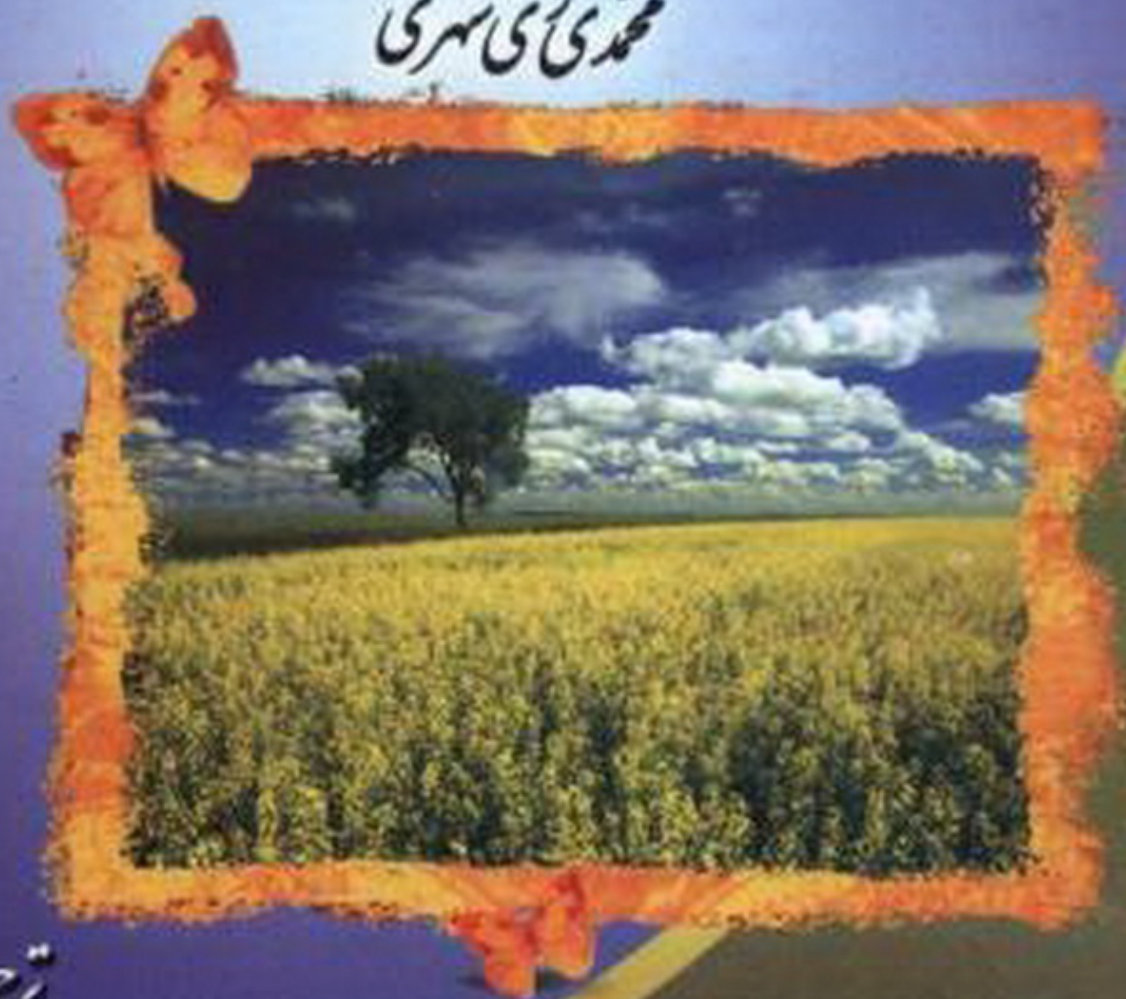


۲

دانشنامه احادیث پزشکی

محمّدی‌ای شهری



ترجمه
دکتر حسین صابری



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی





محمدي ري شهري، محمد، ۱۳۲۵ -

[موسوعة الأحاديث الطيبة] ترجمة فارسي

دانش نامه احاديث پزشكي / محمد محمدي ري شهري ؛ نويسنده همكار مرتضى خوش نصيب [و ديگران] ؛ ترجمه حسين صابري. - قم: دارالحديث، ۱۴۲۵ ق = ۱۳۸۳.

۲ ج (مرکز تحقیقات دارالحديث : ۸۷)

ISBN: 964 - 493 - 001 - 0

۷۰۰۰۰ ریال

ISBN(set): 964 - 493 - 002 - 9

فهرست نویسی پیش از انتشار بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه: ج. ۲ ص. ۵۳۹ - ۵۵۵؛ همچنین به صورت زیر نویس.

۱. پزشكي احاديث ۲. احاديث اهل سنت - قرن ۱۴. ۳. احاديث شيعه - قرن ۱۴. الف. خوش نصيب، مرتضى

۱۳۴۲ - ، نويسنده همكار. ب. صابري، حسين، -، مترجم. ج. عنوان.

۲۹۷/۲۱۲

BP ۱۴۱/۵/ر ۸م ۳۰۴۱۱۳۸۳

دانشنامه احادیث پزشکی

کتابخانه
مرکز تخصصی علوم اسلامی
شماره ثبت: ۰۱۹۶۳۳
تاریخ ثبت:

محمدی شهری

بایمکاری
مرتضی خوش نصیب، محمد تقی بجائی نیا،
مرکز تخصصی علوم اسلامی
رسول افقی، احمد سعادت فر

جلد دوم

ترجمه

دکتر حسین صابری

دانش نامه احادیث پزشکی (۲)

محمد محمدی ری شهری

همکار: مرتضی خوش نصیب، محمد تقی مباحثی نیا، رسول انقی، احمد سعادت فر

ترجمه: دکتر حسین صابری

تحقیق: مرکز تحقیقات دارالحدیث

استخراج احادیث: علی نجفی، مهدی غلامعلی، علی شاه علیزاده

اعراب گذاری: مرتضی خوش نصیب

سرپرستار: محمد هادی خالقی

ویراستار فارسی: سید محمد دلال موسوی، محمد باقری زاده اشعری

ویراستار عربی: عادل اسدی

فهرست ها: حیدر مسجدی

کتاب نامه: مهدی هوشمند

نمونه خوانی: محمود سپاسی، مصطفی اوجی، مهدی جوهرچی، محمد محمودی

حروف چینی: حسین افخمیان

صفحه آرایی: سید علی موسوی کیا

خوشنویسی: حسن فرزانهگان

ناشر: سازمان چاپ و نشر دارالحدیث

چاپ: ششم، ۱۳۸۵

چاپخانه: دارالحدیث

تیراژ: ۲۰۰۰ دوره

قیمت دوره: ۷۰۰۰ تومان



مرکز تحقیقات علوم پزشکی

قم، میدان شهدا، خیابان معلم، پلاک ۱۲۵

تلفن: ۰۲۵۱ ۷۷۴۰۵۲۳ / فاکس: ۰۲۵۱ ۷۷۴۰۵۷۱ / ص. پ ۳۷۱۸۵ / ۴۴۶۸

نمایشگاه دائمی علوم حدیث (قم، خیابان معلم): ۰۲۵۱ ۷۷۴۰۵۴۵

فروشگاه شماره ۲۵ (شهر ری، صحن کاشانی): ۰۵۹۵۲۸۶۲

فروشگاه شماره ۳۵ (مشهد مقدس، چهارراه شهدا، ضلع شمالی باغ نادری،

مجتمع فرهنگی تجاری گنجینه کتاب، طبقه هم کف: ۰۵۱۱ ۲۲۴۰۰۶۲۳

<http://www.hadith.net>

hadith@hadith.net

ISBN: 964 - 493 - 001 - 0

ISBN(set): 964 - 493 - 002 - 9

فهرست اجمالی

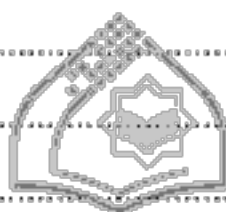
بخش چهارم: تأثیر خوردن و آشامیدن در سلامت و بیماری

۱۱	فصل یکم: کم خوری
۲۳	فصل دوم: پرهیز
۲۹	فصل سوم: گرسنگی کشیدن
۳۹	فصل چهارم: پُرخوری
۶۷	فصل پنجم: آداب غذا خوردن
۱۱۷	فصل ششم: آداب خوردن گوشت
۱۳۵	فصل هفتم: آداب خوردن میوه
۱۴۳	فصل هشتم: آداب آشامیدن
۱۵۹	فصل نهم: نوبت های غذا

بخش پنجم: درمان با غذاها و گیاهان دارویی

۱۸۱	فصل یکم: تُرنج
۱۸۹	فصل دوم: آلو
۱۹۳	فصل سوم: برنج
۱۹۷	فصل چهارم: بادروج (خوک)
۲۰۳	فصل پنجم: پادمجان
۲۰۹	فصل ششم: باقلا
۲۱۳	فصل هفتم: پیاز
۲۱۷	فصل هشتم: خربزه

۲۲۵	فصل نهم: تخم مرغ
۲۳۷	فصل دهم: سیب
۲۴۵	فصل یازدهم: تلپینه
۲۴۷	فصل دوازدهم: خرما
۲۵۹	فصل سیزدهم: انجیر
۲۶۳	فصل چهاردهم: سیر
۲۶۵	فصل پانزدهم: پتیر
۲۷۱	فصل شانزدهم: چرجیر
۲۷۷	فصل هفدهم: زردک
۲۸۱	فصل هجدهم: گردو
۲۸۳	فصل نوزدهم: هزار اسپند
۲۸۷	فصل بیستم: شنبلیله
۲۹۱	فصل بیست و یکم: شیرینی
۲۹۳	فصل بیست و دوم: نخود
۲۹۵	فصل بیست و سوم: نان
۳۰۱	فصل بیست و چهارم: کاهو
۳۰۳	فصل بیست و پنجم: سرکه
۳۰۹	فصل بیست و ششم: انار
۳۲۱	فصل بیست و هفتم: مویز
۳۲۷	فصل بیست و هشتم: زیتون
۳۳۳	فصل بیست و نهم: آویشن
۳۳۷	فصل سی‌ام: مُشکک
۳۴۱	فصل سی و یکم: پنه
۳۵۳	فصل سی و دوم: شکر
۳۶۱	فصل سی و سوم: شلغم
۳۶۵	فصل سی و چهارم: چغندر
۳۶۹	فصل سی و پنجم: روغن حیوانی



مرکز تحقیقات طب و داروهای اسلامی

۷	فهرست اجمالی
۳۷۳	فصل سی و ششم: سیّا (سَنا)
۳۷۵	فصل سی و هفتم: سَوِیق
۳۸۹	فصل سی و هشتم: پیّه
۳۹۳	فصل سی و نهم: عدس
۳۹۷	فصل چهلّم: عسل
۴۰۹	فصل چهل و یکم: انگور
۴۱۳	فصل چهل و دوم: عُنّاب
۴۱۵	فصل چهل و سوم: سِنِچد
۴۱۷	فصل چهل و چهارم: تَرُب
۴۱۹	فصل چهل و پنجم: خُرفه
۴۲۳	فصل چهل و ششم: خیار
۴۲۷	فصل چهل و هفتم: کدو
۴۳۱	فصل چهل و هشتم: کباب
۴۳۵	فصل چهل و نهم: تَره
۴۴۳	فصل پنجاهم: کَرَفَس
۴۴۵	فصل پنجاه و یکم: قارچ
۴۵۱	فصل پنجاه و دوم: گلابی
۴۵۳	فصل پنجاه و سوم: کُنْدُر
۴۵۹	فصل پنجاه و چهارم: شیر
۴۶۹	فصل پنجاه و پنجم: گوشت
۴۹۱	فصل پنجاه و ششم: لویا
۴۹۳	فصل پنجاه و هفتم: ماش
۴۹۵	فصل پنجاه و هشتم: نمک
۴۹۹	فصل پنجاه و نهم: هَلیم
۵۰۳	فصل شصتم: کاسنی
۵۰۷	فهرست‌ها
۵۵۷	فهرست تفصیلی



مرکز تحقیقات و اسناد ملی



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

بخش چهارم

تأثیر خوردن و آشامیدن در سلامت و بیماری



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های

فصل یکم	:	گرم خوری
فصل دوم	:	مرکز تحقیقات و پژوهش‌های
فصل سوم	:	کرکچی کشیدن
فصل چهارم	:	پُر خوری
فصل پنجم	:	آداب غذا خوردن
فصل ششم	:	آداب خوردن گوشت
فصل هفتم	:	آداب خوردن میوه
فصل هشتم	:	آداب آشامیدن
فصل نهم	:	نوبت نامی غذا

الفصل الأول قُلَّةُ الْأَكْلِ

١/١ الْحَكْمُ عَلَى قُلَّةِ الْأَكْلِ

١١٣٧. رسول الله ﷺ: إِنَّ أَهْلَ الْبَيْتِ لَيَقْلُّ طَعْمُهُمْ؛ فَمَسْتَنْبِرٌ يُوْتُهُمْ^١.

١١٣٨. عنه ﷺ: مَنْ كَثُرَ تَسْبِيحُهُ وَتَمَجِيدُهُ، وَقَلَّ طَعَامُهُ وَشَرَابُهُ وَمَنَامُهُ، إِشْتَاقَتُهُ

الْمَلَائِكَةُ^٢.

١١٣٩. الإمام عليّ عليه السلام - فِي الْحِكْمِ الْمَنْسُوبَةِ إِلَيْهِ -: لَا تَطْلُبِ الْحَيَاةَ لِتَأْكُلَ، بَلِ اطْلُبِ

الْأَكْلَ لِتَحْيَا^٣.

١١٥٠. الإمام عليّ عليه السلام - فِي الْحِكْمِ الْمَنْسُوبَةِ إِلَيْهِ -: يَنْبَغِي لِلْعَاقِلِ أَنْ يَتَذَكَّرَ عِنْدَ حَلَاوَةِ

الْغِذَاءِ مَرَارَةَ الدَّوَاءِ^٤.

١. المعجم الأوسط، ج ٥، ص ٢٢٩، ح ٥١٦٥ عن أبي هريرة، كنز العمال، ج ٣، ص ٣٩١، ح ٧٠٩٣.

٢. تنبيه الخواطر، ج ٢، ص ١١٦.

٣. شرح نهج البلاغة، ج ٢٠، ص ٣٣٣، ح ٨٢٤.

٤. شرح نهج البلاغة، ج ٢٠، ص ٢٧٢، ح ١٤٩.

فصل یکم کم خوری



۱۱۴۷. پیامبر خدا ﷺ: ساکنان یک خانه، در اثر کم خوردن غذا، خانه‌شان نورانی می‌گردد.

۱۱۴۸. پیامبر خدا ﷺ: هر کس تسبیح گفتن او و به عظمت یاد کردن او از خداوند، فراوان شود و خوراک و آشامیدن و خفتنش اندک گردد، فرشتگان مشتاق او می‌شوند.

۱۱۴۹. امام علی علیه السلام: در حکمت‌های منسوب به ایشان -: زندگی را برای خوردن نخواه؛ بلکه خوردن را برای زندگی بخواه.

۱۱۵۰. امام علی علیه السلام: در حکمت‌های منسوب به ایشان -: عاقل را بایسته است که به هنگام شیرینی غذا، تلخی دارو را نیز به یاد داشته باشد.

۲/۱

فَوَائِدُ قِلَّةِ الْأَكْلِ الظَّاهِرَةِ

أ- صِحَّةُ الْبَدَنِ

۱۱۵۱. رسول الله ﷺ: أُمُّ جَمِيعِ الْأَدْوِيَةِ قِلَّةُ الْأَكْلِ.^۱
۱۱۵۲. الإمام عليّ عليه السلام: قِلَّةُ الْأَكْلِ يَمْنَعُ كَثِيرًا مِنْ أَعْلَالِ الْجِسْمِ.^۲
۱۱۵۳. عنه عليه السلام: أَقِيلْ طَعَامًا تُقِيلْ سَقَامًا.^۳
۱۱۵۴. عنه عليه السلام: مَنْ قَلَّ طَعَامُهُ قَلَّتْ آلامُهُ.^۴
۱۱۵۵. عنه عليه السلام: قِلَّةُ الْغِذَاءِ أَكْرَمُ لِلنَّفْسِ، وَأَدْوَمُ لِلصَّحَّةِ.^۵
۱۱۵۶. عنه عليه السلام: مَنْ اقْتَصَرَ فِي أَكْلِهِ كَثُرَتْ صِحَّتُهُ، وَصَلَحَتْ فِكْرَتُهُ.^۶
۱۱۵۷. عنه عليه السلام: إِنَّ صِحَّةَ الْجِسْمِ مِنْ قِلَّةِ الطَّعَامِ، وَقِلَّةِ الْمَاءِ.^۷
۱۱۵۸. الإمام الرضا عليه السلام: لَوْ أَنَّ النَّاسَ قَصَرُوا فِي الطَّعَامِ، لَاسْتَقَامَتْ أَبْدَانُهُمْ.^۸
۱۱۵۹. عنه عليه السلام: إِنَّ الْجَسَدَ بِمَنْزِلَةِ الْأَرْضِ الطَّيِّبَةِ الْخَرَابِ؛ إِنْ تُعَوِّدَتْ بِالْعِمَارَةِ وَالسَّقْيِ مِنْ حَيْثُ لَا تَزْدَادُ مِنَ الْمَاءِ فَتَفْرَقَ وَلَا تُنْقَصُ مِنْهُ فَتَعْطَشَ، دَامَتْ

۱. المواعظ العددية، ص ۲۱۳.

۲. غرر الحكم، ح ۶۷۶۸، عیون الحكم والمواعظ، ص ۳۷۰، ح ۶۲۴۸.

۳. غرر الحكم، ح ۲۳۳۶.

۴. غرر الحكم، ح ۸۴۰۹، عیون الحكم والمواعظ، ص ۴۵۵، ح ۸۲۲۰.

۵. غرر الحكم، ح ۶۸۱۹، عیون الحكم والمواعظ، ص ۳۷۰، ح ۶۲۴۰.

۶. غرر الحكم، ح ۸۸۰۳، عیون الحكم والمواعظ، ص ۴۳۷، ح ۷۵۵۹.

۷. تحف العقول، ص ۱۷۲، بشارة المصطفى، ص ۲۵ کلاهما عن کمیل بن زیاد، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۲۵، ح ۴۱.

۸. مکارم الأخلاق، ج ۲، ص ۱۸۰، ح ۲۴۶۶، المحاسن، ج ۲، ص ۲۲۱، ح ۱۶۶۶ عن أبي الحسن عليه السلام عن عمرو بن إبراهيم وفيه «قصدا» بدل «قصروا»، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۴۲، ح ۹.

۲/۱

فایده های ظاهری کم خوری

الف - سلامت تن

۱۱۵۱. پیامبر خدا ﷺ: مادر همه داروها، کم خوری است.
۱۱۵۲. امام علی ﷺ: کم خوری، مانع بسیاری از بیماری های جسم می شود.
۱۱۵۳. امام علی ﷺ: خوراک را کم کن تا ناتن درستی ها را کم کنی.
۱۱۵۴. امام علی ﷺ: هر کس خوراکش کم باشد، دردهایش نیز کم است.
۱۱۵۵. امام علی ﷺ: کم خوری، مایه گرامی داشتن بیشتر خویش است و سلامت را بیشتر استمرار می بخشد.
۱۱۵۶. امام علی ﷺ: هر کس در خوردن به کم بسنده کند، سلامتش بیشتر می شود و اندیشه اش به سامان می رسد.
۱۱۵۷. امام علی ﷺ: سلامت تن، از کمی غذا و کمی آب است.
۱۱۵۸. امام رضا ﷺ: اگر مردم در خوردن به کم بسنده می داشتند، بدن هایشان متعادل بود.
۱۱۵۹. امام رضا ﷺ: بدن، به سان زمین پاک و آماده برای زراعت است که اگر در آبادانی و آینده ی بدن، مراقبت شود، به گونه ای که آب، نه فراوان تر از نیاز بدن برسد تا آن را غرق کند و نه از اندازه کمتر باشد تا آن را به تشنگی

عِمَارَتُهَا وَكَثُرَ رَيْعُهَا وَزَكَا زَرْعُهَا. وَإِنْ تَغَافَلْتَ عَنْهَا فَسَدَتْ وَنَبَتْ فِيهَا الْعُشْبُ. وَالْجَسَدُ بِهَذِهِ الْمَنْزِلَةِ وَالتَّدْبِيرِ فِي الْأَغْذِيَةِ وَالْأَشْرَبَةِ، يَصْلُحُ وَيَصْحُ وَتَزْكُو الْعَاقِبَةُ فِيهِ.

وَانْظُرْ ... مَا يُوَافِقُكَ وَمَا يُوَافِقُ مَعِدَّتَكَ، وَيَقْوَى عَلَيْهِ بَدَنُكَ وَيَسْتَمِرُّهُ مِنَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ، فَقَدَّرَهُ لِنَفْسِكَ وَاجْعَلْهُ غِذَاكَ.^١

ب - نَضَارَةُ الْوَجْهِ

١١٦٠. رسول الله ﷺ: مَرَّ أَخِي عِيسَى ٢ بِمَدِينَةٍ وَفِيهَا رَجُلٌ وَامْرَأَةٌ يَتَصَايَحَانِ. فَقَالَ: مَا شَأْنُكُمَا.

قَالَ [الرَّجُلُ]: يَا نَبِيَّ اللَّهِ، هَذِهِ امْرَأَتِي وَلَيْسَ بِهَا بَأْسٌ، صَالِحَةٌ، وَلَكِنِّي أَحِبُّ فِرَاقَهَا.

قَالَ: فَأَخْبِرْنِي عَلَى كُلِّ حَالٍ مَا شَأْنُهَا؟
قَالَ: هِيَ خَلَقَةُ الْوَجْهِ مِنْ غَيْرِ كَثِيرٍ.

قَالَ: يَا امْرَأَةُ، أَتُحِبِّينَ أَنْ يَعُودَ مَاءٌ وَجْهَكَ طَرِيًّا؟
قَالَتْ: نَعَمْ.

قَالَ لَهَا: إِذَا أَكَلْتَ فَإِيَّاكَ أَنْ تَشْبَعِي^٢؛ لِأَنَّ الطَّعَامَ إِذَا تَكَاثَرَ عَلَى الصَّدْرِ فَزَادَ فِي الْقَدْرِ ذَهَبَ مَاءُ الْوَجْهِ.
فَفَعَلَتْ ذَلِكَ فَعَادَ وَجْهُهَا طَرِيًّا.^٣

١. طب الإمام الرضا ٢، ص ١٣، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣١٠ نحوه.

٢. في المصدر: «تشبعين»، والتصويب من بحار الأنوار وقصص الأنبياء.

٣. علل الشرائع، ص ٢٩٧، ح ١ عن عمر بن علي عن أبيه الإمام علي بن أبي طالب ٢، قصص الأنبياء، ص ٢٧٣، ح ٣٢٨ نحوه، بحار الأنوار، ج ١٤، ص ٢٢٠، ح ٢٦.

گرفتار سازد، آبادانی‌اش استمرار می‌یابد و خرمی‌اش فزونی می‌گیرد و کیشش بالندگی و برکت می‌یابد؛ اما اگر از آن غفلت شود، به تباهی می‌گراید و علف هرز در آن می‌روید.

بدن، چنین حکایتی دارد و تدبیر آن در خوراک و نوشاک، چنین است. [پس،] سامان و سلامت می‌یابد و عافیت در آن، ریشه می‌گسترده. بنگر که ... چه چیز با تو و با معده‌ات سازگار است و تنت با چه چیز نیرو می‌گیرد و بدنت چه خوردنی و نوشیدنی‌ای را می‌گوارد. همان را برای خویش مقرر بدار و خوراک خود گیر.

ب - شادابی چهره

۱۱۶۰. پیامبر خدا ﷺ: برادرم عیسی، از شهری گذر کرد که در آن، مرد و زنی به یکدیگر فریاد می‌کشیدند. پرسید: «شما را چه شده است؟».

[مرد] گفت: ای پیامبر خدا! این، زن من است و او را مشکلی نیست. زنی درستکار است؛ اما دوست دارم از او جدا شوم.

گفت: «به هر حال، به من بگوی که او را چه می‌شود؟».

[مرد] گفت: بی آن‌که کهن‌سال باشد، چهره‌اش بی‌طراوت است.

گفت: «ای زن! آیا دوست داری دیگر بار، چهره‌ات پُرطراوت شود؟».

[زن] گفت: آری.

به او گفت: «چون غذا می‌خوری، از سیر شدن حذر کن؛ زیرا اگر غذا بر سینه سنگینی کند و از اندازه افزون شود، طراوت چهره از میان می‌رود».

آن زن، چنان کرد و دیگر بار، چهره‌اش طراوت یافت.

ج - طولِ العُمُرِ

۱۱۶۱. لقمان عليه السلام: إِذَا قَلَّ طَعْمَةُ الْمَرْءِ عَاشَ طَوِيلًا.^۱

۳/۱

فَوَازِدُ قِلَّةِ الْأَكْلِ الْبَاطِنِيَّةِ

أ - صَفَاءُ الْفِكْرِ

۱۱۶۲. الإمام علي عليه السلام: مَنْ قَلَّ أَكْلُهُ صَفَا فِكْرُهُ.^۲

ب - نُورُ الْقَلْبِ

۱۱۶۳. رسول الله صلى الله عليه وآله: إِذَا أَقَلَّ الرَّجُلُ الطَّعْمَ، مَلَأَ جَوْفُهُ نُورًا.^۳

ج - النُّجَاةُ مِنَ الشَّيْطَانِ

۱۱۶۴. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُخْلَصَ نَفْسُهُ مِنْ إِبْلِيسَ فَلْيُذِبْ^۴ شَحْمَةً وَلَحْمَةً بِقِلَّةِ الطَّعَامِ؛ فَإِنَّ مِنْ قِلَّةِ الطَّعَامِ حُضُورَ الْمَلَائِكَةِ وَكَثْرَةَ التَّفَكُّيرِ فِيمَا عِنْدَ اللَّهِ صلى الله عليه وآله.^۵

۱۱۶۵. عنه صلى الله عليه وآله: جَاهِدُوا أَنْفُسَكُمْ بِقِلَّةِ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ، تُظِلُّكُمْ الْمَلَائِكَةُ، وَيَفْرَّ عَنْكُمْ الشَّيْطَانُ.^۶

۱. المواعظ العددية، ص ۷۱.

۲. غرر الحكم، ح ۸۴۶۲، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۵۶، ح ۸۲۳۶.

۳. الفردوس، ج ۱، ص ۲۹۰، ح ۱۱۳۸ عن أبي هريرة، كثر العتال، ج ۱۵، ص ۲۴۴، ح ۴۰۷۷۲.

۴. في المصدر: «فليذيب»، والصواب ما أثبتناه.

۵. الفردوس، ج ۳، ص ۵۳۶، ح ۵۶۷۲ عن ابن عباس.

۶. تنبيه الخواطر، ج ۲، ص ۱۲۲.

ج - طول عمر

۱۱۶۱. لقمان علیه السلام: اگر خوراک انسان اندک باشد، زیاد زنده می‌ماند.

۳/۱

فایده‌های باطنی کم‌خوری

الف - صفای اندیشه

۱۱۶۲. امام علی علیه السلام: هر کس خوراکش کم باشد، اندیشه‌اش صفا می‌یابد.

ب - فروغ دل

۱۱۶۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر کسی خوراک خود را کم کند، درونش از نور، سرشار می‌گردد.



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

ج - رهایی از شیطان

۱۱۶۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس، از این خرسند می‌شود که خویش را از ابلیس برهاند، باید گوشت و چربی خود را با کم‌خوری، آب کند؛ چرا که از کم‌خوری، حضور فرشتگان و فراوان اندیشیدن در آنچه نزد خداوند تعالی است، حاصل می‌آید.

۱۱۶۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: با کمی خوراک و نوشاک، با نفس خویش جهاد کنید تا فرشتگان بر شما سایه بگسترند و شیطان از شما بگریزد.

