کرامت در سطح استان‌های کشور توسط ادارات کل فرهنگ و ارشاد اسلامی و دستگاه‌های عضو به مرحله اجرا گذاشته می‌شود.

## ز) برگزیدگان

یکی از دستاوردهای بزرگ جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>ع</sup> شناسایی پدید آورندگان آثار فاخر فرهنگی و هنری در زمینه فرهنگ رضوی می‌باشد که در برنامه‌های مختلف و در استان‌های مختلف از سوی هیأت داوران هر یک از رشته‌های علمی، فرهنگی، هنری، سینمایی و مطبوعاتی و دیجیتالی آثار برگزیده منتخب شناسایی و نفرات اول تا سوم پدید آورنده هریک از این آثار به عنوان برگزیده شناخته شده و طی مراسم اختتامیه برنامه موضوعی هر یک از استان‌ها و دستگاه‌ها مورد تقدیر قرار می‌گیرند.

## ح) خادمان فرهنگ رضوی

یکی از برنامه‌های مراسم اختتامیه جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>ع</sup> معرفی خادمان فرهنگ رضوی می‌باشد که از سوی کمیته انتخاب خادمان فرهنگ رضوی جشنواره ۱۶ چهره برجسته علمی، فرهنگی و هنری در داخل و خارج از کشور که دارای خدمات برجسته‌ای در ساحت مقدس فرهنگ رضوی باشند معرفی و با اهداء نشان رضوی از آنان تجلیل می‌گردد.

## ط) افتتاحیه و اختتامیه جشنواره

### بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا<sup>ع</sup>

جشنواره بین‌المللی امام رضا<sup>ع</sup> در دهه کرامت همزمان با میلاد حضرت فاطمه معصومه<sup>ع</sup> در شهر مقدس قم افتتاح و پس از اجرا در ۳۱ استان کشور و سطح وسیعی از نقاط جهان، اختتامیه آن در شب میلاد با سعادت حضرت علی بن موسی الرضا<sup>ع</sup> با حضور مسئولان عالی رتبه، اقشار مختلف، برگزیدگان جشنواره اصحاب فرهنگ و هنر با تجلیل از خادمان فرهنگ رضوی در مشهد مقدس به کار خود پایان می‌دهد.

## ی) انتشارات

یکی از برنامه‌های مستمر بنیاد بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا<sup>ع</sup> که تحت نظارت وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی فعالیت می‌کند انتشار محصولات پژوهشی

جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام می‌باشد. کتاب حاضر یکی از آن آثار است که بر اساس مصوبات شورای سیاستگذاری جشنواره بین‌المللی امام رضا علیه السلام در چارچوب رهنمودهای مقام معظم رهبری در زمینه سبک زندگی اسلامی، مبتنی بر آموزه‌های رضوی تدوین و به زیور طبع و نشر آراسته شده است تا ان شاء الله منبعی باشد برای بهره‌مندی عموم جامعه و همچنین دست‌مایه‌ای برای آفرینش‌های علمی، فرهنگی و هنری مخاطبان این رویداد فرهنگی و معنوی.

### بنیاد بین‌المللی

فرهنگی و هنری امام رضا علیه السلام

www.ketab.ir