

مأده‌های بهشتی



بازرسی گیاهات مربوط به تغذیه‌ی انسان در قرآن کریم
غذا درمانی و گیاه درمانی



داریوش صابری

با همکاری

حافظ کل قرآن کریم سرکار خاتم النبیین

انتشارات نقش‌نگین

صالحی، داریوش، ۱۳۶۶.

مآئده‌های بهشتی: بازخوانی آیات مربوط به تغذیه‌ی انسان در قرآن کریم، غذا
درمانی و گیاه درمانی / داریوش صالحی با همکاری ه.علایی. - اصفهان: نقش نگین،

۱۳۹۱

ISBN 978-600-6286-58-7

ص ۷۲

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

موضوع: ۱. تغذیه - - جنبه‌های قرآنی، ۲. تغذیه - - جنبه‌های مذهبی - - اسلام، ۳.
تغذیه - - احادیث، ۴. پزشکی در قرآن، ۵. سلامتی - - جنبه‌های قرآنی، ۶. سلامتی - -
جنبه‌های مذهبی - - اسلام، الف. علایی، هاجر.

۲۹۷/۱۵۹

BP ۱۰۴/ت ۷۳ ص ۱۳۹۱

۲۷۵۸۵۹۳

کتابخانه‌ی ملی ایران



مآئده‌های بهشتی

بازخوانی آیات مربوط به تغذیه‌ی انسان در قرآن کریم
غذا درمانی و گیاه‌درمانی

داریوش صالحی با همکاری ه. علایی

ناشر / نقش نگین ✻ ناشر همکار / کهن‌دژ ✻ مدیر تولید / هادی نقش

صفحه‌آرایی / مهدی نحوی ✻ طرح جلد / ندا نقی

شمارگان / ۱۵۰۰ نسخه ✻ نوبت چاپ / اول، ۱۳۹۱

چاپخانه / حافظ ✻ صحافی / سپاهان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۸۶-۵۸-۷

قیمت: ۴۵۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ

اصفهان / خیابان حکیم / ساختمان دقیق / پلاک ۱۱۶

☎ ۰۲۱-۲۲۲۳۶۶۰۰ ☎ ۰۲۱-۲۲۲۳۶۶۰۰ ☎ ۰۲۱-۲۲۲۳۶۶۰۰

Email: Naghshnegin@gmail.com WWW.Naghshnegin.com

این کتاب آشنا می‌شویم با:



۱. اهمیت غذا از نگاه امام زمان
۲. تأثیر خوراک و غذا بر اخلاق و روحیات
۳. اهمیت تغذیه از دیدگاه معصومین
۴. اهمیت تغذیه از دیدگاه بزرگانی چون آیت الله بهجت، آیت الله حسن زاده آملی، حاج آقا فخر تهرانی، آیت الله مدتی بهلول، جناب شیخ رجبعلی خیاط، آقا سید هاشم خدایی و...
۵. درمان انواع بیماری‌ها با غذا.
۶. ساختمان بدن انسان.
۷. آفرینش هستی و آفرینش انسان.
۸. آثار درمانی خوردن ریزه‌های غذا.
۹. تأثیر غذای حرام و شبهه‌ناک در بروز بیماری‌ها.
۱۰. رابطه‌ی تغذیه با طول عمر.



فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
۱۲	لزوم مراجعه به متخصص
۱۳	مراجعه به پزشک مسلمان
۱۳	رابطه‌ی تغذیه با طول عمر
۱۴	آیت الله بهجت
۱۸	فرق غذای لذیذ با غذای مفید
۲۰	رعایت تنوع و اعتدال در غذا
۲۷	اثر غذای حرام و شبهه‌ناک در بروز بیماری‌ها
۲۹	درمان بیماری‌ها با چیزهای حرام
۳۳	اثر غذای حرام بر وجود انسان
۳۴	استفاده از غذاهای پاک گیاهی و حیوانی
۴۳	لزوم آوردن نام خدا در اول غذا
۴۴	اثرات درمانی خوردن ریزه‌های غذا
۴۵	عدم استفاده از چند نوع غذا بر سر یک سفره
۴۶	رابطه‌ی میان غذاها و اخلاق خوب و بد
۴۹	نکاتی درباره‌ی غذا خوردن
۵۹	رژیم مناسب غذایی و درمان بیماری‌ها
۵۹	غذاهای مفید برای درمان برخی بیماری‌ها
۵۹	چاشنی‌های غذایی مفید برای گرم مزاج‌ها
۵۹	غذاهای مفید برای سرد مزاج‌ها
۵۹	تقویت‌کننده‌ی مغز
۵۹	تقویت‌کننده و آرام‌بخش قلب

۶۰	تقویت‌کننده‌های کبد
۶۰	تقویت‌کننده‌های معده و روده
۶۰	تعذیل‌کننده‌ی خون
۶۰	تعذیل‌کننده‌ی صفرا
۶۰	برطرف‌کننده‌ی کم‌اشتهایی
۶۰	برطرف‌کننده‌ی سردرد ناشی از روابط زناشویی و ضعف اعصاب
۶۱	رفع اسهال شدید همراه با استفراغ
۶۱	درمان زخم معده
۶۱	درمان بواسیر
۶۲	درمان قاتق‌نقعد
۶۲	درمان خفگی کلیه و مثانه
۶۲	درمان خفگی کبد
۶۲	رفع سوزش ادرار
۶۲	درمان ضعف عمومی و خستگی مردان
۶۳	درمان ضعف نیروی جنسی مردان
۶۳	درمان قطع قاعدگی
۶۳	سفارش به خوردن دو وعده غذا در روز
۶۵	علت گیاه‌خوار بودن انسان
۶۷	فواید گیاه‌خواری
۶۹	عمل به طب ائمه اطهار (ع)
۷۰	خواص گیاهان دارویی
۷۰	خواص فضولات انسان و حیوان
۷۱	مناجات