د- الدُّخُولُ فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ

۱۱۶۶. رسول الله ﷺ: اِبْسُوا الصَّوْفَ وَشَمِّرُوا، وَكُلُوا فِي أَنْصَافِ الْبُطُونِ، تَدْخُلُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ.^۱

۱۱۶۷. عنه ﷺ: لَا يَدْخُلُ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَنْ مَلَأَ بَطْنَهُ.^۲

هـ- التَّقَرُّبُ إِلَى اللَّهِ

۱۱۶۸. رسول الله ﷺ: التَّقْلِيلُ مِنَ الطَّعَامِ بِمَنْزِلَةِ سَنِيَّةٍ عِنْدَ اللَّهِ.^۳

۱۱۶۹. عنه ﷺ: أَحَبُّكُمْ إِلَى اللَّهِ أَقْلُكُمْ طَعْمًا، وَأَخَفُّكُمْ بَدْنًا.^۴

۱۱۷۰. الإمام الصادق عليه السلام: أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنَ اللَّهِ - جَلَّ وَعَزَّ - إِذَا خَفَّ بَطْنُهُ.^۵

و- جَوَامِعُ مَنَافِعِ قِلَّةِ الْأَكْلِ

۱۱۷۱. رسول الله ﷺ: مَنْ قَلَّ طَعْمُهُ، صَحَّ بَدَنُهُ وَصَفَا قَلْبُهُ، وَمَنْ كَثُرَ طَعْمُهُ، سَقِمَ بَدَنُهُ وَقَسَا قَلْبُهُ.^۶

۱. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۵۲، ح ۷۵۰؛ الفردوس، ج ۱، ص ۱۰۲، ح ۲۳۸ عن أبي هريرة، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۳۰۲، ح ۴۱۱۲۰.
۲. تنبيه الخواطر، ج ۱، ص ۱۰۰ عن ابن عباس.
۳. تنبيه الخواطر، ج ۲، ص ۱۱۹.
۴. كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۱، ح ۴۰۸۶۹، جامع الأحاديث للسيوطي، ج ۱، ص ۱۰۶، ح ۵۶۵ كلاهما نقلًا عن الفردوس عن ابن عباس.
۵. الكافي، ج ۶، ص ۲۶۹، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۱، ح ۱۷۰۷ وفيه «جاف» بدل «خف» وكلاهما عن أبي بصير، جامع الأحاديث للقمي، ص ۱۹۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۱، ح ۵.
۶. تنبيه الخواطر، ج ۲، ص ۲۲۹، الدعوات، ص ۷۷، ح ۱۸۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۸، ح ۳۵.

د - در آمدن به ملکوت آسمان‌ها

۱۱۶۶. پیامبر خدا ﷺ: پشمینه بپوشید و میان بر بندید و به گنجایش نیمه شکم بخورید تا به ملکوت آسمان‌ها در آیید.

۱۱۶۷. پیامبر خدا ﷺ: هر کس شکمش پُر باشد، به ملکوت آسمان‌ها و زمین راه نمی‌یابد.

ه - تقرب به درگاه خداوند

۱۱۶۸. پیامبر خدا ﷺ: کاستن از خوراک، نزد خداوند، جایگاهی والا دارد.

۱۱۶۹. پیامبر خدا ﷺ: دوست‌داشتنی‌ترین شما نزد خداوند، کم‌خوراک‌ترین و سبک‌بدن‌ترین شماست.

۱۱۷۰. امام صادق علیه السلام: نزدیک‌ترین حالت بنده به خداوند ﷻ، هنگامی است که شکم وی، سبک باشد.^۱

مرکز تحقیقات کتب و اسناد

و - مجموعه‌ای از منافع کم‌خوری

۱۱۷۱. پیامبر خدا ﷺ: هر کس خوراکش اندک باشد، تنش سلامت و دلش صفا می‌یابد؛ و هر کس خوراکش فراوان باشد، تنش بیمار و دلش سخت می‌گردد.

۱. در المحاسن ج ۲، ص ۲۳۱، ح ۱۷۰۷، به جای «سبک»، واژه «خالی» آمده است.

۱۱۷۲. الإمام علي عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالْقَصْدِ فِي الْمَطَاعِمِ؛ فَإِنَّهُ أَبْعَدُ مِنَ السَّرَفِ، وَأَصْحُ لِلْبَدَنِ، وَأَعَوْنُ عَلَى الْعِبَادَةِ.^۱

۱۱۷۳. مصباح الشريعة: قَالَ الصَّادِقُ عليه السلام: قِلَّةُ الْأَكْلِ مَحْمُودٌ فِي كُلِّ قَوْمٍ؛ لِأَنَّ فِيهِ مَصْلَحَةَ الْبَاطِنِ وَالظَّاهِرِ.^۲



۱. غرر الحکم، ج ۶۱۵۳، عیون الحکم والمواعظ، ص ۲۴۱، ح ۵۸۲۲.

۲. مصباح الشريعة، ص ۲۲۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۲۷، ح ۲۳.

۱۱۷۲. امام علی علیه السلام: بر شما باد میانه‌روی در خوردنی‌ها؛ چرا که این کار، از اسراف دورتر است، مایه سلامت بیشتر تن می‌گردد و در پرستش، بیشتر یاری می‌رساند.

۱۱۷۳. مصباح الشریعة - در حدیثی که به امام صادق علیه السلام منسوب است - : کم‌خوری، در میان هر طایفه‌ای، ستوده است؛ زیرا منفعت باطن و ظاهر، در آن است.



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

الفصل الثاني

الْحِمْيَةُ



١١٧٤. الإمام الكاظم عليه السلام: لَيْسَ الْحِمْيَةُ أَنْ تَدَعَ الشَّيْءَ أَصْلًا لَا تَأْكُلُهُ، وَلَكِنَّ الْحِمْيَةَ أَنْ تَأْكُلَ مِنَ الشَّيْءِ وَتُخَفِّفَ.^١

١١٧٥. الإمام الرضا عليه السلام: لَيْسَ الْحِمْيَةُ مِنَ الشَّيْءِ تَرْكُهُ، إِنَّمَا الْحِمْيَةُ مِنَ الشَّيْءِ الْإِقْلَالُ مِنْهُ.^٢

١١٧٦. الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام: أُرْوِيَ عَنِ الْعَالِمِ عليه السلام أَنَّهُ قَالَ: ... رَأْسُ الْحِمْيَةِ الرَّفْقُ بِالْبَدَنِ.^٣

١. الكافي، ج ٨، ص ٢٩١، ح ٤٤٣ عن موسى بن بكر، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٤٢، ح ١١.

٢. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ١، ص ٣٠٩، ح ٧٢، معاني الأخبار، ص ٢٣٨، ح ١ كلاهما عن إسماعيل الخراساني، مكارم الأخلاق، ج ٢، ص ١٨٠، ح ٢٤٦٧ عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٤٠، ح ١.

٣. الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٤٠، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٤١، ح ٤.

فصل دوم

پرهیز



۱۱۷۴. امام کاظم علیه السلام: پرهیز، آن نیست که چیزی را به کلی وا بگذاری و هیچ نخوری؛ بلکه پرهیز، آن است که از چیزی بخوری، اما کم بخوری.

۱۱۷۵. امام رضا علیه السلام: پرهیز از یک چیز، واگذاشتن آن نیست. پرهیز از یک چیز، تنها کم خوردن از آن است.

۱۱۷۶. الفقه المنسوب للإمام الرضا علیه السلام: از عالم (امام کاظم علیه السلام) روایت می‌کنم که فرموده است: «سرآمد پرهیزها، مدارا با بدن است».

١١٧٧. الإمام الكاظم عليه السلام: لَيْسَ مِنْ دَوَاءٍ إِلَّا وَهُوَ يُهَيِّجُ دَاءً، وَلَيْسَ شَيْءٌ فِي الْبَدَنِ أَنْفَعَ مِنْ إِمْسَاكِ الْيَدِ إِلَّا عَمَّا يُحْتَاجُ إِلَيْهِ.^١

١١٧٨. الدعوات: رُوي: لَا تَأْكُلْ مَا قَدْ عَرَفْتَ مَضَرَّتَهُ، وَلَا تُؤْثِرْ هَوَاكَ عَلَى رَاحَةِ بَدَنِكَ.^٢

٢/٢

الْحَفْظُ عَلَى الْحَيَاةِ

١١٧٩. رسول الله صلى الله عليه وآله: الْمَعِدَةُ بَيْتُ كُلِّ دَاءٍ، وَالْحِمِيَّةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ.^٣

١١٨٠. عنه عليه السلام: الْحِمِيَّةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ، وَالْمَعِدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ، وَعَوْدُوا كُلِّ جِسْمٍ مَا اعْتَادَ.^٤

١١٨١. الإمام علي عليه السلام: الْمَعِدَةُ بَيْتُ الْأَدْوَاءِ، وَالْحِمِيَّةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ، وَعَوْدُ كُلِّ بَدَنِ مَا اعْتَادَ. لَا صِحَّةَ مَعَ النَّهَمِ.^٥

١١٨٢. الإمام الصادق عليه السلام: لِلطَّبِيبِ الْهِنْدِيِّ: - إِنْ مَا مَعِيَ خَيْرٌ مِمَّا مَعَكَ... أَسْتَعْمِلُ مَا قَالَهُ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله وَأَعْلَمُ أَنَّ الْمَعِدَةَ بَيْتُ الدَّاءِ، وَالْحِمِيَّةُ هِيَ الدَّوَاءُ، وَأَعُوذُ بِالْبَدَنِ مَا اعْتَادَ.^٦

١. الكافي، ج ٨، ص ٢٧٣، ح ٤٠٩ عن عثمان الأحول، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٦٨، ح ١٨.

٢. الدعوات، ص ٨١، ح ٢٠٢، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٦٩، ح ٥٩.

٣. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ٢.

٤. الأحكام النبوية، ج ٢، ص ٧، الدر المنثور، ج ٣، ص ٤٤٥ نقلاً عن أبي محمد الخلال عن عائشة؛ عوالي اللآلي، ج ٢، ص ٣٠، ح ٧٢ كلاهما نحوه.

٥. الدعوات، ص ٧٧، ح ١٨٦، مكارم الأخلاق، ج ٢، ص ١٨٠، ح ٢٤٦٨ عن العالم عليه السلام نحوه وليس فيه «لا صحة مع النهم»، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٦٨، ح ٢.

٦. النخصال، ص ٥١٢، ح ٣، علل الشرائع، ص ٩٩، ح ١، المناقب لابن شهر آشوب، ج ٤، ص ٢٦٠ كلها عن الربيع صاحب المنصور، بحار الأنوار، ج ١٠، ص ٢٠٥، ح ٩.

۱۱۷۷. امام کاظم علیه السلام: هیچ دارویی نیست که دردی را بر نینگیزد، و هیچ چیزی برای بدن، سودمندتر از آن نیست که جز از آنچه بدان نیاز دارد، دست بشوید.
۱۱۷۸. الدعوات: روایت شده است که: آنچه را از زیانش آگاهی یافته‌ای، مخور و هوس خویش را بر آسایش بدن، بر مگزین.

۲/۲ تشویق به پرهیز

۱۱۷۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: معده، خانه همه دردهاست و پرهیز، ریشه همه درمان‌ها.
۱۱۸۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: پرهیز، سرآمد درمان، و معده، خانه درد است. هر بدنی را به همان که بدان خو می‌گیرد، عادت دهید.
۱۱۸۱. امام علی علیه السلام: معده، خانه دردهاست و پرهیز، سرآمد درمان. هر بدنی را به همان که بدان خو می‌گیرد، عادت دهید. با پرخوری، تن‌درستی‌ای نخواهد بود.^۱
۱۱۸۲. امام صادق علیه السلام: خطاب به طبیب هندی: من برتر از آنچه تو همراه داری، به همراه دارم.... آنچه را پیامبر خدا فرموده است، به کار می‌گیرم و می‌دانم که معده، خانه همه دردها و پرهیز، یگانه درمان است. نیز بدن را بر آنچه بدان خو می‌گیرد، عادت می‌دهم.

۱. در مکارم الأخلاق، به همین مضمون، با این تفاوت که در این منبع جمله آخر متن، وجود ندارد.

۱۱۸۳. الإمام علي عليه السلام: مَنْ لَمْ يَصِرْ عَلَى مَضَضِ الْحِمِيَّةِ، طَالَ سُقْمُهُ.^۱

۱۱۸۴. عنه عليه السلام: صَلَاحُ الْبَدَنِ الْحِمِيَّةُ.^۲

۱۱۸۵. عنه عليه السلام: لَا تُتَالِ الصَّحَّةُ إِلَّا بِالْحِمِيَّةِ.^۳

۳/۲

فَارَوْيَ فَمِنْكَ حِمِيَّةُ الْمَرِيضِ

۱۱۸۶. معاني الأخبار: عَنْ جَعْفَرِ بْنِ إِسْمَاعِيلَ عَنْ رَجُلٍ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ:

سَأَلْتُهُ: كَمْ يُحَمَى الْمَرِيضُ؟

فَقَالَ: دَبْقًا.

فَلَمْ أَدْرِ كَمْ «دَبْقًا»! فَسَأَلْتُهُ:

فَقَالَ: عَشْرَةُ أَيَّامٍ.^۴

۱۱۸۷. طب الأئمة: عَنْ يَعْقُوبَ بْنِ يَزِيدَ عَنْ بَعْضِ رِجَالِهِ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ:

الْحِمِيَّةُ أَحَدُ عَشَرَ دِينَارًا، فَلَا حِمِيَّةَ.

قَالَ: مَعْنَى قَوْلِهِ «دِينَارًا» كَلِمَةُ رُومِيَّةٌ، يَعْنِي: أَحَدُ عَشَرَ صَبَاحًا.^۵

۱۱۸۸. الإمام الصادق عليه السلام: لَا تَنْفَعُ الْحِمِيَّةُ لِمَرِيضٍ بَعْدَ سَبْعَةِ أَيَّامٍ.^۶

۱. غرر الحكم، ج ۹۲۱۰، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۳۱، ح ۷۴۰۶.

۲. غرر الحكم، ج ۵۷۹۳، عيون الحكم والمواعظ، ص ۳۰۳، ح ۵۲۸۸.

۳. غرر الحكم، ج ۱۰۶۰۵، عيون الحكم والمواعظ، ص ۵۳۳، ح ۹۷۵۰.

۴. معاني الأخبار، ص ۲۳۸، ح ۱، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۴۱، ح ۱.

۵. في المصدر: «إحدى»، والتصويب من بحار الأنوار.

۶. في المصدر: «دنيا»، والتصويب من بحار الأنوار.

۷. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۵۹، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۴۲، ح ۸.

۸. الكافي، ج ۸، ص ۲۹۱، ح ۴۴۲، طب الأئمة لابني بسطام، ص ۵۹ كلاهما عن الحلبي، بحار الأنوار، ج ۶۲،

ص ۱۴۱، ح ۷.

۱۱۸۳. امام علی علیه السلام: هر کس بر سختی پرهیز صبر نکند، ناتن درستی اش به درازا می انجامد.
 ۱۱۸۴. امام علی علیه السلام: پرهیز، مایه درستی تن است.
 ۱۱۸۵. امام علی علیه السلام: تن درستی، جز با پرهیز، به دست نمی آید.

۳/۲

آنچه درباره دست پرنیما، روایت شده است

۱۱۸۶. معانی الأخبار - از جعفر بن اسماعیل، از مردی، در گفتگو با امام صادق علیه السلام - : از ایشان پرسیدم: بیمار، چند روز، پرهیز داده می شود؟
 فرمود: «یک دُبُق».^۱
 من نمی دانستم دُبُق چیست. از همین روی، در این باره از ایشان پرسیدم.
 فرمود: «ده روز».
 ۱۱۸۷. طب الأئمة علیهم السلام - به نقل از یعقوب بن یزید، از یکی از مردانش، از امام صادق علیه السلام - :
 «پرهیز، یازده «دین» است و از آن پس، پرهیزی نیست».
 مؤلف طب الأئمة علیهم السلام گفته است: «دین» یک واژه رومی و به معنای «یازده روز» است.
 ۱۱۸۸. امام صادق علیه السلام: پرهیز، پس از هفت روز، برای بیمار، سودی ندارد.

اظهار نظر

با توجه به ضعف سند حدیث اول و دوم، تنها حدیث قابل اعتماد در این باب، حدیث سوم است. بنا بر این، تعارضی در میان نخواهد بود. علامه مجلسی در ذیل حدیث سوم، چنین می گوید:

برخی از پزشکان، این حدیث را ناظر به صورتی معنا کرده اند که بیمار، پس از هفت یا یازده روز، بهبود می یابد؛ اما این تفسیر، تفسیری دور است.
 می توان این حدیث را به معنای پرهیز سخت، تفسیر کرد و یا آن را ناظر به آب و هوا و مزاج های مردمان [در مکان و زمان صدور حدیث،] دانست.

۱. علامه مجلسی می گوید: در این جاء نسخه ها اختلاف بسیار دارند: در برخی، دال و باء (دُبُق) آمده، در برخی دیگر به جای دال، پاء (بِبُق) آمده، و در برخی، راء و سپس باء (رِبُق) آمده است. در طب الأئمة علیهم السلام نیز «دین» آمده است. در هیچ یک از منابعی که ما در اختیار داریم، هیچ کدام از این واژه ها به این معنا در زبان عربی به کار نرفته است و این، یک واژه رومی (لاتینی) است (بحار الأنوار: ج ۶۲ ص ۱۴۱).

الفصل الثالث

التَّجَوُّعُ

١ / ٣

الْحَثُّ عَلَى التَّجَوُّعِ

١١٨٩. رسول الله ﷺ: أَفْضَلُكُمْ مَنْزِلَةً عِنْدَ اللَّهِ تَعَالَى أَطْوَلُكُمْ جَوْعاً وَتَفَكُّراً، وَأَبْغَضُكُمْ

إِلَى اللَّهِ تَعَالَى كُلُّ نَوْمٍ وَأَكُولٍ وَشَرِيبٍ.^١

١١٩٠. عنه ﷺ: طُوبَى لِمَنْ طَوَى وَجَاعاً، أَوْلَيْكَ الَّذِينَ يَشْبَعُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.^٢

١١٩١. عنه ﷺ: إِنَّ أَهْلَ الْجَوْعِ فِي الدُّنْيَا هُمْ أَهْلُ الشَّبَعِ فِي الْآخِرَةِ، وَإِنَّ أَبْغَضَ

النَّاسِ إِلَى اللَّهِ الْمُتَّخِمُونَ الْمَلَأُ.^٣

١. تنبيه الخواطر، ج ١، ص ١٠٠؛ إتحاف السادة المتقين، ج ٧، ص ٣٨٧ مع اختلاف يسير وزاد فيه «يوم القيامة».

٢. الجعفریات، ص ١٦٥ عن الإمام الكاظم عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٧٥، ص ٤٦٢، ح ١٧ نقلاً عن الإمامة والتبصرة.

٣. تنبيه الخواطر، ج ١، ص ١٠٢ عن أنس؛ إتحاف السادة المتقين، ج ٧، ص ٣٩١.

فصل سوم

گرسنگی کشیدن



۱۱۸۹. پیامبر خدا ﷺ: والا جایگاه ترین شما نزد خداوند ﷻ آن است که بیش از همه گرسنگی می کشد و بیش از همه می اندیشد؛ و منفورترین شما نزد خداوند متعال، هر پُرخواب پُرخور پُراشام است.

۱۱۹۰. پیامبر خدا ﷺ: خوشا به حال آنان که شکم، تهی می دارند و گرسنگی می کشند. آنان کسانی اند که در روز قیامت، سیر می شوند.

۱۱۹۱. پیامبر خدا ﷺ: همدمانِ گرسنگی در این سرای، همدمانِ سیری در سرای دیگرند و منفورترین مردم نزد خداوند، پُرخوران آکنده شکم اند.

۱۱۹۲. الإمام علي عليه السلام: نِعَمَ الإِدَامُ الْجَوْعُ.^۱

۱۱۹۳. تنبيه الخواطر: رَوَى بَعْضُهُمْ أَنَّهُ - صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَامٌ - قَالَ: أَدِيمُوا قَرَعَ بَابِ الْجَنَّةِ يُفْتَحُ لَكُمْ.

[قَالَ الرَّاوي:] قُلْتُ: وَكَيْفَ نُدِيمُ قَرَعَ بَابِ الْجَنَّةِ؟

قَالَ: بِالْجَوْعِ وَالظَّمَأِ.^۲

۲/۳

فَوَائِدُ التَّجَوُّعِ الْجَسَدِيَّةِ

أ- صِحَّةُ الْبَدَنِ

۱۱۹۴. رسول الله صلى الله عليه وآله: صُومُوا تَصِحُّوا.^۳

۱۱۹۵. عنه عليه السلام: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى أَوْحَى إِلَى نَبِيِّ مِنْ أَنْبِيَاءِ بَنِي إِسْرَائِيلَ: أَنْ أَخْبِرَ قَوْمَكَ أَنَّ لَيْسَ عَبْدٌ يَصُومُ يَوْمًا ابْتِغَاءً وَجْهِي، إِلَّا أَصَحَّتْ جِسْمُهُ وَأَعْظِمَتْ أَجْرُهُ.^۴

۱۱۹۶. الإمام علي عليه السلام: الصَّيَامُ أَخَذُ الصَّحْتَيْنِ.^۵

۱۱۹۷. عنه عليه السلام: التَّجَوُّعُ أَنْفَعَ الدَّوَاءِ.^۶

۱. غرر الحكم، ح ۹۹۱۸، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۹۴، ح ۹۱۱۴.

۲. تنبيه الخواطر، ج ۱، ص ۱۰۱؛ إتحاف السادة المتقين، ج ۷، ص ۳۹۰ عن عائشة.

۳. الدعوات، ص ۷۶، ح ۱۷۹، دعائم الإسلام، ج ۱، ص ۳۴۲ عن الإمام علي عليه السلام، عنه عليه السلام، عوالي اللآلي، ج ۱، ص ۲۶۸، ح ۷۰، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۶۷، ح ۴۵؛ كنز العمال، ج ۸، ص ۴۵۰، ح ۲۳۶۰۵ نقلاً عن ابن السني وأبي نعيم في الطب عن أبي هريرة.

۴. شعب الإيمان، ج ۳، ص ۴۱۲، ح ۳۹۲۳ عن أبي إسحاق الهمداني عن الإمام علي عليه السلام، الفردوس، ج ۱، ص ۱۴۳، ح ۵۱۲ عن أبي الدرداء نحوه، كنز العمال، ج ۸، ص ۴۴۷، ح ۲۳۵۸۷.

۵. غرر الحكم، ح ۱۶۸۳.

۶. غرر الحكم، ح ۹۰۳، عيون الحكم والمواعظ، ص ۵۱، ح ۱۳۲۱.

۱۱۹۲. امام علی علیه السلام: گرسنگی، چه نیکو خورشی است!

۱۱۹۳. تنبیه الخواطر: یکی از صحابه روایت کرده که پیامبر - که درود خداوند بر وی و خاندانش باد - فرموده است: «پیوسته کوبه در بهشت را بزنید تا برایتان باز شود».

[راوی می‌گوید:] گفتم: چگونه پیوسته کوبه در بهشت را بزنیم؟
فرمود: «با گرسنگی و تشنگی».

۲/۳

فایده های جسمی گرسنگی کشیدن

الف - سلامت تن

۱۱۹۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: روزه بدارید تا تن درست بمانید.

۱۱۹۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خداوند به یکی از پیامبران بنی اسرائیل، وحی کرد که: «به طایفه‌ات خبر بده هیچ بنده‌ای، یک روز برای خشنودی من روزه نمی‌گیرد، مگر آن‌که تن او را سالم می‌دارم و او را پاداشی بزرگ می‌دهم».

۱۱۹۶. امام علی علیه السلام: روزه، یکی از دو [طریق] سلامت است.

۱۱۹۷. امام علی علیه السلام: گرسنگی کشیدن، سودمندترین درمان است.

۱۱۹۸. عنه عليه السلام : لَا يَجْتَمِعُ الْجُوعُ وَالْمَرَضُ.^۱

ب - طيبُ الطعام

۱۱۹۹. الإمام الهادي عليه السلام : الشَّهْرُ الَّذِي لِلْمَنَامِ، وَالْجُوعُ يَزِيدُ فِي طَيِّبِ الطَّعَامِ.^۲

۳/۳

فَوَائِدُ التَّجَوُّعِ الرُّوحِيَّةِ

أ - الْوَرَعُ عَنِ الْمَعَاصِي

۱۲۰۰. الإمام علي عليه السلام : نِعَمَ عَوْنُ الْوَرَعِ التَّجَوُّعُ.^۳

۱۲۰۱. عنه عليه السلام : نِعَمَ الْعَوْنُ عَلَى أَشْرِ النَّفْسِ وَكَسْرِ عَادَتِهَا التَّجَوُّعُ.^۴

۱۲۰۲. عنه عليه السلام - فِي الدِّيَوَانِ الْمُنْسُوبِ إِلَيْهِ - :

تَجَوُّعٌ فَإِنَّ الْجُوعَ مِنْ عَمَلِ الشَّيْءِ وَإِنْ طَوِيلَ الْجُوعُ يَوْمًا سَيُسَبِّعُ^۵

ب - النُّجَاةُ مِنَ الشَّيْطَانِ

۱۲۰۳. رسول الله صلى الله عليه وآله : إِنَّ الشَّيْطَانَ لَيَجْرِي مِنْ ابْنِ آدَمَ مَجْرَى الدَّمِ، فَضَيِّقُوا مَجَارِيَهُ

بِالْجُوعِ.^۶

۱. غرر الحكم، ح ۱۰۵۶۹، عيون الحكم والمواعظ، ص ۵۳۳، ح ۹۷۳۹.

۲. نزهة الناظر، ص ۱۴۱، ح ۱۸، أعلام الدين، ص ۳۱۱، بحار الأنوار، ج ۷۸، ص ۳۶۹، ح ۴.

۳. غرر الحكم، ح ۹۹۲۳، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۹۳، ح ۹۱۰۳ وفيه «القتوع» بدل «التجوع».

۴. غرر الحكم، ح ۹۹۴۲، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۹۴، ح ۹۱۱۳ وفيه «أسر» بدل «أشر».

۵. الديوان المنسوب إلى الإمام علي عليه السلام، ص ۳۴۴، ح ۲۶۹.

۶. عوالي الآلي، ج ۱، ص ۲۷۳، ح ۹۷ و ص ۳۲۵، ح ۶۶، بحار الأنوار، ج ۷۰، ص ۴۲.

۱۱۹۸. امام علی علیه السلام: گرسنگی و بیماری، با هم گرد نمی آیند.

ب - خوش مزگی غذا

۱۱۹۹. امام هادی علیه السلام: شب زنده داری، خواب را شیرین تر می کند و گرسنگی، غذا را خوش مزگی می افزاید.

۳/۳

فایده های وحی کرکنی کشیدن

الف - دامن در کشیدن از گناه

۱۲۰۰. امام علی علیه السلام: گرسنگی کشیدن، چه نیکو یاری ای برای پاک دامنی است!

۱۲۰۱. امام علی علیه السلام: گرسنگی کشیدن، چه نیکو یاری دهنده ای بر سرکشی نفس و شکستن عادت آن است.

مرکز تحقیقات و پژوهش های اسلامی

۱۲۰۲. امام علی علیه السلام - در دیوان منسوب به ایشان -:

خود را گرسنه بدار که گرسنگی، از آثار پرهیزگاری است / آن که زمان درازی را گرسنگی کشد، سرانجام روزی (روز قیامت) سیر خواهد شد.

ب - رهایی از شیطان

۱۲۰۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: شیطان در درون آدمی زاده به سان خون، جریان می یابد. گذرگاه های او را با گرسنگی، تنگ کنید.

ج - التَّقَرُّبُ إِلَى اللَّهِ

۱۲۰۴. الإمام علي عليه السلام - في حديث المعراج -: إِنَّ النَّبِيَّ ﷺ سَأَلَ رَبَّهُ سُبْحَانَهُ لَيْلَةَ الْمِعْرَاجِ فَقَالَ: ... يَا رَبِّ، ذُنِّي عَلَى عَمَلٍ أَتَقَرَّبُ بِهِ إِلَيْكَ.
 قَالَ: اجْعَلْ لَيْلَكَ نَهَاراً وَنَهَارَكَ لَيْلاً.
 قَالَ: يَا رَبِّ، كَيْفَ ذَلِكَ؟

قَالَ: اجْعَلْ نَوْمَكَ صَلَاةً، وَطَعَامَكَ الْجُوعَ.
 يَا أَحْمَدُ، وَعِزَّتِي وَجَلَالِي، مَا مِنْ عَبْدٍ ضَمِنَ لِي بِأَرْبَعِ خِصَالٍ إِلَّا أَدْخَلْتُهُ الْجَنَّةَ: يَطْوِي لِسَانَهُ فَلَا يَفْتَحُهُ إِلَّا بِمَا يَعْنِيهِ، وَيَحْفَظُ قَلْبَهُ مِنَ الْوَسْوَاسِ، وَيَحْفَظُ عِلْمِي وَنَظْرِي إِلَيْهِ، وَيَكُونُ قُرَّةَ عَيْنِيهِ الْجُوعَ.
 يَا أَحْمَدُ، لَوْ ذُقْتَ حَلَاوَةَ الْجُوعِ وَالصَّمْتِ وَالْخُلُوعِ، وَمَا وَرِثُوا مِنْهَا.
 قَالَ: يَا رَبِّ، مَا مِيرَاثُ الْجُوعِ؟
 قَالَ: الْحِكْمَةُ، وَحِفْظُ الْقَلْبِ، وَالتَّقَرُّبُ إِلَيَّ، وَالْحُزْنُ الدَّائِمُ، وَخِفَةُ الْمُؤَنَةِ بَيْنَ النَّاسِ، وَقَوْلُ الْحَقِّ، وَلَا يُبَالِي عَاشٍ يُسِرُّ أَمْ يُعْصِرُ.
 يَا أَحْمَدُ، هَلْ تَدْرِي بِأَيِّ وَقْتٍ يَتَقَرَّبُ الْعَبْدُ إِلَيَّ؟
 [قَالَ: لَا، يَا رَبِّ] ١.

