



تشخیص مزاج خود به وسیله ۱۴ تست
آموزش تصویری انواع حجامت و بانکش
سبک زندگی طب اسلامی
شفای بسیاری از بیماری ها به وسیله روغن درمانی

حجة الاسلام هادی فتح الله نژاد زندگی آبادی

سرشناسه: فتح الله نژاد زندگی آبادی، هادی، ۱۳۴۲
عنوان و نام پدیدآور: طب الصممه، هادی فتح الله نژاد زندگی آبادی
مشخصات نشر: قم: سه نقطه، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص: مصور، جدول، نمودار
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۲۷-۸-۲
وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: کتابنامه
موضوع: پزشکی سنتی
موضوع: پزشکی اسلامی
موضوع: طبابت
رده بندی شنگر: ۶۱۴.۲۱۴۴: طب ۱۳۵۸
رده بندی دیسی: ۶۱۰
شماره ثبت: ۴۱۴۰۷۴۷

سرشناسه: هادی فتح الله نژاد زندگی آبادی
ناشر: سه نقطه
ترتیب چاپ: اول ۱۳۹۴
تیراژ: ۱۰۰۰
قیمت: ۱۴۰۰۰ ریال
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۲۷-۸-۲

شماره تلفن: ۰۹۱۹۱۹۶۱۰۸۶

تمام حقوق مادی و معنوی این اثر برای نویسنده کتاب محفوظ است

مقدمه

خداوند متعال عافیت می‌بخشد بهر کس که بخواهد. عافیت کامل؛ حیات دائم است، هیچ مرگی بدون مقدمه بیماری و مرض حادث نمی‌گردد، پس مرگ عبارت است از انحراف مزاج، همانطور که زندگی عبارت است از اعتدال مزاج؛ حتی کسانی که به قتل و نظایر آن می‌میرند تا انحرافی در بدن آن‌ها روی ندهد و تعادل وجود آن‌ها را بر هم نزنند مرگ به سراغ آن‌ها نخواهد رفت.

قدما می‌گفتند مزاج مرکب از چهار طبیعت است؛ گرم و سرد و تر و خشک چون آنکه بدن مرکب از چهار ماده است: خون و بلغم و صفرا و سودا، هر یک از این چهار ماده کم یا زیاد شود طبیعت از اعتدال بیرون می‌رود و در نتیجه نظم مزاج به هم خواهد خورد امروزه پزشکان معتقدند که اعتدال بدن را تعادل و تعادل و تعادل حفظ می‌کند هر کدام از آن‌ها کم شود یا نسبت به دیگران زیاد گردد نظم بدن از دست می‌رود. برای اینکه این تعادل محفوظ بماند اول باید دید عناصر واقعی ترکیبی بدن و مزاج چیست آیا همین‌ها است که تاکنون کشف شده یا غیر از این‌ها و یا مواد دیگری به اضافه این‌ها است پس باید نگرینست که هر کدام در چه حد و به چه مقدار لازم است، آیا اختلاف شغل، اختلاف مکان، آب و هوا اختلاف زمان، سن، اختلاف در توارث جسمی و روحی از آب‌اء و اجداد، اختلاف سبک و روش زندگی اخلاق، برخوردها، معاشرت‌ها و هزاران خصوصیات دیگر، آیا این اختلاف‌ها و تفاوت‌ها است که مردم را از هم ممتاز می‌کند و بهر کس رنگ مخصوص می‌دهد در اختلاف مقدار مورد احتیاج از عناصر ترکیبی دخالت دارد یا ندارد؟

آیا تندرستی و نشاط از مواد مذکوره همان را می‌خواهد که وجود ترکیبی بدن لازم دارد یعنی آیا تغذیه ما باید مشتمل بر موادی باشد که بدن ما از همان‌ها ترکیب شده است یا نه اصلاح و معدنیاتی که برای ما لازم است بفرض که به همه وقوف پیدا کرده باشیم آیا کافی است که از هر چیزی آن‌ها

را تهیه کنیم یا لازم است مستقیم به سراغ منابع مخصوص برویم؟

آیا می‌توانیم رابطه هر مرضی را با علت آن بفهمیم به‌طوری که نقطه تاریکی باقی نماند؟ و در موردی که علت آن را پیدا کردیم مثلاً دانستیم که کمبود فلان نوع ویتامین موجب شده است آیا می‌توانیم مقدار کمبود را بفهمیم بر فرضی که فهمیدیم آیا ممکن است که مقدار مصرف لازم را بدانیم تا از راه تغذیه جبران کنیم؟

این نادانی‌ها و نظایر این‌ها و هزاران مانند این‌ها است که از بشر هر چه دانا و توانا باشد اقبال به پهل و ضعف می‌گیرد.

مقصود از این گفتار آن نیست که بشر هیچ راهی به حل این مشکلات نمی‌تواند پیدا کند بلکه منظور این است که دانش بشری مانند قدرت او محدود است؛ نمی‌تواند به همه چیز احاطه پیدا کند و بر همه چیز دست یابد.