پیشگفتار

«يا مَنْ اسْمُهُ دَوَاءٌ وَ ذِكْرُهُ شِفَاءٌ»

از خداوند این است که مردم مرا یاری کند تا بتوانم با ذکر مختصری از شیوه‌های درمانی تعدیه و تنه‌ی شعاعی از اشعه‌ی علوم قرآنی، مردم عزیز کشور خویش را با ساده‌ترین و بهترین طریق مداوای بیماری‌ها آشنا کنم. عاملی که نویسنده‌ی این سطور را به تدوین و تحریر این کتاب برانگیخت، مشاهده‌ی دگرگونی‌های عظیمی است که در اثر پیشرفت علم و دانش و ماشینی شدن جامعه، در زندگی انسان‌های داده و در واقع، فرهنگ خاصی را به جامعه‌ی کنونی بشر تحمیل کرده است. در جهان صنعتی امروز، پدیده‌های فوق‌العاده عظیمی به وقوع پیوسته است چنان‌که به جای حاکم شدن نظم و ترتیب در جهان، بی‌نظمی در آن حاکم شده است و انسان‌ها نیز ناخواسته در این پدیده حل شده و دنباله‌رو صفت تکنیک حاکم بر جامعه شده‌اند و بدون آن‌که اراده‌ای از خود نشان دهند نادانسته و ناخواسته بر این مسیر قرار گرفته‌اند.

مهم‌ترین مسأله‌ای که در این باره باید به آن اشاره شود این است که در حال حاضر، انسان‌ها بیش از گذشته از خود غافل شده‌اند و تنها چیزی که برای آنان اهمیت ندارد، نوع تغذیه‌ی آنان است. این در حالی است که باید

مهم‌ترین و حیاتی‌ترین مسأله برای آنان، مسأله‌ی تعدیه باشد؛ چرا که سلامت و نشاط انسان‌ها با نوع غذای آنان در ارتباط است.

در دو کتاب قبلی نویسنده‌ی این سطور، با نام‌های «دایره‌المعارف تغذیه» و «اندام مناسب، تغذیه مناسب»، که در تابستان ۱۳۹۰ به چاپ رسید، به طور کامل و جامع در مورد طبایع، گروه‌های خونی و غذادرمانی توضیح داده شد و مورد استقبال و توجه مردم عزیز قرار گرفت. بیماران زیادی به این اثر، رجوع کردند و از بهبود حال و بازگشت سلامت خود خبر دادند. بعد از رعایت کردن دستورات غذایی این دو کتاب، بدان دست یافتند که نمائند که کسانی نیز این کار را دخالت در امر پزشکی دانستند و به اشتباهت این روش درمانی مخالفت کردند. در پاسخ به این عزیزان باید گفت، اگر طبعی مثال به شخصی گفته شود به جای غذاهای سرخ‌کردنی، غذاهای خالص، و آب‌جای، شربت عسل میل کند، این راهنمایی، چه دخالتی در امر پزشکی است و یا اگر به شخصی که به عارضه‌ی چاقی مبتلاست، گفته شود برای کم کردن وزنش باید از غذاهایی استفاده کند که با گروه خونی و مزاج او سازگار باشد، آیا در کار پزشکی دخالت شده است؟

از انگیزه‌های تحریر این کتاب، پاسخ به این عزیزان است تا بدانند آنچه نویسنده در تدوین کتاب‌های خویش از آن‌ها مدد می‌گیرد، نه برخاسته از ذهن او که به طور مستقیم یا غیرمستقیم برخاسته از دستوراتی است که در آیات و روایات به آن‌ها اشاره شده است.

همه‌ی موجودات نیاز به غذا دارند و برای زندگی و بقای خود از غذاهایی استفاده می‌کنند که خداوند متعال برای آنان قرار داده است. هیچ موجودی برخلاف فطرت و غریزه‌ی خود غذا نمی‌خورد و اگر غذایی که

به آن نیاز دارد، در دسترس او نباشد، از شدت گرسنگی از بین خواهدرفت. خداوند انسان را خلق کرد و او را گل سرسبد آفرینش قرار داد و غذای او را نیز از بهترین غذاها معین کرد. اگر اندکی در غذاهایی که خداوند برای انسان برگزیده است دقت کنیم، شگفت‌زده خواهیم شد. خداوند متعال غذای اصلی انسان را از گیاهان قرار داد و به او امر کرد تا با دقت به غذایی که می‌خورد، بنگرد.

امید است که کتاب حاضر، راهنمای کسانی باشد که مانند نویسنده اعتقاد دارند رحمت آنان در گروه غذایی است که میل می‌کنند. چنانچه در مورد این کتاب یادگیری آثار نویسنده سؤال و یا پیشنهاد و انتقادی دارید، می‌توانید با این شماره تماس ۰۹۱۳۸۷۱۷۰۰ و ۰۹۱۳۲۰۵۳۵۱۷ تماس حاصل نمایید.

پرو نگار، تو حافظ آبروی من هستی.
 یک‌کن هر شمه در سایه‌ی لطف تو
 آبرویم حفظ شد
 هر لحظه من رفیق شده تا آگاهانه
 رفتار کنم و حسرت تو حس کنم.

داریوش منشی / تابان ۱۳۹۰