قَالَ: إِذَا كَانَ جَائِعاً أَوْ سَاجِداً. ٢.

د - الْعِلْمُ وَالْحِكْمَةُ

۱۲۰۵. رسول الله ﷺ: الْقَلْبُ يَتَحَمَّلُ الْحِكْمَةَ عِنْدَ خُلُوعِ الْبَطْنِ. ٣.

١. ما بين المعقوفين أثبتناه من بحار الأنوار.

٢. إرشاد القلوب، ص ١٩٩ و ٢٠٠، بحار الأنوار، ج ٧٧، ص ٢٢، ح ٦.

٣. تنبيه الخواطر، ج ٢، ص ١١٩.

ج - تقرّب به درگاه خداوند

۱۲۰۴ . امام علی علیه السلام - در حدیث معراج - : پیامبر صلی الله علیه و آله در شب معراج ، از پروردگار خود

خواست و چنین گفت : پروردگارا! مرا به کاری راه نمای که با آن به تو نزدیک شوم.

فرمود : «شبت را روز ، و روزت را شب بدار» .

پرسید : پروردگارا! چگونه چنین توان کرد؟

فرمود : «خواب خویش را نماز ، و خوراک خود را گرسنگی قرار بده .

ای احمد! به عزّت و جلالم سوگند ، هیچ بنده‌ای برایم چهار چیز را تضمین

نمی‌کند ، مگر این که او را به بهشت درمی‌آورم : زبان فرو بندد و آن را جز بدانچه

به وی مربوط است ، نگشاید ؛ دل خویش را از وسواس حفظ کند ؛ آگاهی من از او و

این را که او در زیر نگاه من است ، پاش بدارد ؛ و نور دیده‌اش ، در گرسنگی باشد .

ای احمد! کاش ، شیرینی : گرسنگی ، سکوت ، خلوت و آنچه را از آن به ارث

برده‌اند ، چشیده بودی !»

مرکز تحقیقات کلامی و فقهی

پرسید : پروردگارا! ارث گرسنگی چیست؟

فرمود : «حکمت ، حفظ دل ، تقرب به خداوند ، اندوه دائم ، کم‌هزینگی برای

مردم ، حق‌گویی ، و اهمیت ندادن به این که در گشایش و آسانی می‌زید یا در

سختی و دشواری .

ای احمد! آیا می‌دانی با کدام حالت و وقت ، بنده به من تقرّب می‌جوید؟» .

گفت : نه ، ای پروردگارا!

فرمود : «آن هنگام که گرسنه یا در حالت سجده باشد» .

د - [رسیدن به] علم و حکمت

۱۲۰۵ . پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : دل ، به هنگام تهی بودن درون ، بار حکمت ، برمی‌گیرد .

١٢٠٦. عنه عليه السلام : إِذَا رَأَيْتُمْ أَهْلَ الْجُوعِ وَالتَّفَكُّرِ فَاقْتَرِبُوا مِنْهُمْ؛ فَإِنَّهُ تَجْرِي الْحِكْمَةُ مَعَهُمْ.^١

١٢٠٧. عنه عليه السلام : إِنَّ اللَّهَ تعالى يَقُولُ: وَضَعْتُ خَمْسَةً فِي خَمْسَةٍ وَالنَّاسُ يَطْلُبُونَهَا فِي خَمْسَةٍ فَلَا يَجِدُونَهَا: وَضَعْتُ الْعِلْمَ فِي الْجُوعِ وَالْجَهْدِ وَالنَّاسُ يَطْلُبُونَهُ بِالشَّبَعَةِ وَالرَّاحَةِ فَلَا يَجِدُونَهُ.^٢

١٢٠٨. عِدَّةُ الدَّاعِي: أَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَى دَاوُودَ: يَا دَاوُودُ إِنِّي ... وَضَعْتُ الْعِلْمَ فِي الْجُوعِ وَالْجَهْدِ، وَهُمْ يَطْلُبُونَهُ^٣ فِي الشَّبَعِ وَالرَّاحَةِ فَلَا يَجِدُونَهُ.^٤

راجع: ج ٢، ص ٣٣ (التقرب إلى الله).

هـ- رُؤْيَا اللَّهِ بِالْقَلْبِ

١٢٠٩. رسول الله صلى الله عليه وآله : أَجْبِعُوا أَكْبَادَكُمْ، وَأَعْرُوا صُورَكُمْ.... لَعَلَّكُمْ تَرَوْنَ الْحَقَّ بِقُلُوبِكُمْ.^٥

١٢١٠. عيسى عليه السلام : أَجْبِعُوا أَكْبَادَكُمْ، وَأَعْرُوا أَجْسَادَكُمْ؛ فَلَعَلَّ قُلُوبَكُمْ تَرَى اللَّهَ تعالى.^٦
١٢١١. عنه عليه السلام : لِلْخَوَارِئِينَ - يَا مَعْشَرَ الْخَوَارِئِينَ، جَوْعُوا بِطُونَكُمْ، وَعَطَّشُوا أَكْبَادَكُمْ، وَأَعْرُوا أَجْسَادَكُمْ؛ لَعَلَّ قُلُوبَكُمْ تَرَى اللَّهَ تعالى.^٧

١. كنز العمال، ج ٩، ص ٣٧، ح ٢٤٨١٨ نقلاً عن الحاكم في تاريخ نيشابور والديلمي عن ابن عمر.

٢. عوالي اللآلي، ج ٤، ص ٦١، ح ١١.

٣. في المصدر: «يطلبونها»، والتصويب من بحار الأنوار.

٤. عِدَّةُ الدَّاعِي، ص ١٦٦، بحار الأنوار، ج ٧٨، ص ٤٥٣، ح ٢١.

٥. مشكاة الأنوار، ص ٤٤٨، ح ١٥٠٣ عن الحسن بن محمد الصوفي السروي عن شيوخه.

٦. المحجّة البيضاء، ج ٥، ص ١٤٨ وقال في ذيله: وروي ذلك أيضاً عن نبيّنا صلى الله عليه وآله.

٧. إتحاف السادة المتقين، ج ٧، ص ٣٨٨.

۱۲۰۶. پیامبر خدا ﷺ: چون همدمانِ گرسنگی و تفکر را دیدید، به آنان نزدیک شوید؛ چرا که حکمت، آنان را همراهی می‌کند.

۱۲۰۷. پیامبر خدا ﷺ: خداوند ﷻ می‌فرماید: «پنج چیز را در پنج چیز نهادم؛ اما مردم، آنها را در پنج چیز دیگر می‌جویند و نمی‌یابند: دانش را در گرسنگی و رنج و تلاش قرار دادم، در حالی که مردم آن را در سیری و آسایش می‌جویند، در نتیجه آن را نمی‌یابند.

۱۲۰۸. عذّة الداعی: خداوند متعال به داوود ﷺ این گونه وحی فرستاد: «ای داوود!... من دانش را در گرسنگی و رنج و تلاش نهادم؛ اما آنان آن را در سیری و آسایش می‌جویند و در نتیجه آن را نمی‌یابند».

ر.ک: تقرب به درگاه خداوند (عنوان پیشین).



هـ - دیدن خداوند با دیده دل

۱۲۰۹. پیامبر خدا ﷺ: جگرهای خود را گرسنه و بدن‌هایتان را برهنه بدارید ...^۱ شاید که حق را با دل‌هایتان ببینید.

۱۲۱۰. عیسی ﷺ: جگرهای خود را گرسنه و تن‌هایتان را برهنه بدارید، شاید که دل‌هایتان، خداوند ﷻ را ببیند.

۱۲۱۱. عیسی ﷺ - خطاب به حواریان - : ای همراهان همیشگی! شکم‌های خویش را گرسنه، جگرهای خود را تشنه و تن‌های خویش را برهنه بدارید، شاید که دل‌هایتان، خداوند ﷻ را ببیند.

۱. نگارنده می‌گوید: این گونه توصیه‌ها، اشاره به ریاضت شرعی در خوردن و پوشیدن لباس است و مجوّزی برای ریاضت‌های نامشروع نیست.

الفصل الرابع

كثرة النَّمِّ

١/٢



١٢١٢. الإمام الصادق عليه السلام: كَثْرَةُ الْأَكْلِ مَكْرُوهٌ.
١٢١٣. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ مِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. حَسْبُ الْآدَمِيِّ لَقِيمَاتُ يَقْمَنَ صُلْبُهُ؛ فَإِنْ غَلَبَتِ الْآدَمِيَّ نَفْسُهُ، فَتُلُتْ لِلطَّعَامِ وَتُلُتْ لِلشَّرَابِ وَتُلُتْ لِلنَّفْسِ.^٢
١٢١٤. عنه عليه السلام: سَيَكُونُ مِنْ بَعْدِي سُنَّةٌ؛ يَأْكُلُ الْمُؤْمِنُ فِي مِعَاءٍ وَاحِدٍ، وَيَأْكُلُ الْكَافِرُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ.^٣

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٦٩، ح ٢، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ٩٢، ح ٣٩٤ كلاهما عن أبي بصير، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣١، ح ١٧٠٤ عن يونس بن عمار، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣١٦، ح ١٠١٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٥، ح ٢٢.
٢. مسنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١١١١، ح ٣٣٤٩، سنن الترمذي، ج ٤، ص ٥٩٠، ح ٢٣٨٠، مسند ابن حنبل، ج ٦، ص ٩٣، ح ١٧١٨٦، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ١٢٥، ح ٧١٣٩ كلها عن التقديم بن معديكر بنحوه، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤١، ح ٤٠٨٧٠، المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٢، ح ١٦٦٨ عن الإمام الصادق عليه السلام بنحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٥، ح ١٩.
٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٨، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٣، ح ١٧١٣، المجازات النبوية، ص ٣٧٦، ح ٢٩١ وليس فيه صدره، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ١.

فصل چهارم

پُرخوری



۱۲۱۲. امام صادق علیه السلام: پُرخوری، ناخوشایند است.

۱۲۱۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: آدمی هیچ ظرفی را بدتر از شکم، پُر نکرده است. آدمی زاده را چند لقمه بسنده می‌کند که کمرش را راست بدارد. اگر نفس آدمی بر او چیرگی یافت، یک سوم [معدة] برای خوراک، یک سوم برای نوشاک، و یک سوم برای نفس کشیدن خواهد بود.

۱۲۱۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: پس از من، روشی [جدید در جامعه] پدید خواهد آمد: مؤمن به اندازه یک معده می‌خورد و کافر به اندازه هفت معده.

۱۲۱۵. عنه عليه السلام : الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى وَاحِدٍ، وَالْكَافِرُ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ^۱.

۱۲۱۶. مسند ابن حنبل عن أبي بصرة الغفاري : أَتَيْتُ النَّبِيَّ عليه السلام لَمَّا هَاجَرْتُ وَذَلِكَ قَبْلَ أَنْ أُسْلِمَ، فَحَلَبَ لِي شَوِيهَةً كَانَ يَحْتَلِبُهَا لِأَهْلِهِ فَشَرِبْتُهَا، فَلَمَّا أَصْبَحْتُ أَسْلَمْتُ.

وَقَالَ عِيَالُ النَّبِيِّ عليه السلام : نَبِيتُ اللَّيْلَةَ كَمَا بَتْنَا الْبَارِحَةَ جِيعَاءُ!

فَحَلَبَ لِي رَسُولُ اللَّهِ عليه السلام شَاءَ فَشَرِبْتُهَا وَرَوَيْتُ.

فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ عليه السلام : أَرَوَيْتَ؟

فَقُلْتُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ قَدْ رَوَيْتُ، مَا شَبِعْتُ وَلَا رَوَيْتُ قَبْلَ الْيَوْمِ!

فَقَالَ النَّبِيُّ عليه السلام : إِنَّ الْكَافِرَ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ وَالْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى

وَاحِدٍ^۲.

۱۲۱۷. المستدرک عن جَعْدَةَ : سَمِعْتُ النَّبِيَّ عليه السلام يَقُولُ - وَرَأَى رَجُلًا مُشْبَعًا فَجَعَلَ

النَّبِيُّ عليه السلام يَوْمِي يَبْدُو إِلَيَّ بَطْنِي وَيَقُولُ - : لَوْ كَانَ هَذَا فِي غَيْرِ هَذَا كَانَ

خَيْرًا لَهُ^۳.

۱. صحيح البخاري، ج ۵، ص ۲۰۶۱، ح ۵۰۷۸، سنن الترمذي، ج ۴، ص ۲۶۶، ح ۱۸۱۸، سنن ابن ماجه،

ج ۲، ص ۱۰۸۴، ح ۳۲۵۷ كلها عن ابن عمر، كنز العمال، ج ۱، ص ۱۵۶، ح ۷۸۰ نقلًا عن المعجم الكبير عن سمرة وفيه «المنافق» بدل «الكافر»؛ الخصال، ص ۳۵۱، ح ۲۹ عن الإمام الصادق عليه السلام، جامع الأخبار، ص ۲۱۷، ح ۵۴۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۲۵، ح ۱.

۲. مسند ابن حنبل، ج ۱۰، ص ۳۵۰، ح ۲۷۲۹۵ وراجع صحيح مسلم، ج ۳، ص ۱۶۳۲، ح ۱۸۶ والتاريخ الكبير، ج ۸، ص ۱۱۹، ح ۲۴۱۵ وكنز العمال، ج ۱، ص ۲۶۵، ح ۱۶۰۸.

۳. المستدرک علی الصحیحین، ج ۴، ص ۱۳۵، ح ۷۱۴۱.

۱۲۱۵. پیامبر خدا ﷺ: مؤمن، به اندازه یک معده می خورد و کافر، به اندازه هفت معده می خورد!¹

۱۲۱۶. مسند ابن حنبل - به نقل از ابو بصره غفاری - : چون هجرت کردم، به حضور پیامبر ﷺ رسیدم. در آن زمان هنوز اسلام نیاورده بودم. او برایم از گوسفندی کوچک اندام - که همیشه برای خانواده اش از آن می دوشید - شیر دوشید. من شیر را نوشیدم و چون آن شب را به صبح رساندم، اسلام آوردم.

[آن شب،] خانواده پیامبر ﷺ گفتند: امشب نیز گرسنه می خوابیم، چنان که دیشب گرسنه خوابیدیم! پیامبر خدا [در آن دیگر روز نیز] برایم گوسفندی دوشید. شیر آن را خوردم و سیراب شدم. مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی
پیامبر خدا از من پرسید: «آیا سیراب شدی؟».

گفتم: ای پیامبر خدا! سیراب شدم. پیش از این، هیچ وقت، [این اندازه] نه سیر و نه سیراب شده بودم!

پیامبر ﷺ فرمود: «کافر، به اندازه هفت معده می خورد و مؤمن، به اندازه یک معده می خورد».

۱۲۱۷. المستدرک - به نقل از جَعْدَه - : از پیامبر خدا - چون مردی بسیار سیر را دید و با دست به شکم وی اشاره کرد - شنیدم که فرمود: «اگر این (غذایی که خورده) در غیر این [شکم] قرار داشت، برای وی بهتر بود».

۱. در کنز العمال، به جای «کافر»، واژه «منافق» آمده است.

١٢١٨. الإمام علي عليه السلام: كَثْرَةُ الْأَكْلِ مِنَ الشَّرِّ، وَالشَّرُّ شَرُّ الْعُيُوبِ^١.

١٢١٩. عنه عليه السلام - في حديث المعراج -: قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: ... يَا أَحْمَدُ، أَبْغِضُ الدُّنْيَا وَأَهْلَهَا وَأَحِبُّ الْآخِرَةَ وَأَهْلَهَا.

قَالَ: يَا رَبِّ، وَمَنْ أَهْلُ الدُّنْيَا وَمَنْ أَهْلُ الْآخِرَةِ؟

قَالَ: أَهْلُ الدُّنْيَا مَنْ كَثُرَ أَكْلُهُ وَضَحْكُهُ وَنَوْمُهُ وَغَضَبُهُ^٢.

٢/٤

ذَمُّ كُلِّ الْأَلْوَانِ مِنَ الطَّعَامِ

١٢٢٠. رسول الله صلى الله عليه وآله: سَيَكُونُ نَاسٌ مِنْ أُمَّتِي يُولَدُونَ فِي النَّعِيمِ وَيُعْدُونَ بِهِ، هِمَّتُهُمُ الْأَوَانُ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ، وَيَمْدَحُونَ بِالْقَوْلِ، أُولَئِكَ شِرَارُ أُمَّتِي^٣.

١٢٢١. عنه عليه السلام: سَيَكُونُ رِجَالٌ مِنْ أُمَّتِي يَأْكُلُونَ الْأَوَانَ الطَّعَامِ، وَيَشْرَبُونَ الْأَوَانَ الشَّرَابِ، وَيَلْبَسُونَ الْأَوَانَ اللَّبَاسِ، وَيَتَشَدَّقُونَ فِي الْكَلَامِ، فَأُولَئِكَ شِرَارُ أُمَّتِي^٤.

١٢٢٢. عنه عليه السلام: شِرَارُ أُمَّتِي قَوْمٌ وُلِدُوا فِي النَّعِيمِ وَغَدُوا بِهِ، يَأْكُلُونَ مِنَ الطَّعَامِ الْأَوَانَ، وَيَلْبَسُونَ مِنَ الثِّيَابِ الْأَوَانَ، وَيَرْكَبُونَ مِنَ الدَّوَابِّ الْأَوَانَ، يَتَشَدَّقُونَ

١. غرر الحكم، ح ٧١١٠، عيون الحكم والمواعظ، ص ٣٩٠، ح ٦٦٠٨.

٢. إرشاد القلوب، ص ١٩٩ و ٢٠١، بحار الأنوار، ج ٧٧، ص ٢٣، ح ٦.

٣. الأمالي للطوسي، ص ٥٣٨، ح ١١٦٢، مكارم الأخلاق، ج ٢، ص ٣٨٠، ح ٢٦٦١، تنبيه الخواطر، ج ٢، ص ٦٦، كلها عن أبي ذر، بحار الأنوار، ج ٧٧، ص ٩٠، ح ٣.

٤. المعجم الكبير، ج ٨، ص ١٠٧، ح ٧٥١٢ و ٧٥١٣، المعجم الأوسط، ج ٣، ص ٢٤، ح ٢٣٥١، مسند

الشاميين، ج ٢، ص ٣٤٢، ح ١٤٥٨، حلية الأولياء، ج ٦، ص ٩٠، كلها عن أبي أمامة، كنز العمال، ج ٣،

ص ٥٦١، ح ٧٩١١.

۱۲۱۸. امام علی علیه السلام: پُرخوری، نشانه شکم‌پندگی است و شکم‌پندگی، بدترین عیب‌هاست.

۱۲۱۹. امام علی علیه السلام: در حدیث معراج: خداوند متعال فرمود: «ای احمد! دنیا و همدمانش را منفور بدار و آخرت و همدمانش را دوست بدار».

گفت: پروردگارا! همدمان دنیا چه کسانی، و همدمان آخرت، چه کسانی‌اند؟

فرمود: «همدمان دنیا کسانی‌اند که خوردن، خندیدن، خفتن و خشم آوردنشان، بسیار است».

۲/۴

کُوش خوردن غذای نگارنگ

۱۲۲۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: کسانی از امت من، پدید خواهند آمد که در آسایش، زاده می‌شوند و در آن، تغذیه می‌گردند. همت آنان، گونه‌های خوراک و نوشاک است. و [یکدیگر را] به زبان می‌ستایند. آنان، بدهای امت من هستند.^۱

۱۲۲۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: مردانی از امت من خواهند بود که غذاهای رنگارنگ می‌خورند، نوشیدنی‌های رنگارنگ می‌نوشند، جامه‌های رنگارنگ می‌پوشند و در سخن گفتن، پُرچانگی می‌کنند. اینان، بدهای امت من هستند.

۱۲۲۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: بدترین کسان امت من، آنانی هستند که در رفاه، زاده شده

۱. مدائنی می‌گوید: عرب‌ها با غذاهای رنگارنگ، آشنایی نداشتند و خوراکشان قدری گوشت بود که با آب و نمک پخته می‌شد، تا آن‌که روزگار معاویه فرا رسید. او از غذاهای رنگارنگ استفاده کرد و غذا را زینت داد. البته وی به رغم همه رنگارنگی خوراکش، هرگز سیر نشد تا زمانی که مُرد؛ چرا که پیامبر خدا او را نفرین کرده و فرموده بود: خداوند، هرگز شکمت را سیر نکند! (تبییه الخواطر: ج ۱ ص ۴۸).

فِي الْكَلَامِ^١

١٢٢٣. الإمام علي عليه السلام: الْأَلْوَانُ يُعْظَمَنَّ الْبَطْنُ وَيُخَذَّرَنَّ الْأَلْيَتَيْنِ^٢.

٣/٤

فَضَائِلُ النَّهْمِ الظَّاهِرَةِ

أ- أنواعُ الأسقامِ

١٢٢٤. الإمام علي عليه السلام: مَنْ غَرَسَ فِي نَفْسِهِ مَحَبَّةَ أَنْوَاعِ الطَّعَامِ، اجْتَنَى ثَمَارَ فُنُونِ الْأَسْقَامِ^٣.

١٢٢٥. عنه عليه السلام: إِدْمَانُ الشَّبَعِ يورِثُ أَنْوَاعَ الْوَجَعِ^٤.

١٢٢٦. عنه عليه السلام: قَلَّ مَنْ أَكْثَرَ مِنْ قُضُولِ الطَّعَامِ، إِلَّا لَزِمَتْهُ الْأَسْقَامُ^٥.

١٢٢٧. عنه عليه السلام: الشَّبَعُ يُكْثِرُ الْأَدْوَاءَ^٦.

١٢٢٨. عنه عليه السلام: إِيَّاكَ وَإِدْمَانُ الشَّبَعِ؛ فَإِنَّهُ يَهْجِجُ الْأَسْقَامَ وَيُثِيرُ الْعِلَلَ^٧.

١. المستدرک علی الصحیحین، ج ٣، ص ٦٥٧، ح ٦٤١٨، المعجم الأوسط، ج ٧، ص ٣٧٢، ح ٧٧٦١، وليس فيه من «ويلبسون» إلى «الدواب ألواناً» وكلاهما عن عبد الله بن جعفر، شعب الإيمان، ج ٥، ص ٢٣، ح ٥٦٦٩ عن فاطمة عليها السلام عنه عليه السلام نحوه، كنز العمال، ج ٣، ص ٥٦١، ح ٧٩١٣. راجع: موسوعة ميزان الحكمة / الأئمة / شرار أمتي / المترفون.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣١٧، ح ٨ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ١٦٥، ح ١٤٥٣ عن السكوني عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٤، ح ١٨.

٣. غرر الحكم، ح ٩٢١٩، عيون الحكم والمواعظ، ص ٤٢٦، ح ٧٢١٩.

٤. غرر الحكم، ح ١٢٦٢.

٥. غرر الحكم، ح ٦٨١٤، عيون الحكم والمواعظ، ص ٣٧٠، ح ٦٢٣٦.

٦. غرر الحكم، ح ٩١٢، عيون الحكم والمواعظ، ص ٥١، ح ١٣٢٢.

٧. غرر الحكم، ح ٢٦٨١، عيون الحكم والمواعظ، ص ٩٧، ح ٢٢٤٨.

و در آن، تغذیه گردیده‌اند. [آنان،] غذاهای رنگارنگ می‌خورند، لباس رنگارنگ می‌پوشند، بر مرکب‌های گونه‌گون سوار می‌شوند و در سخن گفتن نیز پُرچانگی می‌کنند.

۱۲۲۳. امام علی علیه السلام: غذاهای رنگارنگ، شکم را بزرگ و سرین را سست می‌کند.

۳/۴

زبان مای طاهری پُرخوری

الف - انواع ناتن‌درستی‌ها

۱۲۲۴. امام علی علیه السلام: هر کس در دل خود، درخت علاقه به انواع غذاها را بکارد، میوه گونه‌های ناتن‌درستی را می‌چیند.

۱۲۲۵. امام علی علیه السلام: اعتیاد به سیری، انواع دردها را به همراه می‌آورد.

۱۲۲۶. امام علی علیه السلام: اندک‌اندکسانی که به فراوانی، غذای افزون بر نیاز خورده باشند و ناتن‌درستی‌ها همدمشان نشده باشد.

۱۲۲۷. امام علی علیه السلام: سیری، بیماری‌ها را افزون می‌سازد.

۱۲۲۸. امام علی علیه السلام: از اعتیاد به سیری حذر کن؛ چرا که ناتن‌درستی‌ها را تحریک می‌کند و بیماری‌ها را برمی‌انگیزد.

۱۲۲۹. عنه عليه السلام : قَلَّ مَنْ أَكْثَرَ مِنَ الطَّعَامِ فَلَمْ يَسْقُمْ.^۱

۱۲۳۰. عنه عليه السلام : كَمْ مِنْ أَكَلَةٍ مَنَعَتْ أَكْلَاتٍ.^۲

۱۲۳۱. عنه عليه السلام : كُلُّ دَاءٍ مِنَ التُّخَمَةِ مَا خَلَا الْحُمَى؛ فَإِنَّهَا تَرُدُّ وَرُوداً.^۳

ب - ضَعْفُ الصَّحَّةِ

۱۲۳۲. الإمام علي عليه السلام : مَنْ كَثُرَ أَكْلُهُ قَلَّتْ صِحَّتُهُ، وَثَقُلَتْ عَلَى نَفْسِهِ مُؤَنَّتُهُ.^۴

۱۲۳۳. عنه عليه السلام : لَا صِحَّةَ مَعَ النَّهَمِ.^۵

۱۲۳۴. عنه عليه السلام : لَا تَجْتَمِعُ الصَّحَّةُ وَالنَّهَمُ.^۶

۱۲۳۵. الإمام الصادق عليه السلام : فَسَادُ الْجَسَدِ فِي كَثَرَةِ الطَّعَامِ، وَفَسَادُ الزَّرْعِ فِي كَسْبِ الْآثَامِ، وَفَسَادُ الْمَعْرِفَةِ فِي تَرْكِ الصَّلَاةِ عَلَى خَيْرِ الْأَنَامِ.^۷

مرکز تحقیقات کتب و منابع اسلامی

ج - الذَّفَرُ

۱۲۳۶. الإمام علي عليه السلام : كَثَرَةُ الْأَكْلِ تُذْفِرُ.^۸

۱. غرر الحكم، ح ۶۷۴۹، عیون الحكم والمواظ، ص ۳۷۱، ح ۶۲۶۱.

۲. نهج البلاغة، الحکمة ۱۷۱، خصائص الأئمة عليهم السلام، ص ۱۱۰، غرر الحكم، ح ۶۹۳۳، بحار الأنوار، ج ۷۳، ص ۱۶۶، ح ۲۹.

۳. الکافی، ج ۶، ص ۲۶۹، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۲، ح ۱۷۱۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۶، ح ۲۹.

۴. غرر الحكم، ح ۸۹۰۳، عیون الحكم والمواظ، ص ۴۲۴، ح ۷۵۰۰.

۵. مائة كلمة للجاحظ، ص ۳۲، ح ۱۶، ينابيع المودة، ج ۲، ص ۴۱۳، ح ۱۰۳، الدعوات، ص ۷۷، ح ۱۸۶، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۶۸، ح ۵۲.

۶. غرر الحكم، ح ۱۰۵۷۰، عیون الحكم والمواظ، ص ۵۳۳، ح ۹۷۳۵.

۷. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۲۱۳، ح ۱۹۶۳۲ نقلاً عن القطب الراوندي في لبّ الباب.

۸. غرر الحكم، ح ۷۱۲۱، عیون الحكم والمواظ، ص ۳۹۰، ح ۶۶۱۲.

۱۲۲۹. امام علی علیه السلام: اندک‌اند کسانی که غذا بسیار خورده باشند و بیمار نشده باشند.

۱۲۳۰. امام علی علیه السلام: چه بسا خوردنی که مانع خوردن‌ها می‌شود!

۱۲۳۱. امام علی علیه السلام: هر بیماری‌ای از پُرخوری است، مگر تب، که ناگاه به بدن درمی‌آید.

ب - کاهش تن‌درستی

۱۲۳۲. امام علی علیه السلام: هر کس خوردنش بسیار شود، تن‌درستی‌اش کاهش می‌یابد و هزینه‌اش بر وی سنگین می‌گردد.

۱۲۳۳. امام علی علیه السلام: با پُرخوری، تن‌درستی‌ای نخواهد بود.

۱۲۳۴. امام علی علیه السلام: تن‌درستی و پُرخوری، با هم گرد نمی‌آیند.

۱۲۳۵. امام صادق علیه السلام: تباهی تن، در فراوانی خوراک است؛ تباهی کِشت، در ارتکاب گناه؛ و تباهی شناخت، در واگذاردن صلوات بر برترین مردمان [یعنی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم].

ج - گندبویی

۱۲۳۶. امام علی علیه السلام: بسیار خوردن، گندبویی می‌آورد.