يك گره که به دست ما باز می‌شود هزاران گره دیگر نظر ما را جلب می‌کند اصولاً علم کلید جهل و نادانی بشر است. یعنی علم بر آن است که بدانیم که نمی‌دانیم چنان که قدرت نیز برای آن است که بفهمیم که نمی‌توانیم علم طب بر آن است که بدانیم شفا از خداست (یا من اسعه دواء و ذکره شفاء). تعادل بدن ما را او می‌تواند نگهداری کند و دانستن مقداری از این علم تنها ما را به وظایفی مکلف می‌کند ولی نمی‌تواند سلامتی و صلاح زندگی و آرام حیات ما را برای ما ضمانت کند. اما آنچه که ما را به سلامتی و تندرستی می‌رساند رفتن به سراغ کرم وحی و کلام معصومین علیهم‌السلام است که از منبع وحی الهی سیراب شده‌اند، که اگر دستورات آنها را در زندگی رعایت کنیم دیگر انحراف مزاج و بیماری به سراغ ما نخواهد آمد در این کتاب سعی شده تا با استفاده از آیات و روایات معصومین علیهم‌السلام در طب اسلامی راهی به تندرستی بیابیم

ان الله يعطی العافیة

هادی فتح‌الله نژاد زندگی‌آبادی دانشکده صدا سیما - قم (۱۳۹۴/۱۱/۱۲)

فهرست مطالب

۵	مقدمه
۷	فصل اول: طب الائمه
۹	سبک زندگی از نگاه طب اسلامی
۱۶	کلیات طب از نگاه معصومین (علیهم السلام)
۲۱	راه‌های پیشگیری از بعضی بیماری‌ها
۲۲	در درمان بعضی بیماری‌ها خاص
۲۶	دلالت پدیده‌های بدن بر چگونگی بیماری آن
۳۰	در بیان آنچه برای بدن ما مفید است
۴۰	بهترین آشامیدنی
۴۳	در معالجه مشکلات در سر
۴۵	در زکام و نزله
۴۷	خارش سر
۵۰	قارچ پوست سر
۵۱	شوره سر
۵۲	پیرامون درمان چشم و گوش
۵۷	پیرامون درمان دندان و دهان و صورت
۵۸	نکاتی مفید درباره بهداشت دهان و دندان
۶۱	گفتار ابن سینا درباره بهداشت دندان
۶۲	چگونه سفید می‌شود؟
۶۵	حمام کردن، دوش گرفتن
۶۶	چگونه باید در حمام تطهیف نمود؟
۶۷	نوره (واجبی)
۷۲	برگزیده رساله طب النبی (صلی الله علیه و آله)
۷۵	فصل دوم: مزاج شناسی
۷۷	شناخت مزاج‌ها
۸۵	آزمون شناخت مزاج‌ها (با انجام ۴ تست)

۹۲	احوال چهارگانه عمر انسان
۹۵	علائم غلبه یک خلط در بدن
۱۰۱	ذکر فصول دوره سال
۱۰۵	فصل بهار
۱۰۵	در آغاز بهار چه می باید خورد؟
۱۱۰	ماه دوم بهار خون ها به جنبش می آید
۱۱۱	پایان بهار
۱۱۳	فصل تابستان
۱۱۴	در آنته باید خورد؟
۱۱۷	ماه دوم تابستان
۱۱۸	پایان تابستان
۱۲۰	فصل پائیز
۱۲۰	آغاز پائیز
۱۲۳	ماه دوم پائیز
۱۲۴	انار ترش بعد از غذا
۱۲۵	با داروهای خوشبو
126	پایان پائیز
۱۲۷	ناشتا
۱۲۸	فصل زمستان
۱۲۸	آغاز زمستان
۱۲۸	ماه دوم زمستان
۱۳۰	پایان زمستان
۱۳۳	فصل سوم : حجامت
۱۳۵	تاریخچه
۱۴۲	روایات فضیلت حجامت
۱۷۰	وقت حجامت
۱۸۳	اقدامات قبل از حجامت
۱۸۶	ضمن حجامت
۱۹۰	نحوه تیغ زدن

۱۹۰	بعد از حجامت
۱۹۵	انواع وسایل حجامت
۱۹۵	حجامت با شاخ
۱۹۶	حجامت به وسیله فنجان
۱۹۶	حجامت به وسیله لیوان
۱۹۶	حجامت به وسیله کوزه انداختن
۱۹۷	انواع حجامت
۱۹۷	حجامت در سر
۲۰۳	زیر چانه
۲۰۴	علاج خارش، حجامت بین قوزک
۲۱۱	فصل چهارم : بادکش درمانی
۲۱۳	تاریخچه بادکش درمانی
۲۱۴	انواع بادکش
۲۱۷	نحوه بادکش گذاری
۲۲۲	کاربردهای درمانی انواع بادکش همراه با تصویر
۲۲۲	بادکش وسیع شکم
۲۲۳	بادکش سیاتیک
۲۲۴	بادکش زیر سینه ها (مخصوص خانم ها)
۲۲۴	بادکش روی سینه ها
۲۲۵	بادکش زانو
۲۲۶	بادکش وسیع کتف
۲۲۷	بادکش تخمدان
۲۲۸	بادکش خون ساز
۲۲۹	بادکش موضعی
۲۲۹	بادکش خورشیدی
۲۳۰	بادکش لغزان
۲۳۰	بادکش رماتیسم
۲۳۱	بادکش کبد
۲۳۱	بادکش کلیه

۲۳۲	بادکش لغزان کلیه
۲۳۲	بادکش وسیع ریه
۲۳۳	بادکش قله و قاعده ریه
۲۳۳	بادکش دیسک (۱)
۲۳۴	بادکش دیسک (۲)
۲۳۴	بادکش گونه
۲۳۵	بادکش پیشانی
۲۳۵	بادکش بیس
۲۳۷	فصل پنجم : روغن درمانی
۲۳۹	درمان بیماری های در سر
۲۴۲	انواع سردرد
۲۴۴	درمان بیماری های گوش
۲۴۸	بیماری های پوست و مو
۲۵۵	انواع سوختگی ها
۲۵۷	بیماری های مغز و اعصاب
۲۶۱	بیماری های کلیه و تناسلی
۲۶۵	درمان بیماری های زنان
۲۶۸	بیماری های استخوان و مفاصل
۲۷۰	بیماری های قلب و عروق
۲۸۰	منابع و مأخذ