۴/۴

فَضْلُ النَّهْيِ الْبَاطِنِيَّةِ

أ - فسادُ الورعِ

۱۲۳۷. رسول الله ﷺ: بِئْسَ الْعَوْنُ عَلَى الدِّينِ: قَلْبٌ نَخِيبٌ، وَبَطْنٌ رَغِيبٌ^۱، وَنَعْظٌ شَدِيدٌ^۲.

۱۲۳۸. الإمام عليّ عليه السلام: نِعَمَ عَوْنُ الْمَعَاصِي الشُّبُعُ^۳.

۱۲۳۹. عنه عليه السلام: الشُّبُعُ يُفْسِدُ الْوَرَعَ^۴.

۱۲۴۰. عنه عليه السلام: الشُّبُعُ يُوْرِثُ الْأَشَرَ وَيُفْسِدُ الْوَرَعَ^۵.

۱۲۴۱. عنه عليه السلام: بِئْسَ قَرِينُ الْوَرَعِ الشُّبُعُ^۶.

۱۲۴۲. الإمام الباقر عليه السلام: إِذَا شَبِعَ الْبَطْنُ طَفَى^۷.

ب - فسادُ النفسِ

۱۲۴۳. رسول الله ﷺ: لَا تُمِيتُوا الْقُلُوبَ بِكَثْرَةِ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ؛ فَإِنَّ الْقُلُوبَ تَمُوتُ

۱. الرغيب: الواسع (النهاية، ج ۲، ص ۲۳۷).

۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۶۹، ح ۳ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، المعاسن، ج ۲، ص ۲۳۰، ح ۱۷۰۲ عن النوفلي عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۲۵، ح ۲۰؛ تاريخ دمشق، ج ۴۷، ص ۱۸۷ عن أبي الدرداء نحوه، كنز العمال، ج ۱۶، ص ۲۵۳، ح ۴۴۲۴۴.

۳. غرر الحكم، ح ۹۹۲۲، عيون الحكم والمواعظ، ص ۴۹۳، ح ۹۱۰۶.

۴. غرر الحكم، ح ۶۵۹، عيون الحكم والمواعظ، ص ۲۵، ح ۲۴۹.

۵. غرر الحكم، ح ۱۳۶۴، عيون الحكم والمواعظ، ص ۲۵، ح ۲۴۹ وليس فيه «يورث الأشر».

۶. غرر الحكم، ح ۴۴۰۸، عيون الحكم والمواعظ، ص ۱۹۳، ح ۳۹۷۲.

۷. الكافي، ج ۶، ص ۲۷۰، ح ۱۰ عن أبي عبيدة، المعاسن، ج ۲، ص ۲۳۱، ح ۱۷۰۵ عن الحسين بن مختار عن الإمام الصادق عليه السلام، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۶، ح ۴۲۵۵ عن الإمام الصادق عليه السلام نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۶، ح ۲۳.

۴/۴

زبان های باطنی پُرخوری

الف - تباهی پاکدامنی

۱۲۳۷. پیامبر خدا ﷺ: دل ترسو، شکم سیری ناپذیر و شهوت جنسی شدید، چه بد همدستانی بر ضدّ دین هستند!

۱۲۳۸. امام علی ؑ: پُرخوری، یار مناسبی برای گناهان است.

۱۲۳۹. امام علی ؑ: پُرخوری، پاکدامنی را تباه می کند.

۱۲۴۰. امام علی ؑ: پُرخوری، سرمستی می آورد و پاکدامنی را تباه می سازد.

۱۲۴۱. امام علی ؑ: پُرخوری، بد همدمی برای پاکدامنی است.

۱۲۴۲. امام باقر ؑ: شکم، چون پُر شود، سرکشی می آورد.

ب - تباهی نفس

۱۲۴۳. پیامبر خدا ﷺ: دل ها را با فراوانی خوراک و نوشاک نمیرانید؛ زیرا دل به سان

كَالزُّرْعِ إِذَا كَثُرَ عَلَيْهَا.^۱

۱۲۴۴. عنه عليه السلام: إِيَّاكُمْ وَفُضُولَ الطَّعَامِ؛ فَإِنَّهُ يَسِمُ الْقَلْبَ بِالْقَسْوَةِ، وَيُبْطِئُ بِالْجَوَارِحِ

عَنِ الطَّاعَةِ، وَيُصِمُّ الْهَيْمَ عَنْ سَمَاعِ الْمَوْعِظَةِ.^۲

۱۲۴۵. عنه عليه السلام: مَنْ تَعَوَّدَ كَثْرَةَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ، قَسَا قَلْبُهُ.^۳

۱۲۴۶. الإمام علي عليه السلام: كَثْرَةُ الْأَكْلِ وَالنَّوْمِ تُفْسِدَانِ النَّفْسَ، وَتَجْلِبَانِ الْمَضَرَّةَ.^۴

ج - حِجَابُ الْفِطْنَةِ

۱۲۴۷. الإمام علي عليه السلام: مَنْ زَادَ شِبْعُهُ كَظَّتُهُ الْبِطْنَةُ، مَنْ كَظَّتُهُ الْبِطْنَةُ حَجَبَتْهُ عَنِ الْفِطْنَةِ.^۵

۱۲۴۸. عنه عليه السلام: لَا فِطْنَةَ مَعَ بِطْنَةٍ.^۶

۱۲۴۹. عنه عليه السلام: الْبِطْنَةُ تَحْجُبُ الْفِطْنَةَ.^۷

۱۲۵۰. عنه عليه السلام: لَا تَجْتَمِعُ الْفِطْنَةُ وَالْبِطْنَةُ.^۸



د - ظُلْمَةُ الْقَلْبِ

۱۲۵۱. رسول الله صلى الله عليه وآله: لَا تَشْبَعُوا قَيْطَفًا نَوَّرَ الْمَعْرِفَةَ مِنْ قُلُوبِكُمْ.^۹

۱. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۲۰، ح ۱۰۲۵، جامع الأخبار، ص ۵۱۵، ح ۱۴۵۳، تنبيه الخواطر، ج ۱،

ص ۴۶، روضة الواعظین، ص ۵۰۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۱، ح ۷.

۲. عذة الداعي، ص ۲۹۴، أعلام الدين، ص ۳۳۹، عن أبي هريرة، بحار الأنوار، ج ۷۷، ص ۱۸۲، ح ۱۰ و

ج ۱۰۳، ص ۲۷، ح ۴۰.

۳. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ۵، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۳.

۴. غرر الحكم، ح ۷۱۲۰، عیون الحكم والمواعظ، ص ۳۸۹، ح ۶۵۷۲.

۵. غرر الحكم، ح ۸۴۵۸ و ۸۴۵۹، عیون الحكم والمواعظ، ص ۴۲۰، ح ۷۱۱۷.

۶. غرر الحكم، ح ۱۰۵۲۸، عیون الحكم والمواعظ، ص ۵۳۲، ح ۹۷۰۱.

۷. غرر الحكم، ح ۶۵۲ و ۳۴۵، عیون الحكم والمواعظ، ص ۳۹، ح ۸۷۵.

۸. غرر الحكم، ح ۱۰۵۷۲.

۹. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۲۰، ح ۱۰۲۶، جامع الأخبار، ص ۵۱۵، ح ۱۴۵۲، روضة الواعظین، ص ۵۰۰،

بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۱، ح ۷.

کِشت، اگر آب زیادی بدان رسانده شود، می‌میرد.

۱۲۴۴. پیامبر خدا ﷺ: از زیادی غذا پرهیزید؛ چراکه نشان قساوت بر دل می‌نهد، بدن را در فرمائیبری از خدا گُند می‌کند و اراده‌ها را از شنیدن اندرز نا شنوا می‌سازد.

۱۲۴۵. پیامبر خدا ﷺ: هر کس به پُرخوردن و پُرنوشیدن خو بگیرد، سنگ‌دل می‌شود.

۱۲۴۶. امام علی ؑ: فراوانی خواب و خوراک، نفس را تباه می‌کند و زیان می‌آورد.

ج - پوشیده ماندنِ تیزهوشی

۱۲۴۷. امام علی ؑ: هر کس سیری‌اش افزون شود، شکم‌سیری، او را سنگین می‌سازد و هر کس شکم‌سیری، او را سنگین سازد، میان او و تیزهوشی، پرده می‌افتد.

۱۲۴۸. امام علی ؑ: پُرخوری، با تیزهوشی سازگار نیست.

۱۲۴۹. امام علی ؑ: پُرخوری، حجاب تیزهوشی می‌شود.

۱۲۵۰. امام علی ؑ: پُرخوری و تیزهوشی، با هم گرد نمی‌آیند.

د - ظلمت دل

۱۲۵۱. پیامبر خدا ﷺ: شکم، سیر مدارید، که نور معرفت در دل‌هایتان خاموش می‌شود.

۱۲۵۲. الإمام علي عليه السلام - في الحكم المنسوبة إليه - : كثرة الطعام تُميت القلب، كما تُميت كثرة الماء الزرع.^۱

۱۲۵۳. عنه عليه السلام : إذا ملى البطن من المباح، عمي القلب عن الصلاح.^۲

هـ - فساد الأحلام

۱۲۵۴. الإمام علي عليه السلام : إياك والبطننة؛ فمن لزمها كثرت أسقامه، وفسدت أحلامه.^۳

و - قلة العبادة

۱۲۵۵. الإمام علي عليه السلام : لا يجتمع^۴ الشُّبُع والقيام بالمفترض^۵.

۱۲۵۶. عنه عليه السلام : لا تَطْمَع في ثلاثة مع ثلاثة: في سَهَر اللَّيْلِ مع كثرة الأكل، وفي نور الوجه مع نوم أجمع الليل، وفي الأمان من الدنيا مع صحبة الفساق.^۶

۱۲۵۷. المحاسن عن حفص بن غياث عن الإمام الصادق عليه السلام : ظَهَرَ إبليسُ ليحيى بن زكريا عليه السلام، وإذا عليه معاليق من كل شيء.

فَقَالَ لَهُ يَحْيَى: مَا هَذِهِ الْمَعَالِيقُ يَا إِبْلِيسُ؟

فَقَالَ: هَذِهِ الشَّهَوَاتُ الَّتِي أَصَبْتُهَا مِنْ ابْنِ آدَمَ.

قَالَ: فَهَلْ لِي مِنْهَا شَيْءٌ؟

قَالَ: رُبَّمَا شَبِعْتَ فَتَقَلَّتْكَ عَنِ الصَّلَاةِ وَالذِّكْرِ.

۱. شرح نهج البلاغة، ج ۲۰، ص ۲۲۵، ح ۷۲۳.

۲. غرر الحكم، ح ۴۱۳۹.

۳. غرر الحكم، ح ۲۶۳۹، عيون الحكم والمواعظ، ص ۹۶، ح ۲۲۱۲.

۴. في الطبعة المعتمدة: «لا تجتمع»، والتصويب من طبعة بيروت وطهران وعيون الحكم والمواعظ.

۵. غرر الحكم، ح ۱۰۵۶۸، عيون الحكم والمواعظ، ص ۵۲۳، ح ۹۷۴۰.

۶. مستدرک الوسائل، ج ۶، ص ۳۴۰، ح ۶۹۵۵ نقلاً عن القطب الراوندي في لبّ الباب.

۱۲۵۲. امام علی علیه السلام - در حکمت‌های منسوب به ایشان - : فراوانی خوراک، دل را می‌میراند، چنان که فراوانی آب، کشت را می‌میراند.

۱۲۵۳. امام علی علیه السلام : اگر شکم [حتی] از مباح پُر شود، دل از یافتن راه درست، کور می‌گردد.

ه - آشفتگی خواب‌ها

۱۲۵۴. امام علی علیه السلام : از پُرخوری بپرهیز؛ زیرا هر کس همدم آن شود، ناتن‌درستی‌هایش افزون می‌گردد و خواب‌هایش آشفته می‌شود.

و - کمی عبادت

۱۲۵۵. امام علی علیه السلام : پُرخوری و انجام دادن کارهای واجب، در بر هم، گرد نمی‌آیند.

۱۲۵۶. امام علی علیه السلام : با وجود سه چیز، در سه چیز دیگر، طمع میند: با پُرخوری در شب‌زنده‌داری، با خفتن همه شب در تورانیت سیما، و با همراهی با فاسقان در ایمن بودن از دنیا.

۱۲۵۷. المحاسن - به نقل از حَفْص بن غیاث، از امام صادق علیه السلام - : ابلیس برای یحیی بن زکریا چهره آشکار ساخت و ناگاه یحیی دید که از هر چیزی بر او آویزه‌هایی است. از او پرسید: ای ابلیس! این آویزه‌ها چیست؟
گفت: اینها، هوس‌هایی است که آدمی زاده را بدانها گرفتار ساخته‌ام.

پرسید: آیا از اینها چیزی هم برای من هست؟

گفت: شاید [روزی] سیر شده باشی و در نتیجه، این سیری، تو را از نماز و یاد خدا، سنگین کرده باشد.

قَالَ يَحْيَى: اللَّهُ عَلَيَّ إِلَّا أَمَلًا بَطْنِي مِنْ طَعَامٍ أَبَدًا.

وَقَالَ إِبْلِيسُ: اللَّهُ عَلَيَّ إِلَّا أَنْصَحَ مُسْلِمًا أَبَدًا.

ثُمَّ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ: يَا حَفْصُ، لِلَّهِ عَلَى جَعْفَرٍ وَآلِ جَعْفَرٍ إِلَّا يَمَلُّوْا
بُطُونَهُمْ مِنْ طَعَامٍ أَبَدًا، وَلِلَّهِ عَلَى جَعْفَرٍ وَآلِ جَعْفَرٍ إِلَّا يَعْمَلُوا لِلدُّنْيَا أَبَدًا.^١

١٢٥٨. عِيسَى ﷺ: يَا بَنِي إِسْرَائِيلَ، لَا تُكْثِرُوا الْأَكْلَ؛ فَإِنَّهُ مَنْ أَكْثَرَ الْأَكْلَ أَكْثَرَ النَّوْمَ،
وَمَنْ أَكْثَرَ النَّوْمَ أَقَلَّ الصَّلَاةَ، وَمَنْ أَقَلَّ الصَّلَاةَ كُتِبَ مِنَ الْغَافِلِينَ.^٢

١٢٥٩. حَلِیة الْأَوْلِيَاءِ عَنْ وَهَبِ بْنِ الْوَرْدِ: بَلَّغْنَا أَنَّ الْخَبِيثَ إِبْلِيسَ تَبَدَّى لِیَحْيَى بْنِ
زَكَرِيَّا ﷺ، فَقَالَ لَهُ: إِنِّي أُرِيدُ أَنْ أَنْصَحَكَ.

فَقَالَ: كَذَبْتَ، أَنْتَ لَا تَنْصَحُنِي، وَلَكِنْ أَخْبِرْنِي عَنْ بَنِي آدَمَ.

فَقَالَ: هُمْ عِنْدَنَا عَلَى ثَلَاثَةِ أَصْنَافٍ.

أَمَّا صِنْفٌ مِنْهُمْ: فَهُمْ أَشَدُّ الْأَصْنَافِ عَلَيْنَا، نُقْبِلُ حَتَّى نَفْتِنَهُ وَنُسْتَمَكِنَ
مِنْهُ، ثُمَّ يَفْزَعُ إِلَى الْإِسْتِغْفَارِ وَالتَّوْبَةِ فَيُفْسِدُ عَلَيْنَا كُلَّ شَيْءٍ أَدْرَكْنَا مِنْهُ، ثُمَّ
نَعُودُ لَهُ فَيَعُودُ، فَلَا نَحْنُ نِيَاسُ مِنْهُ، وَلَا نَحْنُ نُدْرِكُ مِنْهُ حَاجَتَنَا، فَنَحْنُ مِنْ
ذَلِكَ فِي عَنَاءٍ.

وَأَمَّا الصَّنْفُ الْآخَرُ: فَهُمْ فِي أَيْدِينَا بِمَنْزِلَةِ الْكُرَّةِ فِي أَيْدِي صَبِيَانِكُمْ
تُلْقِيهِمْ كَيْفَ شِئْنَا، قَدْ كَفَوْنَا أَنْفُسَهُمْ.

وَأَمَّا الصَّنْفُ الْآخَرُ: فَهُمْ مِثْلُكَ مَعْصُومُونَ لَا تَقْدِرُ مِنْهُمْ عَلَى شَيْءٍ.

فَقَالَ لَهُ يَحْيَى: عَلَى ذَلِكَ، هَلْ قَدَرْتَ مِنِّي عَلَى شَيْءٍ؟

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٢، ح ١٦٦٧ عن حفص بن غياث، جامع الأخبار، ص ٥١٥، ح ١٤٥٢ من دون إسنادٍ

إلى المعصوم وليس فيه من «ثُمَّ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ: يَا حَفْصُ...» بحار الأنوار، ج ٦٣، ص ٢١٦، ح ٥٢.

٢. ربيع الأبرار، ج ٢، ص ٦٧٣، شرح نهج البلاغة، ج ١٩، ص ١٨٨؛ تنبيه الخواطر، ج ١، ص ٤٧.

یحیی گفت: با خداوند، عهد می‌بندم که هرگز شکم خویش را از خوراک، پُر نکنم.
ابلیس هم گفت: با خداوند، عهد می‌بندم که هرگز مسلمانی را اندرز ندهم!۱.
امام صادق علیه السلام سپس فرمود: «ای حفص! جعفر و خاندان جعفر را با خدا این
عهد است که هیچ گاه شکم خویش را از خوراک، پُر نکنند و جعفر و خاندان جعفر
را با خدا این عهد است که هرگز برای دنیا کار نکنند»^۱.

۱۲۵۸. عیسی علیه السلام: ای زادگان اسرائیل! فراوان مخورید؛ زیرا هر کس زیاد بخورد، فراوان نیز
می‌خوابد و هر کس فراوان بخوابد، نماز اندک می‌گزارد و هر کس نماز اندک
بگزارد، از غافلان شمرده می‌شود.

۱۲۵۹. حلیۃ الأولیاء - به نقل از وهیب بن وُرد - : به ما خبر رسیده که ابلیس ناپاک، برای
یحیی بن زکریّا آشکار شد و به او گفت: منی خواهم تو را اندرزی بدهم.
یحیی گفت: «دروغ می‌گویی. تو خیر مرا نمی‌خواهی؛ اما به هر روی، درباره
آدمی زاده به من بگو».

گفت: آنان نزد ما سه دسته‌اند:
دسته‌ای از آنان در برابر ما سخت‌ترین هستند. آهنگ یکی از آنان می‌کنیم
و انتظار می‌کشیم تا او را بفربشیم و بر او توان یابیم. سپس به استغفار و توبه
می‌شتابد و همه چیزهایی را که در او به چنگ آورده‌ایم، بر ما تباه می‌سازد. دیگر
بار، به سراغ او می‌رویم و او نیز دیگر بار [به سراغ آمرزش‌خواهی] می‌رود. نه از او
نومید می‌شویم و نه کار خود را با او برمی‌آوریم و از همین روی، در رنجیم.
دسته دیگر، در دستان ما، گردگی را می‌مانند که در دست کودکان است.
آنان را بدان جا که می‌خواهیم، می‌افکنیم و آنان خود، برای ما عهده‌دار خویش
شده‌اند.

اما دسته دیگر، همانند تو معصوم‌اند و ما به هیچ خواسته‌ای درباره آنان
توان نمی‌یابیم.

یحیی به او گفت: «بدین سان، آیا درباره من به چیزی توانایی یافته‌ای؟».

۱. عبارت «امام صادق علیه السلام سپس فرمود: ای حفص! ...» به بعد، نیامده است.

قَالَ: لَا، إِلَّا مَرَّةً وَاحِدَةً؛ فَإِنَّكَ قَدَّمْتَ طَعَاماً تَأْكُلُهُ فَلَمْ أَزَلْ أَشْهِيهِ إِلَيْكَ حَتَّى أَكَلْتُ أَكْثَرَ مِمَّا تُرِيدُ، فَنِمْتُ تِلْكَ اللَّيْلَةَ وَلَمْ تَقُمْ إِلَى الصَّلَاةِ كَمَا كُنْتَ تَقُومُ إِلَيْهَا.

قَالَ: فَقَالَ لَهُ يَحْيَى: لَا جَرَمَ، لَا شَيْعَتْ مِنْ طَعَامٍ أَبَدًا حَتَّى أَمُوتَ.
فَقَالَ لَهُ الْخَبِيثُ: لَا جَرَمَ، لَا نَصَحْتُ أَدَمِيًّا بَعْدَكَ.^١

ز - البُعْدُ مِنَ اللَّهِ

١٢٦٠. رسول الله ﷺ: نَوْرُ الْحِكْمَةِ الْجَوْعُ، وَالتَّبَاعُدُ مِنَ اللَّهِ الشَّبَعُ.^٢

١٢٦١. عنه ﷺ: لَيْسَ شَيْءٌ أَبْغَضَ إِلَى اللَّهِ مِنْ بَطْنٍ مَلَانٍ.^٣

١٢٦٢. عنه ﷺ: أَبْغَضُكُمْ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى كُلُّ نَوْمٍ وَأَكُولٍ وَشَرُوبٍ.^٤

١٢٦٣. عنه ﷺ: إِنَّ اللَّهَ يَبْغِضُ الْآكِلَ فَوْقَ شَبْعِهِ، وَالْغَافِلَ عَنِ طَاعَةِ رَبِّهِ، وَالتَّارِكَ سُنَّةَ نَبِيِّهِ، وَالْمُخْفِرَ ذِمَّتَهُ، وَالْمُبْغِضَ عِثْرَةَ نَبِيِّهِ، وَالْمُؤْذِيَ جِيرَانَهُ.^٥

١٢٦٤. عنه ﷺ: جَاءَنِي جَبْرَائِيلُ فِي سَاعَةٍ لَمْ يَكُنْ يَأْتِينِي فِيهَا، وَفِي يَوْمٍ لَمْ يَكُنْ يَأْتِينِي فِيهِ.

١. حلية الأولياء، ج ٨، ص ١٤٨، تاريخ دمشق، ج ٦٤، ص ٢٠٥، حياة الحيوان الكبرى، ج ١، ص ٢٦٥ نحوه

وليس فيه من «فقال له يحيى: على ذلك...»: بحار الأنوار، ج ٦٣، ص ٢٦٥، ح ١٥٠.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٢٠، ح ١٠٢٤، جامع الأخبار، ص ٥١٥، ح ١٤٥٢، روضة الواعظين، ص ٥٠٠،

بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣١، ح ٧، الفردوس، ج ٤، ص ٢٤٧، ح ٦٧٣٠ عن أبي هريرة.

٣. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٣٦، ح ٨٩ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ١٠٩،

ح ٦٦ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٣، ح ١٤.

٤. تنبيه الخواطر، ج ١، ص ١٠٠.

٥. كنز العمال، ج ١٦، ص ٨٧، ح ٤٤٠٢٩ نقلاً عن الديلمي عن أبي هريرة.

گفت: نه، مگر یک بار: تو غذایی پیش روی نهاده بودی تا آن را بخوری. من پیوسته آن را نزد تو دوست‌داشتنی ساختم، تا بیش از آنچه می‌خواستی، از آن خوردی. آن شب، خفتی و بر خلاف هر شب، برای نماز برنخاستی.

یحیی به او گفت: «قطعاً از این پس، تا زنده‌ام، هیچ گاه شکم از غذایی، سیر نمی‌کنم».

ابلیس هم گفت: قطعاً پس از تو، هیچ گاه آدمی زاده دیگری را اندرز نمی‌دهم.

ز - دوری از خداوند

۱۲۶۰. پیامبر خدا ﷺ: گرسنگی، نور حکمت است و سیری، [مایه] دوری از خداوند.

۱۲۶۱. پیامبر خدا ﷺ: در پیشگاه خداوند، هیچ چیز منفورتر از شکمی که پُر باشد، نیست.

۱۲۶۲. پیامبر خدا ﷺ: منفورترین شما در پیشگاه خداوند متعال، هر پُرخواب پرخور پُرنوش است.

۱۲۶۳. پیامبر خدا ﷺ: خداوند ﷻ آن را که فراتر از سیری می‌خورد، آن را که طاعت پروردگار خویش را می‌گذارد، آن را که سنت پیامبر ﷺ را می‌نهد، آن را که به پیمان خویش پشت پا می‌زند، آن را که خاندان پیامبر ﷺ را دشمن می‌دارد و آن را که همسایگان خویش را آزارد، دشمن می‌دارد.

۱۲۶۴. پیامبر خدا ﷺ: [یک بار]، جبرئیل، در ساعت و روزی که پیش‌تر در آن نمی‌آمد، نزد من آمد.

فَقُلْتُ لَهُ: يَا جَبْرَائِيلُ، لَقَدْ جِئْتَنِي فِي سَاعَةٍ وَيَوْمٍ لَمْ تَكُنْ تَأْتِينِي فِيهِمَا،
لَقَدْ أُرْعَبْتَنِي؟!

قَالَ: وَمَا يُرَوِّعُكَ يَا مُحَمَّدُ، وَقَدْ غَفَرَ اللَّهُ لَكَ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِكَ وَمَا تَأَخَّرَ؟
قَالَ: بِمَاذَا بَعَثَكَ رَبُّكَ؟

قَالَ: يَنْهَاكَ رَبُّكَ عَنْ عِبَادَةِ الْأَوْثَانِ، وَشُرْبِ الْخُمُورِ، وَمُلاحَاةِ الرِّجَالِ،
وَأُخْرَى هِيَ لِلْآخِرَةِ وَالْأُولَى، يَقُولُ لَكَ رَبُّكَ: يَا مُحَمَّدُ، مَا أَبْغَضْتُ وَعَاءً قَطُّ
كَبَغْضِي بَطْنًا مَلَانًا.^١

١٢٦٥. الإمام الباقر عليه السلام: مَا مِنْ شَيْءٍ أَبْغَضُ إِلَى اللَّهِ ﷻ مِنْ بَطْنٍ مَمْلُوءٍ.^٢

١٢٦٦. الإمام الصادق عليه السلام: أَبْعَدُ الْخَلْقِ مِنَ اللَّهِ إِذَا مَا امْتَلَأَ بَطْنُهُ.^٣

١٢٦٧. عنه عليه السلام: إِنَّ اللَّهَ ﷻ يُبْغِضُ كَثْرَةَ الْأَكْلِ.^٤

١٢٦٨. عنه عليه السلام: إِنَّ الْبَطْنَ لَيَطْغَى مِنْ أَكْلِهِ، وَأَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنَ
اللَّهِ - جَلُّ وَعَزُّ - إِذَا خَفَّ بَطْنُهُ، وَأَبْغَضُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ إِلَى اللَّهِ ﷻ إِذَا امْتَلَأَ
بَطْنُهُ.^٥

١. الأمالي للمفيد، ص ١٩٢، ح ٢١ عن أبي حفص العطار، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣٢، ح ١٧٠٨ عن أبي جعفر العطار نحوه مختصراً وكلاهما عن الإمام الصادق عن أبيه عن جده عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٨، ح ٣٤.
٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٧٠، ح ١١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣٢، ح ١٧٠٩ كلاهما عن أبي الجارود، جامع الأحاديث للقمي، ص ٢٠١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣١، ح ٥ و ص ٣٣٦، ح ٢٧.
٣. جامع الأحاديث للقمي، ص ٢٠٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣١، ح ٥.
٤. الكافي، ج ٦، ص ٢٦٩، ح ٩، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣١، ح ١٧٠٣ كلاهما عن صالح التليي، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٥، ح ٢١.
٥. الكافي، ج ٦، ص ٢٦٩، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣١، ح ١٧٠٧ وفيه «جاف» بدل «خف» وكلاهما عن أبي بصير، بحار الأنوار، ج ٦، ص ٣٣١، ح ٥ و ص ٣٣٦، ح ٢٥ وراجع: جامع الأحاديث للقمي، ص ١٩٩.

به او گفتم: ای جبرئیل! در ساعت و روزی نزد من آمده‌ای که پیش‌تر نمی‌آمدی! مرا ترساندی!

گفت: «ای محمد! در حالی که خداوند، همه گناهان پیشین و پسین تو را آمرزیده است، چه چیزی تو را می‌ترساند؟». آن‌گاه گفت: «پروردگارت تو را به چه چیز برانگیخته است؟». باز گفت: «پروردگارت تو را از پرستش بتان، نوشیدن می، ناسزاگویی، درگیری با مردمان، و از چیزی دیگر که به دنیا و آخرت مربوط شود، باز می‌دارد. پروردگارت به تو می‌گوید: «ای محمد! هیچ چیز را به اندازه شکم پُر، منفور نداشته‌ام».

۱۲۶۵. امام باقر علیه السلام: نزد خداوند تعالی، هیچ چیزی منفورتر از شکم پُر نیست.

۱۲۶۶. امام صادق علیه السلام: دورترین مردمان از خداوند، کسی است که شکمش پُر باشد.

۱۲۶۷. امام صادق علیه السلام: خداوند تعالی پُر خوری را دشمن می‌دارد.

۱۲۶۸. امام صادق علیه السلام: شکم با خوردن، سرکش می‌شود. نزدیک‌ترین حالت بنده به

خداوند تعالی، هنگامی است که شکمش سبک باشد و دورترین حالت بنده از

خداوند تعالی نیز آن هنگام است که شکمش پُر باشد.

ح - جوع يوم القيامة

١٢٦٩. رسول الله ﷺ : إِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ شَبَعًا فِي الدُّنْيَا، أَطْوَلُهُمْ جوعاً يَوْمَ الْقِيَامَةِ ١.

١٢٧٠. عنه ﷺ : أَطْوَلُكُمْ جُشَاءً فِي الدُّنْيَا، أَطْوَلُكُمْ جوعاً فِي الْآخِرَةِ - أَوْ قَالَ يَوْمَ

الْقِيَامَةِ - ٢.

١٢٧١. الإمام علي عليه السلام : أتى أبو جحيفة النبي ﷺ وهو يتجشأ، فقال :

أَكْفُفْ جُشَاءَكَ، فَإِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ فِي الدُّنْيَا شَبَعًا، أَكْثَرُهُمْ جوعاً يَوْمَ

الْقِيَامَةِ !

قال : فما ملأ أبو جحيفة بطنه من طعام حتى لحق بالله ٣.

١٢٧٢. الأماشي عن عطية بن عامر الجهني : سَمِعْتُ سَلْمَانَ الْفَارِسِيَّ وَقَدْ أَكْرَهَ عَلَى

طَعَامٍ، فَقَالَ : حَسْبِي، إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ :

إِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ شَبَعًا فِي الدُّنْيَا، أَكْثَرُهُمْ جوعاً فِي الْآخِرَةِ، يَا سَلْمَانُ،

١. سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١١١٢، ح ٣٣٥١، المستدرک علی الصحیحین، ج ٣، ص ٦٩٩، ح ٦٥٢٥ كلاهما

عن سلمان، سنن الترمذي، ج ٤، ص ٦٢٩، ح ٢٤٧٨ عن ابن عمر وكلاهما نحوه، كنز العمال، ج ٣، ص ١٩٨، ح ٦١٥٥.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٦٩، ح ٥، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ٩٢، ح ٣٩٥ كلاهما عن السكوني عن الإمام

الصادق عليه السلام عن أبي ذر، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣٣، ح ١٧١٥ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام عن أبيه عليه السلام عن أبي ذر، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣١٥، ح ١٠٠٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٩، ح ٣ و ٧٦، ص ٥٧، ح ٤.

٣. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٣٨، ح ١١٣ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٣٢،

ح ١٣٠ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، روضة الواعظين، ص ٥٠٠ وليس فيه «فما ملأ أبو جحيفة...» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٦٦، ح ٣٣٢، ح ١٢، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ١٣٥، ح ٧١٤٠،

شعب الإيمان، ج ٥، ص ٢٦، ح ٥٦٤٣، التاريخ الكبير (كتاب الكنى)، ج ٨، ص ٣١، ح ٢٦٩، المعجم الكبير،

ج ٢٢، ص ١٢٧، ح ٣٢٧ كلها نحوه، كنز العمال، ج ٣، ص ٢٠٠، ح ٦١٦٢.

ح - گرسنگی در روز قیامت

۱۲۶۹. پیامبر خدا ﷺ: آن که در دنیا از همه سیرتر است، در روز قیامت از همه بیشتر گرسنگی می کشد.

۱۲۷۰. الکافی: پیامبر خدا فرمود: «آن که در دنیا بیشتر از دیگران [از پُرخوری] آروغ می زند، در آخرت» - یا فرمود «در روز قیامت» - «از همه بیشتر گرسنگی می کشد».

۱۲۷۱. امام علی علیه السلام: ابو جَحیفه، در حالی که آروغ می زد، نزد پیامبر ﷺ آمد. پیامبر ﷺ فرمود: «جلوی آروغ خود را بگیر. سیرترین مردم در دنیا، گرسنه ترینشان در روز قیامت هستند».

ابو جَحیفه، از آن پس تا هنگامی که به دیدار پروردگار شتافت، هیچ گاه شکم خویش را پُر نکرد.

۱۲۷۲. الأُمالی - به نقل از عطیة بن عامر جُهَنی - : از سلمان فارسی، در حالی که او را به غذا خوردن واداشته بودند، شنیدم که گفت: مرا بس است! از پیامبر خدا شنیدم که می فرمود: «سیرترین مردم در دنیا، گرسنه ترین آنان در

الدُّنْيَا سِجْنُ الْمُؤْمِنِ وَجَنَّةُ الْكَافِرِ^١.

١٢٧٣. الإمام الصادق عليه السلام: سَمِعَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ رَجُلًا يَتَجَشَّأُ، فَقَالَ:

يَا عَبْدَ اللَّهِ قَصِّرْ مِنْ جُشَائِكَ، فَإِنَّ أَطْوَلَ النَّاسِ جَوْعاً يَوْمَ الْقِيَامَةِ،
أَكْثَرُهُمْ شَبَعاً فِي الدُّنْيَا!^٢

٥/٤

جَوَامِعُ مَضَارِّ الْبِطْنَةِ

١٢٧٤. رسول الله ﷺ: إِيَّاكُمْ وَالْبِطْنَةَ؛ فَإِنَّهَا مَفْسَدَةٌ لِلْبَدَنِ، وَمَوْرَثَةٌ لِلسَّقَمِ، وَمَكْسَلَةٌ
لِلْعِبَادَةِ^٣.

١٢٧٥. الإمام علي عليه السلام: إِيَّاكُمْ وَالْبِطْنَةَ؛ فَإِنَّهَا مَقْسَاةٌ لِلْقَلْبِ، مَكْسَلَةٌ عَنِ الصَّلَاةِ، مَفْسَدَةٌ
لِلْجَسَدِ^٤.

١٢٧٦. عنه عليه السلام: - فِي الْحِكْمِ الْمَنْسُوبَةِ إِلَيْهِ -: مَنْ شَبِعَ عَوْقِبَ فِي الْحَالِ ثَلَاثَ
عُقُوبَاتٍ: يُلْقَى الْغَطَاءُ عَلَى قَلْبِهِ، وَالتُّعَاسُ عَلَى عَيْنِهِ، وَالْكَسَلُ عَلَى
بَدَنِهِ^٥.

١. الأُمَالِي لِلطُّوسِي، ص ٣٤٦، ح ٧١٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ١٢ و ج ٧٣، ص ٩٩، ح ٨٤: المعجم الكبير، ج ٦، ص ٢٣٦، ح ٦٠٨٧ عن زيد بن وهب و ص ٢٦٩، ح ٦١٨٣ عن عامر بن عطية، شعب الإيمان، ج ٥، ص ٢٧، ح ٥٦٤٥ عن عقبة بن عامر وكلها نحوه، حلية الأولياء، ج ١، ص ١٩٨ وفيه «أطولهم» بدل «أكثرهم»، كنز العمال، ج ١٣، ص ٤٢٤، ح ٣٧١٢٦ نقلاً عن العسكري في الأمثال.
٢. المحاسن، ج ٢، ص ٢٣٣، ح ١٧١٦ عن السكوني، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٩، ح ٢.
٣. الدعوات، ص ٧٢، ح ١٧٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٨، ح ٢٥ و ج ٦٢، ص ٢٦٦، ح ٤١.
٤. غرر الحكم، ح ٢٧٤٢، عيون الحكم والمواعظ، ص ١٠١، ح ٢٣٠٥.
٥. شرح نهج البلاغة، ج ٢٠، ص ٣٢٠، ح ٦٧٤.

آخرت هستند. ای سلمان! دنیا زندان مؤمن و بهشت کافر است.

۱۲۷۳. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا، صدای آروغ مردی را شنید. فرمود: «ای بنده خدا! آروغ را کوتاه کن؛ زیرا کسانی که در روز قیامت، بیشترین گرسنگی را می‌کشند، آنانی هستند که در دنیا سیرترین مردم بوده‌اند».

۵/۴

مجموعه‌ای از زیان‌های پُرخوری

۱۲۷۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: از شکم‌سیری حذر کنید؛ چرا که مایهٔ تباهی تن، به بار آمدن بیماری و سستی در عبادت است.

۱۲۷۵. امام علی علیه السلام: از شکم‌سیری حذر کنید؛ چرا که مایهٔ قساوت دل، سستی در نماز و تباهی تن است.

۱۲۷۶. امام علی علیه السلام: در حکمت‌های منسوب به ایشان: هر که سیر شود، در همان دم، سه کیفر (مجازات) می‌بیند: بر قلب او پرده افکنده می‌شود، بر چشمش خواب‌آلودگی می‌افتد و بر بدنش سستی چیره می‌گردد.

١٢٧٧. لقمان عليه السلام - لابنه - : يا بُنَيَّ، إِذَا امْتَلَأْتَ الْمَعِدَةَ نَامَتِ الْفِكْرَةُ، وَخَرَسَتِ الْحِكْمَةُ، وَقَعَدَتِ الْأَعْضَاءُ عَنِ الْعِبَادَةِ.^١

١٢٧٨. مصباح الشريعة : قَالَ الصَّادِقُ عليه السلام : كَثْرَةُ النَّوْمِ يَتَوَلَّدُ مِنْ كَثْرَةِ الشُّرْبِ، وَكَثْرَةُ الشُّرْبِ مِنْ كَثْرَةِ الشَّبَعِ؛ وَهُمَا يُثْقِلَانِ النَّفْسَ عَنِ الطَّاعَةِ، وَيُقْسِيَانِ الْقَلْبَ عَنِ التَّفَكُّرِ وَالْخُضُوعِ.^٢

١٢٧٩. مصباح الشريعة : قَالَ الصَّادِقُ عليه السلام : لَيْسَ شَيْءٌ أَضَرَّ عَلَى قَلْبِ الْمُؤْمِنِ مِنْ كَثْرَةِ الْأَكْلِ، وَهِيَ مَوْرِثَةُ لِشَيْئَيْنِ : فَسُوءَ الْقَلْبِ، وَهَيْجَانِ الشَّهْوَةِ.^٣



١٢٨٠. رسول الله صلى الله عليه وآله : الْأَكْلُ عَلَى الشَّبَعِ يُوْرِثُ الْبَرَصَ.^٤

١٢٨١. الدعوات : رُوِيَ : الدَّاءُ الدَّوِيُّ إِدْخَالُ الطَّعَامِ عَلَى الطَّعَامِ.^٥

راجع: ج ٢، ص ٩٨ (اجتناب الأكل على الشبع).

١. تنبيه الخواطر، ج ١، ص ١٠٢، جامع الأخبار، ص ٥١٦، ح ١٤٥٦.

٢. مصباح الشريعة، ص ٢٥٣، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ١٨٩، ح ١٨.

٣. مصباح الشريعة، ص ٢٣٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣٧، ح ٣٣.

٤. الأمالي للصدوق، ص ٦٣٦، ح ٨٥٤ عن عبد الحميد بن عواض الطائفي عن الإمام الكاظم عن أبياته عليه السلام،

الكاظمي، ج ٦، ص ٢٦٩، ح ٧، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ٩٣، ح ٣٩٩، المحاسن، ج ٢، ص ٢٣٢، ح ١٧١٠

كلها عن عبد الله بن سنان عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٣١، ح ٨.

٥. الدعوات، ص ٨١، ح ٢٠٢، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٦٩، ح ٥٩، ج ٦٦، ص ٤١٢، ح ٩.

۱۲۷۷. لقمان علیه السلام - خطاب به پسرش - : پسرم! اگر معده پُر شود، اندیشه خواب می‌رود، حکمت لال می‌شود و اندام‌ها از عبادت فرو می‌نشینند.

۱۲۷۸. مصباح الشریعة - در حدیثی که به امام صادق علیه السلام منسوب است - : بسیار خفتن، از نوشیدن بسیار، و بسیار نوشیدن، از سیری فراوان، زاده می‌شود و این دو، انسان را نسبت به فرمانبری از خدا سنگین می‌کنند و دل را سخت‌تر از آن می‌کنند که تفکر و خضوع داشته باشد.

۱۲۷۹. مصباح الشریعة - در حدیثی که به امام صادق علیه السلام منسوب است - : برای دل مؤمن، هیچ چیزی زیانبارتر از پُرخوری نیست و آن، دو چیز را پدید می‌آورد: سنگ‌دلی و برانگیختگی شهوت.



زبان مانی خوردن پس از سیری

۱۲۸۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : خوردن پس از سیری، پیسی می‌آورد.

۱۲۸۱. الدعوات: روایت شده که وارد ساختن غذا به معده، در حالی که در آن غذایی دیگر وجود دارد، درد بی‌درمان است.

ر.ک: ج ۲، ص ۹۹ (پرهیز از خوردن پس از سیری).

الفصل الخامس

آدابُ أكلِ الطَّعامِ

١/٥ غَسَلَ الْيَدَيْنِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ

١٢٨٢. رسول الله ﷺ: إِنَّ الْوُضُوءَ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ شِفَاءٌ فِي الْجَسَدِ، وَيُمْنُ فِي الرِّزْقِ.^١

١٢٨٣. عنه ﷺ: الْوُضُوءُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَنْفِي الْفَقْرَ، وَبَعْدَهُ يَنْفِي الْهَمَّ^٢، وَيُصَحِّحُ الْبَصَرَ.^٣

١٢٨٤. الأماشي عن هشام بن سالم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَكْثُرَ خَيْرُ بَيْتِهِ فَلْيَتَوَضَّأْ عِنْدَ حُضُورِ طَعَامِهِ، وَمَنْ تَوَضَّأَ قَبْلَ

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٠١، ح ١٥٩١ عن معاوية بن عمار عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٥٦، ح ١٧.

٢. في الدعوات ومسند الشهاب وبحار الأنوار: «العلم» بدل «الهم». واللمع: طرف من الجنون، وأصله في كلامهم المقارنة للنسيء (بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٦٤).

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٠١، ح ٩٥٠، الدعوات، ص ١٤٢، ح ٣٦٤ وليس فيه «ويصحح البصر»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٦٤، ح ٤٢: مسند الشهاب، ج ١، ص ٢٠٥، ح ٣١٠ عن سهل بن إبراهيم المروزي عن الإمام الكاظم عن آبائه عليه السلام عنه ﷺ.

فصل پنجم آداب غذا خوردن

۱/۵ شستن دست پیش و پس از غذا

۱۲۸۲. پیامبر خدا ﷺ: شستن [دست‌ها]^۱ پیش و پس از غذا، شفایی برای تن و مایهٔ برکت در روزی است.

۱۲۸۳. پیامبر خدا ﷺ: شستن [دست‌ها] پیش از غذا، فقر را دور می‌کند و شستن [دست‌ها] پس از غذا، اندوه^۲ را می‌راند و چشم را سلامت می‌دهد.

۱۲۸۴. الأمالی - به نقل از هشام بن سالم، از امام صادق علیه السلام، از پدرانش علیهم السلام - : پیامبر خدا فرمود: «هر کس از این خرسند می‌شود که خیر و برکت

۱. در متن عربی، واژهٔ «وضوء» به کار رفته است که در اصل، به معنای تمیزی و پاکی است. می‌گوییم: وَضُوْهُ، يَوْضُوْهُ وَضَاءَةً. البته در شرع، «وضوء»، نامی برای «طهارت جستن و آماده شدن برای نماز» شده است و می‌گوییم: تَوَضَّأْتُ (وضو گرفتم). نیز واژهٔ «وضوء» به معنای آبی است که شخص با آن وضو می‌گیرد. در این حدیث، واژهٔ «وضوء» به همان معنای لغوی خود، یعنی پاکیزگی و تمیزی، به کار رفته و کنایه از شستن دست‌هاست (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۳۶۴). همچنین، ر.ک: ح ۱۲۸۴.

۲. در الدعوات، مسند الشهاب و بحار الأنوار، به جای «الهم» (اندوه) واژهٔ «اللمم» آمده که به معنای «نوعی دیوانگی» است. اصل این واژه در زبان عربی، برای دلالت بر «نزدیک شدن یا نزدیک بودن به چیزی» به کار رفته است (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۳۶۴).

الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ عَاشَ فِي سَعَةٍ مِنْ رِزْقِهِ، وَعُوفِيَ مِنَ الْبَلَاءِ فِي جَسَدِهِ.
 قَالَ هِشَامُ بْنُ سَالِمٍ: قَالَ لِي الصَّادِقُ (ع): يَا هِشَامُ بْنُ سَالِمٍ، الْوُضُوءُ
 هَاهُنَا غَسْلُ الْيَدِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ.^١

١٢٨٥. رسول الله (ص): أَلَا لَا يَلُومَنَّ امْرُؤٌ إِلَّا نَفْسَهُ: يَبِيتُ وَفِي يَدَيْهِ رِيحُ عَمْرِ^٢.
 ١٢٨٦. عنه (ص): إِذَا نَامَ أَحَدُكُمْ وَفِي يَدَيْهِ رِيحُ عَمْرِ، فَلَمْ يَغْسِلْ يَدَهُ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلَا
 يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ.^٣

١٢٨٧. عنه (ص): إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ طَعَاماً، فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ مِنْ وَضِيرِ اللَّحْمِ.^٤
 ١٢٨٨. عنه (ص): مَنْ أَكَلَ مِنْ هَذَا اللَّحْمِ شَيْئاً، فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ مِنْ رِيحِ وَضَرِهِ، لَا يُؤْذِي مَنْ
 جِذَاءَهُ.^٥

١٢٨٩. كنز العمال عن ابن عباس: إِنَّ النَّبِيَّ (ص) صَلَّى ذَاتَ يَوْمٍ فَوَجَدَ مِنْ رَجُلٍ رِيحَ
 اللَّحْمِ، فَلَمَّا انْصَرَفَ قَالَ: أَلَا غَسَلْتَ عَنْكَ رِيحَ اللَّحْمِ؟^٦

١٢٩٠. دعائم الإسلام: إِنَّهُ (ص) أَمَرَ بِغَسْلِ الْأَيْدِي بَعْدَ الطَّعَامِ مِنَ الْغَمْرِ، وَقَالَ: إِنَّ

١. الأمالي للطوسي، ص ٥٩٠، ح ١٢٢٥، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ٩٧، ح ٤٢٢٣ عن القذاح عن الإمام
 الصادق (ع)، الكافي، ج ٦، ص ٢٩٠، ح ١ عن ابن القذاح كلاهما نحوه وح ٤ عن السكوني وكلاهما عن الإمام
 الصادق (ع)، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٣٥٨، ح ٢٢٦٤ وفيهما صدره إلى «طعامه» وح ٢٢٦٥
 نحوه، المحاسن، ج ٢، ص ٢٠٠، ح ١٥٨٨ عن ابن القذاح عن الإمام الصادق عن آبائه (ع)، بحار الأنوار،
 ج ٦٦، ص ٣٦٤، ح ٤٠.

٢. سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٠٩٦، ح ٣٢٩٦ عن فاطمة (ع)، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٢، ح ٤٠٧٥٩.
 ٣. سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٠٩٦، ح ٣٢٩٧، مسند ابن حنبل، ج ٣، ص ٢٥١، ح ٥٨٣٩، سنن الترمذي،
 ج ٤، ص ٢٨٩، ح ١٨٥٩ و ١٨٦٠، سنن الدارمي، ج ١، ص ٥٣٧، ح ١٩٩١ وفيه «فعرض له عارض» بدل
 «فأصابه شيء» وكلها عن أبي هريرة وليس فيها «فلم يغسل يده»، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٣، ح ٤٠٧٦٨.
 ٤. كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٤، ح ٤٠٧٧٠ نقلاً عن الكامل في ضعفاء الرجال عن ابن عمر.
 ٥. مسند أبي يعلى، ج ٥، ص ٢٢٦، ح ٥٥٤٢، المعجم الأوسط، ج ٧، ص ١٤٦، ح ٧١١٥ وليس فيه «من
 ريح...» وكلاهما عن سالم عن أبيه، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٧، ح ٤٠٧٨٩.

٦. كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٦٣، ح ٤٠٨٨٧ نقلاً عن شعب الإيمان.

خانه‌اش بسیار باشد، در هنگام آورده شدن غذا وضو بسازد؛ و هر کس پیش و پس از غذا وضو بسازد، در گشایش روزی پزید و از هر بلایی در تن خویش، برکنار باشد».

هشام بن سالم گفت: امام صادق علیه السلام به من فرمود: «ای هشام بن سالم! مقصود از "وضو" در این جا، شستن دست‌ها پیش و پس از غذاست».

۱۲۸۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس که بخوابد و بر دستانش بوی گوشت مانده باشد، جز خویش را نکوهش نکند.

۱۲۸۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر کسی از شما در حالی خوابید که در دستانش بوی گوشت بود و آن را نشست و آن‌گاه عارضه‌ای به وی رسید، مباد جز خویش را نکوهش کند.

۱۲۸۷. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هرگاه کسی از شما غذایی می‌خورد، چربی گوشت را از دستان خویش بشوید.

۱۲۸۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هرگاه کسی از شما غذایی می‌خورد، چربی گوشت را از دست خود بشوید تا کسانی را که با آنان برخورد می‌کند، نیازارد.

۱۲۸۹. کنز العمال - به نقل از ابن عباس - : روزی، پیامبر صلی الله علیه و آله نماز می‌گزارد. در آن هنگام، از مردی بوی گوشت حس کرد. چون نماز را به پایان برد، [به او] فرمود: «چرا بوی گوشت را از خود نشسته‌ای؟».

۱۲۹۰. دعائم الإسلام: پیامبر خدا به شستن چربی دستان پس از غذا امر کرد و فرمود:

الشَّيْطَانُ يَشُمُّهُ.^١

١٢٩١. رسول الله ﷺ: اغسلوا صبيانكم من الغمر؛ فإن الشيطان يشم الغمر فيفرغ الصبي في رقاده، ويتأذى بها الكاتبان.^٢

١٢٩٢. الإمام علي عليه السلام: غسل اليدين قبل الطعام وبعده زيادة في العمر، وإمالة للغمر عن الثياب، ويجلو البصر.^٣

١٢٩٣. عنه عليه السلام: بركة الطعام الوضوء قبله وبعده، والشيطان مولع بالغمر، وإذا أوى أحدكم إلى فراشه، فليغسل يديه من ريح الغمر.^٤

١٢٩٤. الإمام الصادق عليه السلام: اغسلوا أيديكم قبل الطعام وبعده؛ فإنه ينفي الفقر، ويزيد في العمر.^٥

١٢٩٥. الكافي عن سليمان الجعفري: قال أبو الحسن عليه السلام: رُبما أتى بالمائدة فأراد بعض القوم أن يغسل يده، فيقول نعوذ بالله من الشيطان الرجيم.

١. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٢١، ح ٤١١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٥، ح ٤٣.

٢. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٦٩، ح ٢٢٠ عن دارم بن قبيصة بن نهشل بن مجمع النهشلي الصنعاني عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٧٨، ح ١٦٥٢ عن الإمام الرضا عليه السلام عنه عليه السلام، الخصال، ص ٦٢٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم، علل الشرائع، ص ٥٥٧، ح ١ عن أبي بصير وكلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، تحف العقول، ص ١٢١ والثلاثة الأخيرة عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ١٨٨، ح ١٠.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٩٠، ح ٣ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عليه السلام، الخصال، ص ٦١٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم، المحاسن، ج ٢، ص ٢٠١، ح ١٥٨٩ عن أبي بصير وكلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام وفيهما «الرزق» بدل «العمر»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٣، ح ٦ وراجع الدعوات، ص ١٤٢، ح ٢٦٥.

٤. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٢١، ح ٤١٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٥، ح ٤٣.

٥. المحاسن، ج ٢، ص ٢٠٢، ح ١٥٩٤، الدعوات، ص ١٤٢، ح ٢٦٥ عن الإمام علي عليه السلام وفيه «غسل اليدين قبل الطعام وبعده زيادة في الرزق ويجلو البصر ويذهبان الفقر»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٦، ح ٢٠.

«شیطان، این چربی باقی مانده را بو می کشد».

۱۲۹۱. پیامبر خدا ﷺ: چربی غذا را از [دستان] کودکان بشوید؛ چرا که شیطان، این چربی باقی مانده را بو می کشد و کودک در خواب از او می ترسد و دو فرشته کاتب اعمال نیز آزار می بینند.

۱۲۹۲. امام علی علیه السلام: شستن دست ها پیش و پس از غذا، موجب فزون شدن عمر است و سبب زدودن چربی از جامه هاست و دیده را نیز جلا می دهد.^۱

۱۲۹۳. امام علی علیه السلام: برکت غذا، وضو ساختن (شستن دست ها) پیش و پس از آن است. شیطان، بسیار علاقه مند به چربی گوشت است. هرگاه کسی از شما به بستر می رود، باید که بوی چربی گوشت را از دستان خویش بشوید.

۱۲۹۴. امام صادق علیه السلام: دست های تان را پیش و پس از غذا بشوید؛ چرا که فقر را می برد و بر عمر می افزاید.^۲

۱۲۹۵. الکافی - به نقل از سلیمان جعفری -: امام کاظم علیه السلام فرمود: «شاید سفره های بگسترند و در این میان، یکی بخواهد دست خود را بشوید. مناسب است [میزبان، جهت آسودگی خاطر میهمانان] بگوید: هر کس دستانش تمیز است، اشکال ندارد بدون شستن دستان، غذا بخورد».

۱. در الخصال والمحاسن، به جای «عمر»، واژه «روزی» آمده است.

۲. در الدعوات از امام علی علیه السلام چنین آمده است: «شستن دستان پیش و پس از غذا، موجب فزونی روزی است، دیده را جلا می دهد و فقر را از میان می برد».

مَنْ كَانَتْ يَدُهُ نَظِيفَةً فَلَا بَأْسَ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ غَيْرِ أَنْ يَغْسِلَ يَدَهُ.^۱

۲/۵

وَضَعُ الْبَقْلَ عَلَى الْمَائِدَةِ

۱۲۹۶. رسول الله ﷺ: زَيَّنُوا مَوَائِدَكُمْ بِالْبَقْلِ؛ فَإِنَّهَا مَطْرَدَةٌ لِلشَّيَاطِينِ مَعَ التَّسْمِيَةِ.^۲

۱۲۹۷. الإمام الصادق عليه السلام: لِكُلِّ شَيْءٍ حِلْيَةٌ، وَحِلْيَةُ الْخَوَانِ الْبَقْلُ.^۳

۱۲۹۸. الكافي عن حنان: كُنْتُ مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَلَى الْمَائِدَةِ، فَمَالَ عَلَى الْبَقْلِ وَامْتَنَعْتُ أَنَا مِنْهُ لِعِلَّةٍ كَانَتْ بِي، فَالْتَفَتَ إِلَيَّ فَقَالَ:

يَا حَنَانُ، أَمَا عَلِمْتَ أَنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام لَمْ يُؤْتَ بِطَبَقٍ إِلَّا وَعَلَيْهِ بَقْلٌ؟

قُلْتُ: وَلِمَ جُعِلَتْ فِدَاكَ؟!

فَقَالَ: لِأَنَّ قُلُوبَ الْمُؤْمِنِينَ خَضِرَةٌ، وَهِيَ تَجَنُّ إِلَى أَشْكَالِهَا.^۴

۱۲۹۹. الكافي عن موفق المدني عن أبيه عن جده: بَعَثَ إِلَيَّ الْمَاضِي عليه السلام يَوْمًا

فَأَجْلَسَنِي لِلْغَدَاءِ، فَلَمَّا جَاؤُوا بِالْمَائِدَةِ لَمْ يَكُنْ عَلَيْهَا بَقْلٌ فَأَمَسَكَ يَدَهُ، ثُمَّ

قَالَ لِلْغُلَامِ:

۱. الكافي، ج ۶، ص ۲۹۸، ح ۱۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۰۶، ح ۱۶۱۱ وزاد فيه «فلما يغسلها» بعد «نظيفة»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۵۹، ح ۳۰.

۲. طب النبي ﷺ، ص ۱۱، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۲، ح ۱۲۷۸ وفيه «في الحديث: خَضَرُوا...»، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۳۰۰، ج ۶۶، ص ۱۹۹، ح ۳، الفردوس، ج ۲، ص ۲۹۲، ح ۳۳۳۳ عن أبي أمانة، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۴۶، ح ۴۰۷۸۱.

۳. الأمل للطوسي، ص ۳۰۴، ح ۶۰۶ عن أبي قتادة، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۲، ح ۱۲۸۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۹، ح ۱.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۲، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۳۰۹، ح ۲۰۳۱ وزاد فيه «والفطور» بعد «بطبق»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۹، ح ۴.

۲/۵

گذاردن سبزی در سفره

۱۲۹۶. پیامبر خدا ﷺ: سفره‌هایتان را به سبزی آذین کنید؛ زیرا آن، همراه با گفتن بسم الله، شیطان را می‌راند.

۱۲۹۷. امام صادق ﷺ: هر چیز را زیوری است و زیور سفره، سبزی است.

۱۲۹۸. الکافی - به نقل از حنان -: با امام صادق ﷺ بر سر سفره‌ای نشسته بودم. ایشان دست به سوی سبزی دراز کرد، در حالی که من به دلیل بیماری‌ای که داشتم، از آن پرهیز نمودم.

امام ﷺ به من رو کرد و فرمود: «ای حنان! مگر نمی‌دانی نزد امیر مؤمنان ﷺ هیچ طبّقی^۱ آورده نمی‌شد، مگر این که سبزی هم داشت؟»
گفتم: فدایت شوم! چرا؟

فرمود: «زیرا دل‌های مؤمنان، سبز است^۲ و به همانند خویش، میل دارد».

۱۲۹۹. الکافی - به نقل از موفق مدینی، از پدرش، از جدش -: روزی، امام کاظم ﷺ در پی من فرستاد و مرا برای غذا خوردن نزد خود نگه داشت. چون سفره آوردند، در آن سبزی نبود. امام ﷺ دست برداشت و سپس به غلام فرمود:

۱. طَبَّق، مُعَرَّب است. اصلش تَبوک و فارسی است: ظرفی که می‌خورند بر آن. (ر.ک: لغت‌نامه دهخدا).

۲. علامه مجلسی در این باره می‌نویسد: سبز است، یعنی توراتی است به نوری سبز، و از همین روی، به همانند خویش می‌گردد؛ یا این عبارت، کنایه از آن است که دل‌های مؤمنان به حکمت‌ها و معارف، آباد است و این سرسبزی معنوی را با سبز بودن دل، مناسبتی است که ما به آن ناآگاهیم؛ یا معنای این عبارت، آن است که چون دل‌های مؤمنان به کشتزارهای حکمت، سرسبز شده است، به آنچه در آن جنبه‌ای از حُسن و سودمندی وجود دارد، تمایل می‌یابد و سبزی هم یکی از همین چیزهاست» (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۰۰).

أما عَلِمْتَ أَنِّي لَا آكُلُ عَلَى مَائِدَةٍ لَيْسَ فِيهَا خُضْرَةٌ، فَأَتَنِي بِالْخُضْرَةِ.
قَالَ: فَذَهَبَ الْغُلَامُ فَجَاءَ بِالْبَقْلِ فَأَلْقَاهُ عَلَى الْمَائِدَةِ، فَمَدَّ يَدَهُ ۖ حَسِبْتَنِي
وَأَكُلُ.^۱

۳/۵

خَلْعُ النَّعَالِ

۱۳۰۰. رسول الله ﷺ: إِخْلَعُوا نِعَالَكُمْ عِنْدَ الطَّعَامِ؛ فَإِنَّهَا سُنَّةٌ جَمِيلَةٌ.^۲
۱۳۰۱. عنه ﷺ: إِذَا وَضَعَ الطَّعَامُ فَاخْلَعُوا نِعَالَكُمْ؛ فَإِنَّهُ أَرْوَحُ لِأَقْدَامِكُمْ.^۳
۱۳۰۲. عنه ﷺ: إِذَا قُرَّبَ لِأَحَدِكُمْ طَعَامُهُ وَفِي رِجْلَيْهِ نَعْلَانِ، فَلْيَنْزِعْ نَعْلَيْهِ؛ فَإِنَّهُ أَرْوَحُ
لِلْقَدَمَيْنِ، وَهُوَ مِنَ السُّنَّةِ.^۴



۱۳۰۳. رسول الله ﷺ: كُلُّ طَعَامٍ لَا يُذَكَّرُ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ، فَإِنَّمَا هُوَ دَاءٌ وَلَا بَرَكَةَ فِيهِ.^۵

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۲، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۰۹، ح ۲۰۳۰ وفيه «وحبسنی» بدل «فأجلسنی»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۹، ح ۲ و ص ۴۲۵، ح ۴۴.
۲. المستدرک علی الصحیحین، ج ۳، ص ۳۹۵، ح ۵۴۹۶ عن أنس، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۳۵، ح ۴۰۷۲۵؛ المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۵، ح ۱۷۲۲ عن النوفلي بإسناده، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۷۰، ح ۸۱۷ وفيه «إذا أكلتم فاخلعوا نعالكم فإنه أروح للقدمين و...»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۹، ح ۲۹.
۳. سنن الدارمی، ج ۱، ص ۵۴۲، ح ۲۰۰۷، المستدرک علی الصحیحین، ج ۴، ص ۱۳۳، ح ۷۱۲۹ وفيه «لأبدانکم» بدل «لأقدامکم»، المعجم الأوسط، ج ۳، ص ۲۹۵، ح ۳۲۰۲ وفيهما «أكلتم» بدل «وضع الطعام» وكلها عن أنس، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۳۵، ح ۴۰۷۲۸؛ الأمالي للطوسي، ص ۳۱۱، ح ۶۳۲ وفيه «أكلتم» بدل «وضع» عن أنس، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۶، ح ۱۷.
۴. مسند أبي يعلى، ج ۴، ص ۱۷۹، ح ۴۱۷۲ عن أنس، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۳۵، ح ۴۰۷۲۷.
۵. تاريخ دمشق، ج ۶۰، ص ۳۲۵ عن عقبة بن عامر، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۲۸، ح ۴۰۷۴۱.

«مگر نمی‌دانی که من از سفره‌ای که در آن سبزی نباشد، نمی‌خورم؟ برایم سبزی بیاور».

آن غلام رفت و سبزی آورد و بر سفره نهاد. پس، امام علیه السلام دست به سفره گشود و خورد.

۳/۵ در آوردن کفش

۱۳۰۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: به هنگام غذا، کفش‌هایتان را درآورید؛ چرا که این، رفتاری زیباست.

۱۳۰۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: چون غذا نهاده می‌شود، کفش‌های خویش را درآورید؛ زیرا این کار، موجب آسایش بیشتر پاهایتان است.^۱

۱۳۰۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: چون غذای کسی را نزد وی آوردند و کفش به پا داشت، کفش را از پای درآورد؛ چرا که این کار، موجب آسایش بیشتر پاهاست و آن، از سنت [پیامبر صلی الله علیه و آله] است.

۴/۵ بر زبان آوردن نام خدا

۱۳۰۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر غذایی که بر آن نام خدا برده نشود، درد است و هیچ برکتی در آن نیست.

۱. در المستدرک علی الصحیحین، به جای «پاهایتان»، واژه «بدن‌هایتان» آمده است.

١٣٠٤. الإمام علي عليه السلام - في وجيبه لكميل -: إذا أكلت الطعام فسم باسم الذي لا يضر مع اسمه داء، وفيه شفاء من كل الأسواء^١.

١٣٠٥. عنه عليه السلام - لابنه الحسن عليه السلام -: يا بُنَيَّ لا تَطْعَمَنَّ لُقْمَةً مِنْ حَارٍّ وَلَا بَارِدٍ، وَلَا تَشْرَبَنَّ شَرْبَةً وَلَا جُرْعَةً إِلَّا وَأَنْتَ تَقُولُ قَبْلَ أَنْ تَأْكُلَهُ وَقَبْلَ أَنْ تَشْرَبَهُ.

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فِي أَكْلِي وَشُرْبِي السَّلَامَةَ مِنْ وَعْكِهِ، وَالْقُوَّةَ بِهِ عَلَى طَاعَتِكَ وَذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ فِيمَا بَقِيَّتُهُ فِي بَدَنِي، وَأَنْ تُشَجِّعَنِي بِقُوَّتِهَا عَلَى عِبَادَتِكَ، وَأَنْ تُلْهِمَنِي حُسْنَ التَّخَرُّزِ مِنْ مَعْصِيَتِكَ».

فَإِنَّكَ إِنْ فَعَلْتَ ذَلِكَ أَمِنْتَ وَعَشَهُ وَغَائِلَتَهُ^٢.

١٣٠٦. الإمام الصادق عليه السلام : قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام : ضَعِنْتُ لِمَنْ يُسَمِّي عَلَى طَعَامِهِ إِلَّا يَشْتَكِي مِنْهُ.

فَقَالَ لَهُ ابْنُ الْكَوَاكِبِ يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ، لَقَدْ أَكَلْتُ الْبَارِحَةَ طَعَاماً فَسَمَّيْتُ عَلَيْهِ وَأَذَانِي!

فَقَالَ: لَعَلَّكَ أَكَلْتَ أَلْوَاناً فَسَمَّيْتَ عَلَى بَعْضِهَا وَلَمْ تُسَمِّ عَلَى بَعْضِهَا، يَا لَكُمُ^٣.

١٣٠٧. عنه عن آبائه عليه السلام : قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام : مَا اتَّخَمْتُ قَطُّ. فَقِيلَ لَهُ: وَلِمَ؟

١. تحف العقول، ص ١٧١، بشارة المصطفى، ص ٢٥ عن كميل، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٥، ح ٤١.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٠٩، ح ٩٨٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٠، ح ٤٧.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٩٥، ح ١٨، المحاسن، ج ٢، ص ٢١٨، ح ١٦٥٥ كلاهما عن داود بن فرقد، كتاب من

لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٣٥٥، ح ٢٢٥٣، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٨، ح ٣٩٣، بحار الأنوار، ج ٦٦،

ص ٣٦٩، ح ٦.

۱۳۰۴. امام علی علیه السلام - در سفارش‌های خود به گُمیل - : به گاه غذا خوردن ، از آن کسی نام بَبَر که با وجود نام او ، دیگر هیچ دردی زیان نمی‌رساند و نامش ، شفای همه بیماری‌ها و ناتن‌درستی‌هاست .

۱۳۰۵. امام علی علیه السلام - خطاب به فرزند خویش امام حسن علیه السلام - : فرزندم ! هیچ لقمه سرد و گرمی را مخور و هیچ جرعه کم و زیادی را منوش ، مگر آن که پیش از خوردن و نوشیدن بگویی :

«خداوندا ! من در خوردن و نوشیدن خویش ، سلامت از درد و رنج آن و توان‌یابی با آن برای : انجام دادن طاعت ، یاد آوردن و سپاس‌گزاری تو ، تا زمانی که این خورده و نوشیده را در بدنم باقی می‌گذاری ، می‌خواهم و نیز [می‌خواهم که] با نیرویی که از این به من می‌دهی ، مرا به پرستش خویش برانگیزی و نیکو پرهیز کردن از نافرمانی‌ات را به من الهام فرمایی» .

اگر این کار را کردی ، از درد و رنج و از گزندهای احتمالی آن ، در امان می‌مانی .

۱۳۰۶. امام صادق علیه السلام : امیر مؤمنان علیه السلام فرمود : «برای کسی که بر غذای خود نام خدا ببرد ، ضمانت می‌کنم که از آن غذا ، به هیچ درد و رنجی گرفتار نمی‌شود» .

ابن کَوّاء - که این را شنید - پرسید : ای امیر مؤمنان ! من دیروز غذایی خوردم و نام خدا را نیز به گاه خوردن آن بردم ؛ اما آن مرا آزار داد !

فرمود : «ای نادان ! شاید که چند گونه غذا خورده‌ای ، و بر برخی گونه‌ها نام خدا برده و بر برخی دیگر نام خدا نبرده‌ای» .

۱۳۰۷. امام صادق علیه السلام - به نقل از پدرانش علیهم السلام - : امیر مؤمنان علیه السلام فرمود : «هیچ گاه به بدگواری ، مبتلا نشده‌ام» .

پرسیدند : چرا ؟

قال: ما رَفَعْتُ لُقْمَةً إِلَى فَمِي إِلَّا ذَكَرْتُ اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهَا.^١
 ١٣٠٨. المحاسن عن مِسمَع بن عبد الملك: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: إِنِّي أَتَخِمُ.
 فَقَالَ: أَتُسَمِّي؟

قُلْتُ: إِنِّي قَدْ سَمَّيْتُ!
 فَقَالَ: لَعَلَّكَ تَأْكُلُ أَلْوَانًا؟
 فَقُلْتُ: نَعَمْ.
 قَالَ: تُسَمِّي عَلَى كُلِّ لَوْنٍ؟
 قُلْتُ: لَا.

قال: فَمِنْ ثَمَّ تَتَخِمُ.^٢
 ١٣٠٩. الكافي عن مِسمَع: شَكَّوْتُ مَا أَلْقَى مِنْ أَذَى الطَّعَامِ إِلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام إِذَا أَكَلْتُهُ.
 فَقَالَ: لَمْ تُسَمِّ؟
 فَقُلْتُ: إِنِّي لَأُسَمِّي وَأَنَّهُ لَيَضُرُّنِي!
 فَقَالَ لِي: إِذَا قَطَعْتَ التَّسْمِيَةَ بِالْكَلَامِ، ثُمَّ عُدْتَ إِلَى الطَّعَامِ تُسَمِّي؟
 قُلْتُ: لَا.

قال: فَمِنْ هَاهُنَا يَضُرُّكَ، أَمَا لَوْ أَنَّكَ إِذَا عُدْتَ إِلَى الطَّعَامِ سَمَّيْتَ مَا
 ضُرَّكَ.^٣

١٣١٠. الإمام علي عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَضُرَّهُ طَعَامٌ فَلَا يَأْكُلُ حَتَّى يَجُوعَ، فَإِذَا أَكَلَ فَلْيَقُلْ:

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢١٩، ح ١٦٥٨ عن عبد الله الأرجاني عن الإمام الصادق عليه السلام عن أبيه عليه السلام، الدعوات، ص ٨٠، ح ١٩٩، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٢٥٦، ح ٢٢٥٤ عن الإمام الصادق عليه السلام نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٧٩، ح ٢١ و ص ٤١٢، ح ٩.

٢. المحاسن، ج ٢، ص ٢١٩، ح ١٦٥٦ و ص ٢٠٩، ح ١٦٢٣ عن مسمع أبي سيار نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٧٨، ح ٣٩ و ص ٣٧٠، ح ٨.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٩٥، ح ١٩، المحاسن، ج ٢، ص ٢١٩، ح ١٦٥٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٧٨، ح ٤٠.

فرمود: «[زیرا] هیچ لقمه‌ای به سوی دهان نبرده‌ام، مگر این که نام خدا را بر آن، یاد کرده‌ام».

۱۳۰۸. المحاسن - به نقل از مِسمَع بن عبد الملک - : به امام صادق علیه السلام گفتم: من گاه، احساس بدگواری می‌کنم.

فرمود: «آیا نام خدا می‌بری؟».

گفتم: بسم الله هم گفته‌ام!

فرمود: «شاید غذاهاى گوناگون می‌خوری؟».

گفتم: آری.

فرمود: «برای هر گونه، بسم الله می‌گویی؟».

گفتم: نه.

فرمود: «از همین جاست که به بدگواری، گرفتار می‌شوی».

۱۳۰۹. الکافی - به نقل از مِسمَع - : نزد امام صادق علیه السلام، از این که پس از خوردن غذا از آن

آزار می‌بینم، اظهار ناراحتی کردم.

فرمود: «بسم الله نمی‌گویی؟».

گفتم: بسم الله هم می‌گویم؛ اما غذا مرا آزار می‌دهد!

فرمود: «آیا هنگامی که با سخن گفتن، رشته آن بسم الله پیشین را

می‌گسلی و سپس دیگر بار به غذا ادامه می‌دهی، دوباره نام خدا را می‌بری؟».

گفتم: نه.

فرمود: «از همین جاست که غذا به تو زیان می‌رساند. زنهار که اگر به گاه

ادامه دادن به غذا، [دیگر بار] نام خدا را می‌بردی، غذا تو را زیان نمی‌رساند».

۱۳۱۰. امام علی علیه السلام: هر کس که می‌خواهد غذایی او را آزار ندهد، تا گرسنه نشده، چیزی

نخورد و آن‌گاه هم که خواست بخورد، بگوید: «بسم الله و بالله».

بیان

چنان که در حدیث اخیر اشاره شد، مقصود از احادیثی که می‌گویند «گفتن نام خدا در آغاز غذا خوردن، انسان را از زیان آن غذا حفظ می‌کند»، آن است که یاد خدا، در کنار مراعات آداب بهداشتی مربوط به غذا خوردن، استمداد از درگاه اوست تا انسان را از آثار بد احتمالی غذا مصون بدارد.

بِسْمِ اللَّهِ وَبِاللَّهِ^۱.

۵/۵

الْأَكْبَرُ الْيَمِينُ

۱۳۱۱. مسند ابن حنبل عن عائشة: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُفَرِّغُ يَمِينَهُ لِمَطْعَمِهِ وَلِحَاجَتِهِ،

وَيُفَرِّغُ شِمَالَهُ لِلِاسْتِنْجَاءِ وَلَمَّا هُنَاكَ^۲.

۱۳۱۲. المعجم الكبير عن عمر بن أبي سلمة: كُنْتُ غُلَامًا فِي حِجْرِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ،

وكَانَتْ يَدِي تَطِيَّشُ فِي الصَّحْفَةِ.

فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَا غُلَامُ، سَمَّ اللَّهُ، وَكُلْ يَمِينِكَ، وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ.



فَمَا زَالَتْ تِلْكَ طِعْمَتِي بَعْدَ^۳.

مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

۶/۵

إِفْتِتَاحُ الطَّعَامِ بِالْمِلْحِ وَاحْتِنَامُهُ بِهِ أَوْ بِالخَلِّ

۱۳۱۳. رسول الله ﷺ: مَنْ افْتَتَحَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ وَخَتَمَ بِهِ، عَوَّيَ مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ دَاءً،

۱. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۶۰ عن جابر عن الإمام الباقر ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۸۰، ح ۴۶ وراجع: الإمساك قبل الشيع، ح ۱۳۲۹.

۲. مسند ابن حنبل، ج ۹، ص ۵۲۵، ح ۲۵۴۲۸، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۵۲۷، ح ۴۲۰۳۸ نقلاً عن ضياء المقدسي في المختار وفيه «لوضوئه» بدل «لحاجته».

۳. صحيح البخاري، ج ۵، ص ۲۰۵۶، ح ۵۰۶۱، صحيح مسلم، ج ۳، ص ۱۵۹۹، ح ۱۰۸، سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۰۸۷، ح ۳۲۶۷، المعجم الكبير، ج ۹، ص ۲۷، ح ۸۲۹۹ وليس فيها «فما زالت تلك طعمتي بعد»، مسند ابن حنبل، ج ۵، ص ۵۰۳، ح ۱۶۳۳۲ و ۱۶۳۳۰ كلاهما نحوه.

بنا بر این، کسی نمی‌تواند به استناد این احادیث، بسم الله بگوید و سپس هر غذایی که هوس کرد و به هر مقداری که خواست، بخورد و انتظار هیچ زبانی نیز از آن نداشته باشد؛ بلکه ذکر نام خدا در آغاز غذا خوردن - اگر این یاد کردن، راستین و حقیقی باشد - انسان را به مراعات بیشتر آداب شرعی و بهداشتی غذا خوردن، برمی‌انگیزد.

۵/۵

خوردن با دست است

۱۳۱۱. مسند ابن حنبل - به نقل از عایشه - : پیامبر خدا دست راست را به خوردن و برآوردن نیازهای دیگر خویش اختصاص داده و دست چپ را به زدودن آلودگی از مقعد و آنچه در آن ناحیه است، واگذارده بود.

۱۳۱۲. المعجم الكبير - به نقل از عمر بن ابی سلمه - : به روزگار کودکی خویش، در دامن پیامبر خدا بودم و دستانم در سینی غذا می‌لغزید. پیامبر خدا به من فرمود: «ای نوباوه! بسم الله بگو، با دست راست بخور و از آنچه پیش خودت هست، بخور».

از آن پس، شیوه خوردن من همواره همین بود.

۶/۵

آغاز کردن غذا با نمک و به پایان بردن آن با نمک یا سرکه

۱۳۱۳. پیامبر خدا ﷺ: هر کس غذای خود را با نمک آغاز کند و با نمک به پایان

مِنْهَا الْجُذَامُ وَالْبَرَصُ.^۱

۱۳۱۴. الإمام علي عليه السلام: اِبْدَوْوا بِالْمِلْحِ فِي أَوَّلِ طَعَامِكُمْ؛ فَلَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي الْمِلْحِ لَأَخْتَارُوهُ عَلَى التَّرْيَاقِ الْمُجَرَّبِ.

مَنْ ابْتَدَأَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ ذَهَبَ عَنْهُ سَبْعُونَ دَاءً وَمَا لَا يَعْلَمُهُ إِلَّا اللَّهُ ﷻ.^۲

۱۳۱۵. الإمام الباقر عليه السلام: أَوْحَى اللَّهُ ﷻ إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ عليه السلام: أَنْ مَرُّ قَوْمِكَ يَفْتَتِحُوا بِالْمِلْحِ وَيَخْتِمُوا بِهِ، وَإِلَّا فَلَا يَلُومُوا إِلَّا أَنْفُسَهُمْ.^۳

۱۳۱۶. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانُوا يَسْتَفْتِحُونَ بِالْخَلِّ وَيَخْتِمُونَ بِهِ، وَنَحْنُ نَسْتَفْتِحُ بِالْمِلْحِ وَنَخْتِمُ بِالْخَلِّ.^۴

۱۳۱۷. الإمام الكاظم عليه السلام: لَا يُخَصَّبُ خَوَانٌ لَا مِلْحَ عَلَيْهَا، وَأَصَحُّ لِلْبَدَنِ أَنْ يُبْدَأَ بِهِ فِي أَوَّلِ الطَّعَامِ.^۵

راجع: ج ۱، ص ۴۸۰ (صححة الجلد / افتتاح الطعام بالملح).

مرکز تحقیقات طب سنتی

۱. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۱۴، ح ۳۷۷، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۴، ح ۲۴۸۲ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، الجعفریات، ص ۲۴۳ عن الإمام الكاظم عن آبائه عن الإمام علي عليه السلام، الدعوات، ص ۱۴۵، ح ۳۷۸ عن الإمام علي عليه السلام وكلها نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۷، ح ۱۲.

۲. الخصال، ص ۶۲۳، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، الكافي، ج ۶، ص ۳۲۶، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۲، ح ۲۴۷۸ كلاهما عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عنه عليه السلام، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۷، ح ۴۲۵۹ وليس في الثلاثة الأخيرة «مَنْ ابْتَدَأَ...»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۷، ح ۱۳.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۶، ح ۶، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۳، ح ۲۴۸۱ كلاهما عن فروة، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۶، ح ۸.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۰، ح ۱۲ عن سليمان الديلمي، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۷، ح ۴۲۵۸ نحوه، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۰۷، ح ۹۷۸ وليس فيه صدره، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۹، ح ۲۴.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۶، ح ۵، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۳، ح ۲۴۷۹ كلاهما عن الجعفري، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۶، ح ۷.

ببرد، از هفتاد و دو درد - که جذام و بَرَص (پِیسی) از آن جمله است - در امان می ماند.

۱۳۱۴. امام علی علیه السلام: غذای خود را با نمک آغاز کنید. اگر مردم آنچه را در نمک هست می دانستند، آن را بر تریاق^۱ تجربه شده برمی گزیدند.

هر کس غذای خود را با نمک آغاز کند، هفتاد درد و نیز دیگر دردهایی که فقط خداوند از آنها آگاه است، از او می رود.

۱۳۱۵. امام باقر علیه السلام: خداوند به موسی بن عمران علیه السلام وحی کرد که: «به طایفه ات بفرمای که [غذای خود را] با نمک آغاز کنند و با نمک به پایان ببرند، و گرنه جز خویش را نکوهش نکنند».

۱۳۱۶. امام صادق علیه السلام: بنی اسرائیل، [غذا را] با سرکه آغاز می کردند و با آن نیز به پایان می بردند؛ ولی ما با نمک آغاز می کنیم و با سرکه به پایان می بریم.

۱۳۱۷. امام کاظم علیه السلام: سفره ای که در آن نمک نباشد، بی برکت است. آغاز کردن غذا با نمک، برای تن درستی، بهتر است.

ر. ک: ص ۴۸۳ (سلامت پوست / آغاز کردن غذا با نمک).

۱. معرّب تریاک است و آن، دوايي مرکّب است و معروف، که چند ادویه را کوفته و بیخته در شهد آمیزند و آن، دافع اقسام زهرهای نباتی و حیوانی باشد (ر. ک: لغت نامه دهخدا: ج ۴ ص ۵۸۵۵).

۷/۵

الْأَكْلُ بَعْدَ الْجُوعِ وَالشَّهِيَّةُ

۱۳۱۸. رسول الله ﷺ: كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ الْأَكْلُ مِنْ غَيْرِ جَوْعٍ، وَالنَّوْمُ مِنْ غَيْرِ سَهَرٍ^۱.

۱۳۱۹. عنه ﷺ: ثَلَاثَةٌ يَسْتَوْجِبُونَ الْمَقْتَ مِنَ اللَّهِ تَعَالَى: الْأَكْلُ مِنْ غَيْرِ جَوْعٍ، وَالنَّوْمُ

مِنْ غَيْرِ سَهَرٍ، وَالضُّحْكُ مِنْ غَيْرِ عَجَبٍ^۲.

۱۳۲۰. الإمام عليّ عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَضُرَّهُ طَعَامٌ فَلَا يَأْكُلْ حَتَّى يَجُوعَ وَتَنْقَى مَعِدَّتُهُ^۳.

۱۳۲۱. الإمام الصادق عليه السلام - مِنْ وَصِيَّتِهِ لِعُنْوَانَ الْبَصْرِيِّ -: أَوْصِيكَ بِتِسْعَةِ أَشْيَاءَ؛ فَإِنَّهَا

وَصِيَّتِي لِمُرِيدِي الطَّرِيقِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى، وَاللَّهُ أَسْأَلُ أَنْ يُوَفِّقَكَ لِاسْتِعْمَالِهِ.

ثَلَاثَةٌ مِنْهَا فِي رِيَاضَةِ النَّفْسِ

أَمَّا اللَّوَاتِي فِي الرِّيَاضَةِ: فَإِيَّاكَ أَنْ تَأْكُلَ مَا لَا تَشْتَهِيهِ؛ فَإِنَّهُ يَوْرِثُ

الْحَمَاقَةَ وَالْبَلَّةَ، وَلَا تَأْكُلْ إِلَّا عِنْدَ الْجَوْعِ، وَإِذَا أَكَلْتَ فَكُلْ حَلَالاً وَسَمّاً^۴.

۱۳۲۲. عيسى عليه السلام - فِي مَوَاعِظِهِ -: يَا بَنِي إِسْرَائِيلَ، لَا تَأْكُلُوا حَتَّى تَجُوعُوا، وَإِذَا جُعْتُمْ

فَكُلُوا وَلَا تَشَبِعُوا؛ فَإِنَّكُمْ إِذَا شَبِعْتُمْ غَلُظَتْ رِقَابُكُمْ، وَسَمِنَتْ جُنُوبُكُمْ،

وَنَسِيتُمْ رَبَّكُمْ^۵.

راجع: ج ۱، ص ۸۸ (ما یغنی عن الطیب).

۱. الفردوس، ج ۳، ص ۳۰۶، ح ۴۹۲۰ عن عبد الله بن عمرو، كنز العمال، ج ۱۶، ص ۸۰، ح ۴۴۰۱۱.

۲. كنز العمال، ج ۱۶، ص ۵۹، ح ۴۳۹۳۲ نقلاً عن الديلمي عن أنس.

۳. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۲۹ و ص ۶۰ وليس فيه «وتنقى معدته» وكلاهما عن جابر عن الإمام الباقر عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۸۰، ح ۴۶.

۴. مشكاة الأنوار، ص ۵۶۴، ح ۱۹۰۱ عن عنوان البصري، بحار الأنوار، ج ۱، ص ۲۲۶، ح ۱۷.

۵. المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۳، ح ۱۷۱۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۷، ح ۳۰.

۷/۵

خوردن غذا به هنگام گرسنگی و اشتها

۱۳۱۸. پیامبر خدا ﷺ: خوردن بدون گرسنگی و خوابیدن بدون بیداری کشیدن [و احساس نیاز به خواب]، نزد خداوند، گناهی سهمگین است.

۱۳۱۹. پیامبر خدا ﷺ: سه چیز، موجب خشم خداوند متعال است: خوردن بدون احساس گرسنگی، خفتن بدون بیداری کشیدن [و احساس نیاز به خواب]، و خندیدن بدون شگفتی.

۱۳۲۰. امام علی علیه السلام: هر کس که می‌خواهد هیچ غذایی به او زیان نرساند، تنها هنگامی غذا بخورد که گرسنه شده و معده او [از خوراگ پیشین] پاک شده باشد.

۱۳۲۱. امام صادق علیه السلام: در سفارش‌هایی به عنوان بصری - : تو را به نه چیز سفارش می‌کنم و این، سفارش من به همه کسانی است که جویای راهی به سوی خداوند متعال هستند، و از خداوند می‌خواهم که تو را در به کار بستن این سفارش‌ها توفیق دهد. سه تا از این توصیه‌ها در تربیت نفس است

اما آنها که در تربیت نفس است: از این حذر کن که آنچه را اشتها نداری، بخوری؛ چرا که این کار، کودنی و نابخردی می‌آورد. جز به گاه گرسنگی مخور، و چون خواستی بخوری، حلال بخور و نام خدا را بر زبان بیاور.

۱۳۲۲. عیسی علیه السلام: در اندرزهایش - : ای زادگان اسرائیل! مخورید، تا آن هنگام که گرسنه شوید. چون گرسنه شدید، بخورید، ولی سیر نخورید؛ چرا که اگر سیر شوید، گردن‌هایتان سستبر می‌شود، پهلوهایتان چاق می‌گردد و پروردگارتان را از یاد می‌برید.

ر.ک: ج ۱، ص ۸۹ (آنچه انسان را از پزشک، بی‌نیاز می‌کند).

۸/۵

الْبَكَاءُ بِأَخْفِ الْأَغْذِيَةِ

۱۳۲۳. الإمام الرضا عليه السلام: إِذَا فِي أَوَّلِ طَعَامِكَ بِأَخْفِ الْأَغْذِيَةِ الَّتِي يَغْتَذِي^۱ بِدَنِّكَ، يَقْدِرُ عَادَتُكَ وَيَحْسَبُ وَطَنُكَ^۲ وَنَشَاطُكَ وَزَمَانُكَ^۳.

۹/۵

أَكْلُ الطَّعَامِ السُّخْنِ قَبْلَ أَنْ يَبْرُدَ

۱۳۲۴. رسول الله صلى الله عليه وآله: السُّخُونُ بَرَكَةٌ^۴.

۱۳۲۵. المحاسن عن مُرَازِمٍ: بَعَثَ إِلَيْنَا أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام بِطَّعَامٍ سُخْنٍ، فَقَالَ: كُلُوا قَبْلَ أَنْ يَبْرُدَ؛ فَإِنَّهُ أَطْيَبُ^۵.



مرکز تحقیقاتی پزشکی
تَصْغِيرُ اللَّقْمَةِ وَجَوْلُهَا لِمَضْغٍ

۱۳۲۶. رسول الله صلى الله عليه وآله - فِي بَيَانِ آدَابِ الْأَكْلِ -: وَأَمَّا الْأَدَبُ فَتَصْغِيرُ اللَّقْمَةِ وَالْمَضْغُ الشَّدِيدُ^۶.

۱. في المصدر «تغذى بها» والتصحيح ما في بحار الأنوار: «التي يغتذي».

۲. في بعض النسخ وبحار الأنوار: «طافتك» بدل «وطنك».

۳. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ۱۵، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۳۱۱.

۴. المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۲، ح ۱۴۸۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۲، ح ۶.

۵. المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۲، ح ۱۴۸۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۲، ح ۷.

۶. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۴، ص ۲۵۵، ح ۵۷۶۲ عن حماد بن عمرو وأنس بن محمد عن أبيه، الخصال،

ص ۴۸۶، ح ۶۱ عن أنس بن محمد عن أبيه، مكارم الأخلاق، ج ۲، ص ۳۲۱، ح ۲۶۵۶ كلها عن الإمام

الصادق عن آبائه عليهم السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۵، ح ۱۴.

۸/۵

آغاز کردن با سبک‌ترین غذا

۱۳۲۳. امام رضا علیه السلام: غذای خود را با سبک‌ترین غذایی که بدنت را به اندازه عادت و بر حسب اقامتگاه و فعالیت‌ها و زمانهات تغذیه می‌کند، آغاز کن.

۹/۵

خوردن غذای گرم، پیش از سرد شدن

۱۳۲۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: گرمی [غذا]، برکت دارد.

۱۳۲۵. المحاسن - به نقل از مَرازم - : امام صادق علیه السلام برای ما غذایی گرم فرستاد و فرمود: «پیش از آن که سرد شود، بخورید؛ چرا که این، خوش‌تر است».

مرکز تحقیقات کتب و اسناد
۱۰/۵

برداشتن لقمه‌های کوچک و جویدن کامل غذا

۱۳۲۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله - در بیان آداب غذا خوردن - : اما آداب آن، کوچک کردن لقمه و جویدن کامل است.

١٣٢٧. الإمام الحسن عليه السلام : فِي الْمَائِدَةِ اثْنَتَا عَشْرَةَ خَصْلَةً يَجِبُ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ أَنْ يَعْرِفَهَا: أَرْبَعٌ مِنْهَا فَرَضٌ، وَأَرْبَعٌ سُنَّةٌ، وَأَرْبَعٌ تَأْدِيبٌ... أَمَّا التَّأْدِيبُ: فَلَاكُلُّ مِمَّا يَلِيكَ، وَتَصْغِيرُ اللَّقْمَةِ، وَتَجْوِيدُ الْمَضْغِ، وَقِلَّةُ النَّظَرِ فِي وُجُوهِ النَّاسِ.^١

راجع: ص ٨٨ (ما يغني عن الطبيب).

العنوان الآتي، ح ١٣٢٩.

١١/٥

الْإِنْسَانُ قَبْلَ الشَّبَعِ

١٣٢٨. رسول الله صلى الله عليه وآله : كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي، وَأَمْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي.^٢

١٣٢٩. الإمام علي عليه السلام : مَنْ أَرَادَ إِلَّا بَصْرَةَ طَعَامٍ فَلَا يَأْكُلْ، حَتَّى يَجُوعَ وَتَقَى مَعِدَتَهُ، فَإِذَا أَكَلَ فَلْيَسِّمْ اللَّهَ وَلْيَجِدِ^٣ الْمَضْغَ وَلْيَكُفَّ عَنِ الطَّعَامِ وَهُوَ يَشْتَهِيهِ، وَيَحْتَاجُ إِلَيْهِ.^٤

١٣٣٠. عنه عليه السلام - فِي وَصِيَّتِهِ لِكُمَيْلِ بْنِ زِيَادٍ -: يَا كُمَيْلُ، لَا تَوْقِرَنَّ مَعِدَتَكَ طَعَاماً وَدَعَ فِيهَا لِلْمَاءِ مَوْضِعاً وَلِلرَّيْحِ مَجَالاً، وَلَا تَرْفَعْ يَدَكَ مِنَ الطَّعَامِ إِلَّا

١. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٣٥٩، ح ٢٢٧٠، الخصال، ص ٤٨٥، ح ٦٠ كلاهما عن إبراهيم الكرخي، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٠٦، ح ٩٦٩ كلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٢٤٨، ح ١٧٧٣، روضة الواعظين، ص ٢٤١ وفيها «المضغ الشديد» بدل «تجويد المضغ»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤١٣، ح ١٣، وص ٤٢٠، ح ٢٥.

٢. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ٢، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٠.

٣. في المصدر: «وليجيد»، والصواب ما أثبتناه كما في بحار الأنوار.

٤. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٢٩، وص ٦٠ كلاهما عن جابر عن الإمام الباقر عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٠، ح ٤٦، وص ٤١٠، ح ٥.

۱۳۲۷. امام حسن علیه السلام: درباره سفره، دوازده نکته است و بر هر مسلمانی لازم است که آنها را بداند. از آنها، چهار چیز، واجب، چهار چیز مستحب، و چهار چیز، جزو آداب است. اما آنچه از آداب است، عبارت است از: خوردن از آنچه پیش خود تو است؛ کوچک کردن لقمه؛ خوب جویدن؛ و کمتر نگریستن به چهره مردم.

ر.ک: ص ۸۹ (آنچه انسان را از پزشک، بی نیاز می کند)، ح ۱۳۲۹.

۱۱/۵

دست کشیدن از غذا پیش از سیری

۱۳۲۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: زمانی بخور که میل به خوردن داری و در حالی خوردن را وا گذار که هنوز اشتهایت هست.

۱۳۲۹. امام علی علیه السلام: هر کس می خواهد هیچ غذایی به او زیان نرساند، تنها هنگامی غذا بخورد که گرسنه شده و معده او [از خوراک پیشین] پاک شده باشد. پس چون خواست بخورد، نام خدا را بر زبان آورد، خوب غذا را بجود و در حالی از غذا خوردن دست بکشد که هنوز میل به خوردن دارد و به آن، احساس نیاز می کند.

۱۳۳۰. امام علی علیه السلام - در سفارش به کمیل بن زیاد - : ای کمیل! مبدا خوراکی، معدهات را سنگین کند. در آن، جایی برای آب و جایی برای هوا و گذار و هنگامی که هنوز میل به خوردن داری، از غذا خوردن دست بکش، که اگر

وَأَنْتَ تَشْتَهِيهِ، فَإِنْ فَعَلْتَ ذَلِكَ فَأَنْتَ تَسْتَمِرُّهُ؛ فَإِنْ صَحَّةَ الْجِسْمِ مِنْ قِلَّةِ
الطَّعَامِ وَقِلَّةِ الْمَاءِ.^١

١٣٣١. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَخَذَ الطَّعَامَ زِيَادَةً لَمْ يُفِدْهُ، وَمَنْ أَخَذَ بِقَدَرٍ لَا زِيَادَةَ عَلَيْهِ
وَلَا نَقْصٍ غِذَاهُ وَنَفَعَهُ، وَكَذَلِكَ الْمَاءُ. فَسَبِيلُكَ أَنْ تَأْخُذَ مِنَ الطَّعَامِ مِنْ كُلِّ
صِنْفٍ مِنْهُ فِي إِيَّانِهِ^٢، وَارْفَعْ يَدَكَ مِنَ الطَّعَامِ وَبِكَ إِلَيْهِ بَعْضُ الْقَرَمِ؛ فَإِنَّهُ أَصَحُّ
لِبَدَنِكَ، وَأَذْكَى لِعَقْلِكَ، وَأَخَفُّ عَلَى نَفْسِكَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ.^٣

راجع: ج ١، ص ٨٨ (ما يغني عن الطبيب).

ج ٢، ص ٨٤، ح ١٣٢٢.

١٢/٥

مَسْحُ الْوَجْهِ الْمَسْمُوحِ بَعْدَ غَسْلِهِ الْإِذَا

١٣٣٢. رسول الله ﷺ: إِذَا غَسَلْتَ يَدَكَ بَعْدَ الطَّعَامِ فَاَمْسَحْ وَجْهَكَ وَعَيْنَيْكَ قَبْلَ أَنْ تَمْسَحَ
بِالْمِنْدِيلِ، وَتَقُولَ:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الزَّيْنَةَ وَالْمَحَبَّةَ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْمَقْتِ وَالْبَغْضَةِ».^٤

١٣٣٣. مكارم الأخلاق: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا فَرَّغَ مِنْ غَسْلِ الْيَدِ بَعْدَ الطَّعَامِ مَسَحَ بِفَضْلِ
الْمَاءِ الَّذِي فِي يَدِهِ وَجْهَهُ، ثُمَّ يَقُولُ:

١. تحف العقول، ص ١٧٢، إشارة المصطفى، ص ٢٥ عن كميل بن زياد، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٢٥، ح ٤١.

٢. إِيَّانَ كُلِّ شَيْءٍ: وَقْتُهُ وَحِينُهُ الَّذِي يَكُونُ فِيهِ (لسان العرب، ج ١٣، ص ٤). وفي بحار الأنوار: «كفايتك في أيامه»
بدل «من كل صنف منه في إِيَّانِهِ».

٣. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ١٤، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣١١ نحوه.

٤. المحاسن، ج ٢، ص ٢٠٤، ح ١٦٠٣، الدعوات، ص ١٤٣، ح ٣٦٩ عن الإمام الصادق عليه السلام نحوه،
بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٥٩، ح ٢٧.

چنین کنی، غذا را گوارا خواهی یافت؛ چرا که تن درستی، از کم خوردن و کم آشامیدن است.

۱۳۳۱. امام رضا علیه السلام: هر کس غذای افزون از اندازه بخورد، این غذا او را سودی نمی‌رساند، و هر کس به اندازه (نه بیشتر و نه کمتر) بردارد، این غذا او را تغذیه می‌کند و سود می‌رساند. آب نیز چنین است. روش پسندیده برای تو، آن است که از هر یک از انواع غذا، در فصل ویژه آن، بهره‌گیری.

در حالی که هنوز مقداری میل داری، از غذا دست بکش؛ چرا که این کار، به خواست خداوند، برای بدن سلامت‌آورتر، برای عقل ذکاوت‌بخش‌تر، و برای خود انسان مایه سبکی افزون‌تر است.

ر.ک: ج ۱، ص ۸۹ (آنچه انسان را از پزشک بهی‌نیاز می‌کند).

ج ۲، ص ۸۵، ج ۱۳۲۲.

مرکز تحقیقات اسلامی

دست کشیدن بر چهره و دعا کردن پس از شستن دستان

۱۳۳۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: چون پس از غذا خوردن، دست خویش را شستی، پیش از این که آن را با دستمال، خشک کنی، بر صورت و چشمانت نیز دست بکش و بگو:

«خداوندا! من از تو آراستگی و دوستی مسئلت دارم و از دشمنی و کینه‌ورزی، به تو پناه می‌جویم».

۱۳۳۳. مکارم الأخلاق: پیامبر خدا، چون پس از غذا، شستن دست را به پایان می‌برد، با باقی‌مانده آبی که بر دستانش بود، بر صورت خویش دست می‌کشید و سپس می‌گفت:

«الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا وَأَطْعَمَنَا وَسَقَانَا، وَكُلُّ بَلَاءٍ صَالِحٍ أَوْلَانَا»^۱.

۱۳۳۴. الكافي عن المفضل: دَخَلْتُ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَشَكَّوْتُ إِلَيْهِ الرَّمْدَ، فَقَالَ لِي: أَوْ تُرِيدُ الطَّرِيفَ؟ ثُمَّ قَالَ لِي: إِذَا غَسَلْتَ يَدَكَ بَعْدَ الطَّعَامِ فَاَمْسَحْ حَاجِبَيْكَ، وَقُلْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:

«الْحَمْدُ لِلَّهِ الْمُحْسِنِ الْمُجِيزِ الْمُتَنِعِمِ الْمُفْضِلِ».

قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ، فَمَا زِمَدَتْ عَيْنِي بَعْدَ ذَلِكَ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ^۲.

۱۳۳۵. الإمام الصادق عليه السلام: مَسَحُ الْوَجْهِ بَعْدَ الْوُضُوءِ، يَذْهَبُ بِالْكَلْفِ، وَيَزِيدُ فِي الرِّزْقِ^۳.

۱۳۳۶. عنه عليه السلام: إِذَا تَوَضَّأْتَ بَعْدَ الطَّعَامِ فَاَمْسَحْ عَيْنَيْكَ بِفَضْلِ مَا فِي يَدَيْكَ، فَإِنَّهُ أَمَانٌ مِنَ الرَّمْدِ^۴.

۱۳۳۷. كشف الغمّة عن جميل بن درّاج: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَدَخَلَ عَلَيْهِ بُكَيْرُ بْنُ أَعْيَنَ وَهُوَ أَرْمَدٌ.

فَقَالَ لَهُ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: الطَّرِيفُ يَرْمَدُ؟!

فَقَالَ: وَكَيْفَ يَصْنَعُ؟

قَالَ: إِذَا غَسَلَ يَدَهُ مِنَ الْغَمْرِ مَسَحَهَا عَلَى عَيْنَيْهِ.

قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ فَلَمْ أَرْمَدْ^۵.

۱. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۰۴، ح ۹۶۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۳، ح ۳۸.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۹۲، ح ۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۷، ح ۴۷.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۲۹۱، ح ۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۶، ح ۴۶.

۴. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۰۲، ح ۹۵۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۳، ح ۳۸.

۵. كشف الغمّة، ج ۲، ص ۳۷۶، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۴۸، ح ۱۹.

«ستایش، خدایی را که ما را راه نمود و خوردنی و نوشیدنی داد و به ما هر نعمت نیکویی عنایت کرد».

۱۳۳۴. الکافی - به نقل از مفضل - : بر امام صادق علیه السلام وارد شدم و نزد او از چشم‌درد، اظهار ناراحتی کردم. به من فرمود: «آیا نکته‌ای تازه می‌خواهی؟».

سپس به من فرمود: «چون پس از غذا خوردن، دست خویش را شستی، بر ابروهایت دست بکش و سه بار بگو: «سپاس، خداوند نیکوکار زیباکردار بهره‌رسان فضیلت‌بخش را».

من این کار را انجام دادم و از آن پس، چشمانم درد نگرفت. سپاس، خداوند جهانیان راست.

۱۳۳۵. امام صادق علیه السلام: دست کشیدن بر چهره پس از وضو، کنجدک (کک‌مک) را از میان می‌برد و روزی را افزون می‌کند.

۱۳۳۶. امام صادق علیه السلام: چون پس از غذا دستانت را شستی، با باقی مانده آب، دستی بر چشمان خود بکش؛ چرا که مایه ایمنی از چشم‌درد است.

۱۳۳۷. کشف الغمّة - به نقل از جمیل بن ذَرّاج - : نزد امام صادق علیه السلام بودم. بُگیر بن اعین، در حالی که چشم‌درد داشت، وارد شد. امام علیه السلام به او گفت: «انسان زیرک هم چشم‌درد می‌کشد؟!».

[کسی] پرسید: چه کند؟

فرمود: «هنگامی که چربی را از دستان خود شست، دستی بر چشمانش بکشد».

من این کار را انجام دادم و چشم‌درد ندیدم.

۱۳/۵

الِاسْتِلقاءُ عَنِ الْقَفَا بَعْدَ الطَّعَامِ

۱۳۳۸. الإمام الصادق عليه السلام : الإِسْتِلقاءُ بَعْدَ الشَّبَعِ : يُسَمِّنُ الْبَدَنَ ، وَيُمرِّئُ الطَّعَامَ ، وَيَسْلُ الدَّاءَ.^۱

۱۳۳۹. الإمام الرضا عليه السلام : إِذَا أَكَلْتَ شَيْئاً فَاسْتَلْقِ عَلَى قَفَاكَ ، وَضَع رِجْلَكَ الْيُمْنَى عَلَى الْيُسْرَى.^۲

۱۳۴۰. المحاسن عن أحمد بن محمد بن أبي نصر عمّن ذكره : رَأَيْتُ أَبَا الْحَسَنِ الرُّضَا عليه السلام إِذَا تَغَدَّى اسْتَلْقَى عَلَى قَفَاهُ ، وَأَلْقَى رِجْلَهُ الْيُمْنَى عَلَى الْيُسْرَى.^۳

۱۴/۵

الْجَنَابُ عَنِ الْإِسْرَافِ

مرکز تحقیقات کتب و اسناد

الكتاب :

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾.^۴

الحديث :

۱۳۴۱. رسول الله صلى الله عليه وآله : إِنَّ مِنَ السَّرَفِ أَنْ تَأْكُلَ كُلَّ مَا اسْتَهَيْتَ.^۵

۱. الدعوات، ص ۸۰، ح ۲۰۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۲، ح ۹.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۹۹، ح ۲۱، تهذيب الأحكام، ج ۹، ص ۱۰۰، ح ۴۳۵ كلاهما عن أحمد بن محمد بن أبي نصر، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۱۶، ح ۱۰۱۳.
۳. المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۶، ح ۱۷۲۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۹، ح ۳۰.
۴. الأعراف: ۳۱.
۵. سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۱۱۲، ح ۳۳۵۲، شعب الإيمان، ج ۵، ص ۴۶، ح ۵۷۲۱ كلاهما عن أنس، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۳، ح ۴۰۸۸۶.

۱۳/۵

پشت دراز کشیدن پس از غذا

۱۳۳۸. امام صادق علیه السلام: دراز کشیدن پس از غذا، بدن را چاق می‌کند، غذا را هضم می‌نماید و درد را [از درون انسان،] بیرون می‌کشد.

۱۳۳۹. امام رضا علیه السلام: هرگاه چیزی خوردی، به پشت دراز بکش و پای راست خود را روی پای چپ بگذار.

۱۳۴۰. المحاسن - به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر، از راوی دیگر -: امام رضا علیه السلام را دیدم که چون غذا می‌خورد، به پشت دراز می‌کشد و پای راست خود را روی پای چپ می‌انداخت.



۱۴/۵

پیش از خوابیدن و بعد از غذا

قرآن کریم

«بخورید و بیاشامید؛ ولی زیاده روی نکنید».

حدیث

۱۳۴۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: یکی از انواع زیاده روی، این است که هر آنچه را دوست داری، بخوری.

١٣٤٢. الإمام علي عليه السلام - وَسُئِلَ فَقِيلَ : إِنَّ فِي الْقُرْآنِ كُلِّ عِلْمٍ إِلَّا الطَّبَّ ؟ - : أَمَا إِنَّ فِي الْقُرْآنِ لَآيَةً تَجْمَعُ الطَّبَّ كُلَّهُ : ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ﴾ ١.

١٥/٥

اجتناب النفخ في الطعام والشراب

١٣٤٣. الإمام علي عليه السلام - فِي مَنَاهِي النَّبِيِّ عليه السلام - : نَهَى أَنْ يُنْفَخَ فِي طَعَامٍ أَوْ شَرَابٍ ٢.
١٣٤٤. عنه عليه السلام : لَا يَنْفُخُ الرَّجُلُ فِي مَوْضِعِ سُجُودِهِ، وَلَا يَنْفُخُ فِي طَعَامِهِ وَلَا فِي شَرَابِهِ ٣.

١٦/٥

اجتناب الأكل بالشمال

١٣٤٥. صحيح مسلم عن جابر بن عبد الله السلمي : إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ نَهَى أَنْ يَأْكُلَ الرَّجُلُ بِشِمَالِهِ ٤.

١٣٤٦. رسول الله ﷺ : الْأَكْلُ بِالشَّمَالِ مِنَ الْجَفَا ٥.

١٣٤٧. الكافي عن سَمَاعَةَ عن الإمام الصادق عليه السلام ، قَالَ : سَأَلْتُهُ عَنِ الرَّجُلِ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ

١. الدعوات، ص ٧٥، ح ١٧٤، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٦٧، ح ٤٢.

٢. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٤، ص ٩، ح ٢٩٦٨، الأمالي للصدوق، ص ٥١٢، ح ٧٠٧ كلاهما عن الحسين بن زيد، مكارم الأخلاق، ج ٢، ص ٣١٠، ح ٢٦٥٥ كلها عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٠٠، ح ١ و ج ٧٦، ص ٢٣١، ح ١.

٣. الخصال، ص ٦١٣، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، تحف العقول، ص ١٠٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٨، ح ١ و ج ٧٩، ص ٢١٢، ح ٨.

٤. صحيح مسلم، ج ٣، ص ١٦٦١، ح ٧٠، الموطأ، ج ٢، ص ٩٢٢، ح ٥، مستدرك حنبل، ج ٤، ص ٥٠٥، ح ١٢٦٦٦ عن أنس؛ دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٩، ح ٣٩٩ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٩، ح ٢٦.

٥. الجعفریات، ص ١٦٢ عن الإمام الكاظم عليه السلام.

۱۳۴۲. امام علی علیه السلام - در پاسخ این پرسش که: «آیا در قرآن، همه دانش‌ها بجز دانش طب هست؟» - : زنه‌ار! در قرآن، آیه‌ای هست که همه طب را یکجا در خود گرد آورده است: «بخورید و بیاشامید؛ ولی زیاده‌روی نکنید».

۱۵/۵

پرهیز از دمیدن در غذا

۱۳۴۳. امام علی علیه السلام - درباره آنچه پیامبر صلی الله علیه و آله نهی فرموده است - : از این نهی کرده که در غذا یا نوشیدنی بدمند.

۱۳۴۴. امام علی علیه السلام : نباید کسی بر محل سجده خود و نه در غذای خود و نه در آنچه می‌نوشد، بدمد.



پرهیز از خوردن با دست چپ

۱۳۴۵. صحیح مسلم - به نقل از جابر بن عبد الله سلمی - : پیامبر خدا، از این که کسی با دست چپ چیزی بخورد، نهی فرمود.

۱۳۴۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : خوردن با دست چپ، از نافرهیختگی است.

۱۳۴۷. الکافی - به نقل از سماعه، در گفتگو با امام صادق علیه السلام - : از ایشان درباره این که کسی با دست چپ بخورد یا بیاشامد، پرسیدم.

أَوْ يَشْرَبُ بِهَا.

فَقَالَ: لَا يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ، وَلَا يَشْرَبُ بِشِمَالِهِ، وَلَا يَتَنَاوَلُ بِهَا شَيْئاً.^۱

۱۳۴۸. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ بِشِمَالِهِ أَكَلَ مَعَ الشَّيْطَانِ، وَمَنْ شَرَبَ بِشِمَالِهِ، شَرَبَ مَعَ الشَّيْطَانِ.^۲

۱۳۴۹. عنه ﷺ: لَا تَأْكُلُوا بِالشَّمَالِ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِالشَّمَالِ.^۳

۱۷/۵

إِحْتِنَابُ الْأَكْلِ عَلَى الشَّعْبِ

۱۳۵۰. رسول الله ﷺ - لِعَلِيٍّ ؑ -: يَا عَلِيُّ، أَرْبَعَةٌ يَذْهَبْنَ ضِيَاعاً: الْأَكْلُ عَلَى الشَّعْبِ، وَالسَّرَاجُ فِي الْقَمَرِ، وَالزَّرْعُ فِي السَّبْخَةِ، وَالصَّنِيعَةُ عِنْدَ غَيْرِ أَهْلِهَا.^۴

۱۳۵۱. الإمام الصادق ؑ: أَرْبَعَةٌ يَذْهَبْنَ ضِيَاعاً: الْبَذْرُ فِي السَّبْخَةِ، وَالسَّرَاجُ فِي الْقَمَرِ، وَالْأَكْلُ عَلَى الشَّعْبِ، وَالْمَعْرُوفُ إِلَى مَنْ لَيْسَ بِأَهْلِهِ.^۵

۱. الكافي، ج ۶، ص ۲۷۲، ح ۳ و ح ۱ عن جرّاح المدائني نحوه، تهذيب الأحكام، ج ۹، ص ۹۳، ح ۴۰۴، المعحسن، ج ۲، ص ۲۴۳، ح ۱۷۵۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۸۷، ح ۱۳ وراجع كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۳، ح ۴۲۴۱.

۲. مسند ابن حنبل، ج ۹، ص ۳۵۵، ح ۲۴۵۳۳، المعجم الأوسط، ج ۱، ص ۹۶، ح ۲۹۲ كلاهما عن عائشة، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۲، ح ۴۰۸۷۶ وراجع: سنن الترمذي، ج ۴، ص ۲۵۷، ح ۱۷۹۹ و ص ۲۵۸، ح ۱۸۰۰.

۳. صحيح مسلم، ج ۳، ص ۱۵۹۸، ح ۱۰۴، سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۰۸۸، ح ۳۲۶۸، مسند ابن حنبل، ج ۵، ص ۹۱، ح ۱۴۵۹۳ كلّها عن جابر، صحيح ابن حبان، ج ۱۲، ص ۳۴، ح ۵۲۲۹ عن سالم بن عبد الله عن أبيه نحوه، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۱، ح ۴۰۸۷۲.

۴. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۴، ص ۳۷۳، ح ۵۷۶۲ عن حماد بن عمرو وأنس بن محمد عن أبيه، الخصال، ص ۲۶۴، ح ۱۴۳ عن حماد بن عمرو وكلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه ؑ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۲، ح ۱۱.

۵. الخصال، ص ۲۶۳، ح ۱۴۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۲، ح ۱۰ وراجع: تحف العقول، ص ۹.

فرمود: «مباد کسی با دست چپ بخورد یا بیاشامد و یا با آن چیزی را بردارد».

۱۳۴۸. پیامبر خدا ﷺ: هر کس با دست چپ بخورد، شیطان نیز همراه با او می‌خورد و هر کس با دست چپ بنوشد، شیطان نیز همراه با او می‌نوشد.
۱۳۴۹. پیامبر خدا ﷺ: با دست چپ نخورید؛ چرا که شیطان با دست چپ می‌خورد.

۱۷/۵

پرهیز از خوردن پس از سیری

۱۳۵۰. پیامبر خدا ﷺ: خطاب به علی علیه السلام: ای علی! چهار چیز، هدر می‌رود: خوردن پس از سیری، افروختن چراغ در شب مهتابی، کاشتن در شوره‌زار، و نیکی کردن به کسی که شایسته آن نیست.
۱۳۵۱. امام صادق علیه السلام: چهار چیز، هدر می‌رود: بذر در شوره‌زار، چراغ در شب مهتابی، خوردن پس از سیری، و نیکی به کسی که شایسته آن نیست.

١٣٥٢. عنه عليه السلام : ثَلَاثَةٌ فِيهِنَّ الْمَقْتُ مِنَ اللَّهِ ﷻ : نَوْمٌ مِنْ غَيْرِ سَهَرٍ ، وَضِحْكٌ مِنْ غَيْرِ عَجَبٍ ، وَأَكْلٌ عَلَى الشَّبَعِ^١.

راجع: ج ٢، ص ٦٤ (مضار الأكل على الشبع).

ج ٢، ص ٨٤ (الأكل بعد الجوع والشهية).

١٨/٥

إِحْتِنَابُ أَكْلِ الطَّعَامِ الْحَارِّ

١٣٥٣. رسول الله ﷺ : إِيَّاكُمْ وَالطَّعَامَ الْحَارَّ ! فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْبَرَكَاتِ ، وَعَلَيْكُمْ بِالْبَارِدِ ؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَعْظَمُ بَرَكَاتٍ^٢.

١٣٥٤. عنه ﷺ : يَرُدُّوْا طَعَامَكُمْ يُبَارِكْ لَكُمْ فِيهِ^٣.

١٣٥٥. عنه ﷺ : أَبْرِدُوا الطَّعَامَ الْحَارَّ ؛ فَإِنَّ الطَّعَامَ الْحَارَّ غَيْرُ ذِي بَرَكَاتٍ^٤.

١٣٥٦. عنه ﷺ : أَبْرِدُوا طَعَامَكُمْ ؛ فَإِنَّهُ أَعْظَمُ لِلْبَرَكَاتِ^٥.

١٣٥٧. شعب الإيمان عن ضُحَيْبٍ : نَهَى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَنْ أَكْلِ الطَّعَامِ الْحَارِّ.

١. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ١، ص ٥٠٣، ح ١٤٤٤، الخصال، ص ٨٩، ح ٢٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ٩ و ج ٧٦، ص ٥٨، ح ٤.

٢. أسد الغابة، ج ١، ص ٤٢٢ الرقم ٥٠٥ عن خطاب بن محمد بن بولي عن أبيه عن جده، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٢٣، ح ٤٠٧١٣ نقلاً عن عبدان عن بولاء.

٣. الجامع الصغير، ج ١، ص ٤٨٤، ح ٣١٣٤، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٢٣، ح ٤٠٧١٤ كلاهما نقلاً عن الكامل في ضعفاء الرجال عن عائشة.

٤. المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ١٢٢، ح ٧١٢٥ عن جابر، المعجم الأوسط، ج ٦، ص ٢٠٩، ح ٦٢٠، الفردوس، ج ١، ص ٩٩، ح ٣٢٢٧ كلاهما عن أبي هريرة نحوه، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٩، ح ٤٠٨٠٢، الكافي، ج ٦، ص ٢٢٢، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ١٧٤، ح ١٤٨٦ كلاهما عن محمد بن حكيم عن الإمام الصادق عليه السلام وليس فيهما «أبردوا الطعام الحار».

٥. كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٤٩، ح ٤٠٨٠٠ نقلاً عن مسند ابن حنبل والطبراني في المعجم الكبير وصحيح ابن حبان والمستدرک للحاكم عن أسماء بنت أبي بكر.

۱۳۵۲. امام صادق علیه السلام: در سه چیز، ناخشنودی خداوند تعالی است: خفتن بدون بیداری کشیدن [و احساس نیاز به خواب]، خندیدن بدون شگفتی، و خوردن پس از سیری.

ر.ک: ج ۲، ص ۶۵ (خوردن غذا به هنگام گرسنگی و اشتها).
ج ۲، ص ۸۵ (زیان های خوردن، پس از سیری).

۱۸/۵

پرهیز از خوردن غذای داغ

۱۳۵۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: از غذای داغ حذر کنید؛ چرا که برکت را از میان می برد، و بر شما باد غذای سرد؛ چرا که گواراتر و پُربرکت تر است.
۱۳۵۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: غذایتان را سرد کنید تا در آن به شما برکت داده شود.
۱۳۵۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: غذای داغ را سرد کنید؛ چرا که غذای داغ، بی برکت است.
۱۳۵۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: غذایتان را سرد کنید؛ زیرا آن پُربرکت تر است.
۱۳۵۷. شعب الایمان - به نقل از ضَهِیب -: پیامبر خدا از خوردن غذای داغ، تا

حَتَّى يَسْكُنَ^۱.

۱۳۵۸. الإمام علي عليه السلام: أَقْرِؤُوا الْحَارَّ حَتَّى يَبْرُدَ؛ فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قُرَّبَ إِلَيْهِ طَعَامٌ حَارٌّ،

فَقَالَ: أَقْرِؤْهُ حَتَّى يَبْرُدَ. مَا كَانَ اللَّهُ ﷻ لِيُطْعِمَنَا النَّارَ، وَالْبَرَكَهَ فِي الْبَارِدِ^۲.

۱۳۵۹. الإمام الصادق عليه السلام: أَتَيْ النَّبِيُّ ﷺ بِطَعَامٍ حَارٍّ، فَقَالَ:

إِنَّ اللَّهَ لَمْ يُطْعِمْنَا النَّارَ، نَحْوَهُ حَتَّى يَبْرُدَ. فَتَرَكَ حَتَّى بَرَدَ^۳.

۱۳۶۰. عنه عليه السلام: إِنَّ النَّبِيَّ ﷺ أَتَى بِطَعَامٍ حَارٍّ جِدًّا، فَقَالَ:

مَا كَانَ اللَّهُ ﷻ لِيُطْعِمَنَا النَّارَ، أَقْرِؤْهُ حَتَّى يَبْرُدَ وَيُمْكِنَ؛ فَإِنَّهُ طَعَامٌ مَسْحُوقٌ

الْبَرَكَهَ وَلِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَصِيبٌ^۴.

۱۳۶۱. المحاسن عن عائذ بن حبيب بن عاصم الهروي: كُنَّا عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَأَتَيْنَا بِشَرِيدٍ،

فَمَدَدْنَا أَيْدِيَنَا إِلَيْهِ فَإِذَا هُوَ حَارٌّ.

فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: نُهِنَا عَنْ أَكْلِ النَّارِ، كُفُّوا فَإِنَّ الْبَرَكَهَ فِي بَرْدِهِ^۵.

راجع: ج ۲، ص ۸۶ (أكل الطعام الساخن قبل أن يبرد).

۱. شعب الإيمان، ج ۵، ص ۹۴، ح ۵۹۱۲، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۵۹، ح ۴۰۸۵۶ وفيه «يمكن» بدل «يسكن».

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۱، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۳، ح ۱۴۸۵، كلاهما عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، النخبال، ص ۶۱۳، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، تحف العقول، ص ۱۰۳، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۱۴، ح ۱۰۰۱، صيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ۲، ص ۴۰، ح ۱۲۴ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ۲۳۸، ح ۱۴۲ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه عنه عليه السلام، والثلاثة الأخيرة نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۱، ح ۳ و ۴ و ص ۴۱۰، ح ۷.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۲، ح ۴ عن ابن القداح، المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۳، ح ۱۴۸۲ عن ابن القداح عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۷۰، ح ۸۷ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۲، ح ۸.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۲، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۳، ح ۱۴۸۳ كلاهما عن السكوني، الجعفریات، ص ۱۶۰ كلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۱۷، ح ۳۸۸ من دون إسناد إلى الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۲، ح ۹.

۵. المحاسن، ج ۲، ص ۱۷۴، ح ۱۴۸۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۰۳، ح ۱۳.

هنگامی که داغی آن فرو نشیند، نهی فرمود.

۱۳۵۸. امام علی علیه السلام: [غذای] داغ را بگذارید تا سرد شود؛ چرا که نزد پیامبر خدا غذایی داغ آوردند و ایشان فرمود: «آن را بگذارید تا سرد شود. چنین نیست که خداوند تعالی آتش را خوراکمان کرده باشد و نیز برکت، در [غذای] سرد است».

۱۳۵۹. امام صادق علیه السلام: نزد پیامبر صلی الله علیه و آله غذایی داغ آوردند. فرمود: «خداوند، آتش را خوراکمان نکرده است. کنارش بگذارید تا سرد شود». پس آن را وا گذاشتند تا سرد شد.

۱۳۶۰. امام صادق علیه السلام: برای پیامبر صلی الله علیه و آله غذایی بسیار داغ آوردند. فرمود: «چنین نیست که خداوند، آتش را خوراکمان کرده باشد. آن را در جایی بگذارید تا سرد شود و [جوشش آن،] آرام بگیرد؛ چرا که غذای داغ، برکت ندارد و شیطان را در آن بهره‌ای است».

۱۳۶۱. المحاسن - به نقل از عائذ بن حبیب - : نزد امام صادق علیه السلام بودیم. برایمان تیریدی آوردند. دستان خود را به سوی آن دراز کردیم و دیدیم که داغ است. در این هنگام، امام صادق علیه السلام فرمود: «ما از خوردن آتش، نهی شده‌ایم. دست بدارید؛ چرا که برکت در سرد شدن آن است».

ر.ک: ج ۲، ص ۸۷ (خوردن غذای گرم، پیش از سرد شدن).

۱۹/۵

اجتناب الأكل على الجنابة إلا مع الوضوء

۱۳۶۲. رسول الله ﷺ: خَمْسُ خِصَالٍ تَوْرِثُ الْبَرَصَ: النُّورَةُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَيَوْمَ الْأَرْبَعَاءِ، وَالتَّوَضُّؤُ وَالْإِغْتِسَالُ بِالمَاءِ الَّذِي تُسَخِّنُهُ الشَّمْسُ، وَالْأَكْلُ عَلَى الْجَنَابَةِ، وَغِشْيَانُ الْمَرْأَةِ فِي أَيَّامِ حَيْضِهَا، وَالْأَكْلُ عَلَى الشَّبَعِ.^۱
۱۳۶۳. سنن النسائي عن عائشة: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ كَانَ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَنَامَ وَهُوَ جُنُبٌ تَوَضَّأَ، وَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَأْكُلَ غَسَلَ يَدَيْهِ.^۲

۲۰/۵

اجتناب النوم بعد الطعام

۱۳۶۴. رسول الله ﷺ: أَذْيَبُوا طَعَامَكُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ، وَلَا تَنَامُوا عَلَيْهِ فَتَقْسُو قُلُوبُكُمْ.^۳

۱. الخصال، ص ۲۷۰، ح ۹ عن ابن عباس، روضة الواعظین، ص ۳۳۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۳۴، ح ۱۶.
 ۲. سنن النسائي، ج ۱، ص ۱۳۹، مسند ابن حنبل، ج ۹، ص ۴۰۱، ح ۲۴۷۶۸ وزاد فيه «وضوء للصلاة» بعد «توضأ»، صحيح ابن حبان، ج ۴، ص ۲۰، ح ۱۲۱۸، المصنّف لابن أبي شيبة، ج ۱، ص ۸۰، ح ۲، المعجم الأوسط، ج ۶، ص ۲۲۰، ح ۶۲۴۰ وزاد فيه «وضوء الصلاة» بعد «توضأ»، وفيه «توضأ» بدل «غسل يديه»، المعجم الكبير، ج ۲۳، ص ۴۰۸، ح ۹۸۰ عن أم سلمة نحوه.
 ۳. المعجم الأوسط، ج ۵، ص ۱۶۳، ح ۴۹۵۲، شعب الإيمان، ج ۵، ص ۱۲۴، ح ۶۰۴۴ كلاهما عن عائشة، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۴۵، ح ۴۰۷۷۳: الدعوات، ص ۷۶، ح ۱۷۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۱۲، ح ۹.

۱۹/۵

پرهیز از خوردن در حالت جنابت، مکر با وضو

۱۳۶۲. پیامبر خدا ﷺ: پنج چیز، پیسی می آورد: نوره کشیدن در روز جمعه و چهارشنبه؛ وضو گرفتن و غسل کردن با آبی که در آفتاب، گرم شده است؛ خوردن در حال جنابت؛ نزدیکی با زن در دوره قاعدگی اش؛ و خوردن در حال سیری.

۱۳۶۳. سنن النسائی - به نقل از عایشه - : پیامبر خدا، چون در حال جنابت قصد خفتن داشت، وضو می ساخت و چون قصد خوردن داشت، دستان خویش می شست.



۲۰/۵

پرهیز از خفتن، بلافاصله پس از خوردن غذا

۱۳۶۴. پیامبر خدا ﷺ: غذایتان را با یاد خدا و نماز، ذوب (هضم) کنید و بر آن م خوابید، که دل هایتان سخت می شود.

توضیح

مستدرک الوسائل، روایتی مرسل از کتاب التعریف نقل کرده که در آن آمده است:
خفتن پس از غذا، غذا را هضم می‌کند و خوشگوار می‌سازد.^۱

این روایت با روایت پیشین، تعارضی ندارد؛ زیرا آن روایت می‌گوید: خفتن پس از غذا، دل را سخت می‌کند؛ اما این روایت می‌گوید: غذا را هضم می‌کند، با این توضیح که امکان دارد چیزی، هم زمینه سنگ‌دلی را فراهم آورد و هم هضم‌کننده غذا باشد.

افزون بر این، چنان که به نظر می‌رسد، مقصود از روایت این‌جا، «خفتن شبانه پس از غذا» است، به خلاف روایت مستدرک الوسائل که ناظر به «خواب نیم‌روزی» است، چنان که در ج ۲، ص ۹۵ ذیل عنوان «به پشت دراز کشیدن پس از غذا» گذشت. به هر روی، در سند هر دو روایت، اشکال شده است، هر چند که ظاهراً روایت این‌جا به صحت، نزدیک‌تر است.

ر.ک: ج ۱، ص ۳۵۳ (بهداشت دهان و دندان / خلال کردن).

ج ۱، ص ۳۶۵ (شستشوی دهان و بینی).

ج ۱، ص ۳۶۷ (مسواک زدن).

رهنمودهای اسلام درباره خوردن

رعایت دستورهای بهداشتی در خوردن و آشامیدن، یکی از مهم‌ترین عوامل سلامت، شادابی و طول عمر است. اگر مردم بدانند که چه باید بخورند، چه اندازه بخورند و چگونه بخورند و نیز دانسته خود را به کار ببندند، بی‌تردید، بیشتر بیماری‌ها از جامعه بشری رخت برخواهد بست و انسان‌ها لذت و طراوت زندگی را خواهند چشید.

نخستین نکته برای رعایت دستورهای بهداشتی درباره خوردن، توجه به این حقیقت است که در نظام آفرینش، «خوردن»، ابزاری برای زندگی است، نه آن‌که زندگی، ابزاری برای خوردن؛ چنان‌که در حکمتی منسوب به امام علی (ع) آمده است:

لَا تَطْلُبُ الْحَيَاةَ لِتَأْكُلَ، بَلِ اطْلُبِ الْأَكْلَ لِتَحْيَا؛

زندگی را برای خوردن مغواه؛ بلکه خوردن را برای زندگی بخواه.

بسیاری از مردم - اگر نگوییم بیشتر آنان - سلامت، شادابی و زندگی خود را فدای شکم خود می‌کنند. از این رو، هیچ‌گاه به فکر این نیستند که چه بخورند، چگونه بخورند و چه اندازه بخورند. پس، هر چه را مزه بهتری دارد، به هر اندازه که میل دارند و به هر شکلی که پیش بیاید، مصرف می‌کنند و بدین‌سان، گرفتار انواع بیماری‌ها می‌شوند، چنان‌که امام علی (ع) می‌فرماید:

مَنْ غَرَسَ فِي نَفْسِهِ مَحَبَّةَ أَنْوَاعِ الطَّعَامِ، اجْتَنَى ثَمَارَ قُنُونِ الْأَسْقَامِ؛

هر کس در دل خود، درخت علاقه به انواع غذاها را بکارد، میوه گونه‌های ناتندرستی را می‌چیند.

رهنمودهای اسلام در این زمینه، فوق‌العاده مهم و ارزشمندند و با در نظر گرفتن عصر صدور آنها، معجزهٔ علمی پیشوایان دین، محسوب می‌شوند. در این باره، توجه به دو نکته، دارای اهمیت است:

۱. رهنمودهای اسلام دربارهٔ خوردن، تنها سلامت جسم را تضمین نمی‌کنند؛ بلکه تضمین‌کنندهٔ سلامت هم جسم و هم جان انسان هستند.

۲. از آن جا که عقل و علم، بر همهٔ رازهای آفرینش احاطه ندارند، چه بسا حکمت برخی از رهنمودهای اسلام برای دانش امروز، مجهول باشد؛ ولی بی‌تردید، این، به معنای بی‌دلیل بودن آن رهنمودها نیست، چنان‌که فلسفهٔ شماری از احکام اسلام، در گذشته مجهول بود و امروزه علم به راز آنها پی برده است.



و اینک، اشاره‌ای کوتاه به آن رهنمودها

یک. مهم‌ترین رهنمود

نخستین و مهم‌ترین رهنمود اسلام دربارهٔ مواد غذایی مورد مصرف، این است که «حلال» باشند، بدین معنا که:

اولاً: آنچه انسان مصرف می‌کند، باید از راه مشروع، تهیه شده باشد. غذایی که از راه نامشروع و تجاوز به حقوق دیگران تهیه گردد، هر چند ممکن است برای سلامت جسم، ضرر نداشته باشد؛ اما بی‌تردید برای سلامت روان، زیانبار است. ثانیاً: غذای انسان باید از «طیبات» (آنچه پاک است) تهیه شده باشد. بر اساس این رهنمود، انسان نباید غذاهایی را که طبع تودهٔ مردم، از آن نفرت دارد، یا اسلام، خوردن آن را ممنوع دانسته (مانند: گوشت مردار یا گوشت حیوانات حرام گوشت) مصرف کند، هر چند که تجاوز به حقوق دیگران نباشد.

ثالثاً: غذا برای کسی که مصرف‌کننده است، نباید زیانبار باشد. توضیح، این‌که: ممکن است غذایی، برای یک نفر مفید باشد؛ اما برای دیگری، به دلیل

آن که بیمار است، زیانبار باشد.

رابعاً: غذا برای جان انسان و یا جامعه نباید مفسده داشته باشد. توضیح، این که: ممکن است غذایی حلال باشد و برای جسم هم زیانبار نباشد، لیکن چگونگی مصرف آن، برای جان و یا جامعه مفسده داشته باشد (مانند: غذا خوردن در ظروف طلا و نقره، یا غذا خوردن از سفره‌ای که مشروبات الکلی در آن قرار دارد). خوردن این گونه غذاها نیز در اسلام، ممنوع شناخته شده است.

دو. دو وعده غذا خوردن در شبانه روز

در روایات اسلامی، برای تداوم سلامت و شادابی انسان، خوردن دو وعده غذا در صبح و شام، توصیه شده است. اهل بهشت نیز که در دار السلام، جاوید هستند، در همین دو وعده، غذا می‌خورند: «وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا»^۱ و در بهشت، هر صبح و شام، روزی آنان آماده است.

سه. توصیه به کم‌خوری

پیشوایان دین، ضمن تأکید بر کم‌خوری، منافع فراوانی برای آن ذکر کرده‌اند؛ مانند: تداوم سلامت بدن، صفای اندیشه، نورانیت دل، رهایی از دام شیطان، بهره‌گیری از ملکوت هستی، نزدیکی به خداوند متعال و استفاده بهتر از عبادت پروردگار.

چهار. خطر پُرخوری

بر عکس، پُرخوری، از منظر احادیث، به شدت نکوهیده است. پُرخوری، از سلامت می‌کاهد؛ و نهیّت را می‌افزاید، بدن را بدبو می‌کند و زمینه را برای انواع بیماری‌های جسمی و روحی، فراهم می‌سازد. پُرخوری، جوهر نفس را تباه

می‌کند، به نیروی تقوا (پرهیزگاری) و ورع (خویش‌داری) ضربه می‌زند، حجاب تیزهوشی است، و دل را سخت و تاریک می‌سازد.

شخص پُرخور، خواب‌های آشفته می‌بیند و هنگام عبادت، احساس کسالت می‌نماید. از این‌رو، عبادتش اندک است و از بساط قُرب حضرت حق، دور. و سرانجام، سیری در دنیا، موجب گرسنگی در آخرت خواهد شد.

پنج. مقدار خوراک مفید

برای پیشگیری از زیان‌های پُرخوری و بهره‌گیری از منافع کم‌خوری، پیشوایان اسلام توصیه کرده‌اند که انسان، پیش از آن هنگام که اشتها دارد، چیزی نخورد و قبل از آن که اشتهايش کاملاً از بین رفته، از خوردن، دست بکشد: «كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي، وَأَمْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي».



شش. برترین خوراکی و بهترین سفره

از منظر روایات اسلامی، برترین غذاها، غذایی است که دارای چند ویژگی باشد:

اول، آن‌که: از دست‌رنج خود فرد، تهیه شده باشد؛

دوم، آن‌که: خانواده او آن را دوست داشته باشند؛

سوم، این‌که: بوی آن، موجب آزار دیگران نباشد.

بهترین سفره‌ها نیز پاکیزه‌ترین، حلال‌ترین و ساده‌ترین آنهاست؛ سفره‌ای که انواع غذاها، رنگارنگ و گران‌قیمت - که اهل بیت علیهم‌السلام از مصرف آنها به خدا پناه می‌بردند - بر آن چیده نشده باشد.

هفت. آداب سفره

آدابی که پیشوایان اسلام برای حضور بر سر سفره غذا توصیه کرده‌اند، عبارت‌اند از: بودن سبزیجات در سفره، شستن دست‌ها و خشک نکردن آنها با حوله، درآوردن کفش‌ها، نشستن بر سر سفره با فروتنی، گرامی داشتن نان، سهمیم

کردنِ ناظر (اعم از انسان و حیوان) در غذا و آخرین ادب، صدقه دادن از آن غذا و یا همانند آن.

هشت. آداب غذا خوردن

آداب غذا خوردن، به چند بخش، تقسیم می‌شود:

بخش اول. مواردی که باید هنگام خوردن غذا رعایت شوند و آنها عبارت‌اند از:
الف. تدبیر در این که انواع خوراکی‌های مورد نیاز انسان، چگونه در نظام آفرینش پدید آمده‌اند؟ و چه عواملی دست به دست هم داده‌اند تا آنچه در سفره نهاده شده، آماده گردد که اکنون می‌توان با میل و اشتها از آن استفاده نمود.

ب. آغاز کردن خوردن با نام و یاد آفریدگار مهربان که انواع غذاهای مفید را برای تأمین نیازهای انسان، در نظام آفرینش قرار داد. نیز تکرار نام خدا به هنگام خوردن هر نوع غذا، و تکرار آن هرگاه که در میان غذا خوردن، سخن گفته شود، و همچنین شکرگزاری فراوان در هنگام خوردن.

ج. آغاز کردن غذا با نمک،^۱ البته در صورتی که خوردن نمک برای انسان ضرر نداشته باشد.

د. آغاز کردن از سبک‌ترین غذاها.

ه. نخوردن غذای داغ و خوردن غذای نیم‌گرم، پیش از آن که سرد شود.

و. خوردن با دست راست.

ز. کوچک گرفتن لقمه.

ح. خوب جویدن غذا.

۱. ممکن است توصیه روایات به «خوردن نمک در آغاز و پایان غذا» برای مناطقی باشد که به دلیل عرق‌ریزی فراوان، نمک بدن کاسته می‌شود و یا برای ضد عفونی کردن دهان باشد. البته ظاهر روایات فراوانی که به این معنا توصیه کرده‌اند، این است که خوردن اندکی نمک قبل و پس از غذا، برای کسانی که بیمارند، مفید است.

ط. طولانی کردن نشستن بر سر سفره.

ی. گرامی داشتن نان و نگذاشتن آن زیر ظرف غذا.

ک. استفاده کردن از آنچه از سفره می‌ریزد. این، برای وقتی است که غذا در منزل میل می‌شود، آن هم در صورتی که آلوده نشده باشد؛ ولی اگر کسی در صحرا غذا میل نمود، بهتر است که آنچه را از سفره می‌ریزد، برای حیوانات بگذارد.

ل. دست کشیدن از خوردن غذا، پیش از سیر شدن کامل و در حالی که قدری از اشتهای باقی است.

بخش دوم. اموری که هنگام غذا خوردن، ترک آنها شایسته است، و آنها عبارت‌اند از:

الف. زیاده‌روی در کیفیت و کمیت خوراک.

ب. نکوهش غذایی که نسبت به آن بی‌میل است.

ج. دمیدن در غذا.

مرکز تحقیقات کبیر پزشکی

د. خوردن با دست چپ.

ه. خوردن با یک انگشت یا دو انگشت.

و. بلند آروغ زدن.

ز. پاک کردن زیاد استخوان‌ها.

ح. آب خوردن در میان غذا.

ط. آب خوردن، پس از خوردن گوشت.

ی. خوردن، در حال سیری.

بخش سوم. حالاتی که غذا خوردن در آنها نکوهیده است.

در اسلام، به طور کلی، میل کردن غذا در حالات غیر بهداشتی، یا به شیوه

غیر اخلاقی (مانند: غذا خوردن به شیوه متکبران) و یا به گونه‌ای که عرف جامعه

برنمی‌تابد، نکوهیده است و آنچه در روایات این بخش آمده (مانند: نهی از غذا خوردن در حال: «تکیه زده»، «خوابیده بر شکم»، «دراز کشیده»، «ایستاده»، و در حال «راه رفتن» و یا «جنابت»، در صورتی است که با یکی از این عناوین، منطبق گردد.

بخش چهارم. توصیه به هم غذا شدن با دیگران.
در روایات اسلامی، غذا خوردن به تنهایی، مذموم شناخته شده و توصیه شده که انسان هر قدر می‌تواند، دیگران را در غذای خود سهیم نماید. نیز غذا خوردن با خانواده، خدمت‌گزاران و یتیمان، مورد تأکید قرار گرفته است. آدابی که رعایت آنها به هنگام غذا خوردن با دیگران، ضروری است، عبارت‌اند از:

الف. خوردن از قسمت جلوی خود.
ب. خوردن از اطراف ظرف و نه از وسط آن، در جایی که غذا برای همگان آماده شده است.

مرکز تحقیقات کبیر پزشکی

ج. نگاه نکردن به لقمه دیگران.
د. رعایت حقوق دیگران در آنچه بر سر سفره است.
ه. آغاز شدن غذا خوردن به وسیله صاحب سفره یا بهترین شخص حاضر بر سر سفره.
و. ادامه دادن صاحب سفره به خوردن، تا سیر شدن همه کسانی که بر سر سفره نشسته‌اند.
ز. بلند شدن از سر سفره، قبل از برچیدن آن.

ث. آداب پایان غذا و برچیدن سفره

پایان غذا خوردن همانند آغاز آن، آدابی دارد که رعایت آنها برای سلامت جسم و جان، سودمند است. این آداب را به آداب عرفانی، اجتماعی و بهداشتی

می‌توان تقسیم کرد:

الف. آداب عرفانی، عبارت‌اند از: سپاس‌گزاری از ولی‌نعمت حقیقی (که خداوند متعال است) و دعا کردن برای برکت یافتن روزی.

ب. آداب اجتماعی، عبارت‌اند از: یادآوری گرسنگان و مسئولیتی که افراد سیر در برابر آنان دارند، و اقدام جهت کاستن فقر و گرسنگی از جامعه در حدّ توان.

ج. آداب بهداشتی، عبارت‌اند از: شستن دست‌ها، خلال کردن و مسواک زدن دندان‌ها، تمیز کردن آنچه زیر سفره ریخته است، مقداری استراحت بر پشت، و خوابیدن بلافاصله پس از خوردن غذا.

ده. آداب خوردن گوشت و میوه

خوردن گوشت و میوه از منظر روایات اسلامی، آداب ویژه‌ای دارد که اجمالاً به آنها اشاره می‌کنیم:

مرکز تحقیقات طب سنتی و گیاهی

یکم. آداب خوردن گوشت

الف. انتخاب گوشت جلوی بدن، بویژه سردست.

ب. شستن گوشت، قبل از پختن.

ج. تکه تکه کردن گوشت به وسیلهٔ دندان به هنگام خوردن و تکه نکردن آن با چاقو.

د. نخوردن گوشت خشکیدهٔ نمک‌سود.

ه. نخوردن گوشت خام.

و. خوردن گوشت، سه روز یک‌بار، یا هفته‌ای یک‌بار، و ترک نکردن آن برای حدّ اکثر چهل روز، و پرهیز از خوردن آن در هر روز.

ز. پرهیز از پاک کردن کامل استخوان و خوردن مغز قلم.

دوم. آداب خوردن میوه

الف. شستن میوه با آب.

ب. یاد خدا به هنگام خوردن آن.

ج. خواندن دعای ویژه به هنگام دیدن میوه نوبر.

د. خوردن میوه در آغاز فصل آن، و نخوردن آن در اواخر فصلش.

ه. خوردن میوه با پوست آن.

آنچه ملاحظه شد، خلاصه‌ای از رهنمودهای ارزشمندی است که در احادیث اسلامی درباره خوردن برای تأمین سلامت جسم و جان، آمده است. گفتنی است در این دانش‌نامه، تنها احادیثی را آورده‌ایم که ارتباط نزدیک‌تری با بهداشت جسم دارند. کسانی که مایل هستند با همه روایاتی که درباره آداب خوردن وارد شده است، آشنا شوند، می‌توانند به موسوعة میزان الحکمة^۱ (جلد اول، کلمه «أكل») مراجعه نمایند.



مرکز تحقیقات علوم دینی

۱. موسوعة میزان الحکمة، دائرة المعارفی است گسترده‌تر از میزان الحکمة، از همان مؤلف، همراه با تحلیل و تحقیق در زمینه‌های مختلف معارف اسلامی. جلد اول و دوم این اثر که با همکاری محققان مرکز تحقیقات دارالحدیث به انجام رسیده، منتشر گردیده است و به فضل خداوند منان بقیة مجلدات آن نیز به تدریج، منتشر خواهد شد.

الفصل السادس

آداب أكل اللحم



١٣٦٥. الإمام علي عليه السلام: كَانَ أَحَبَّ الشَّيْءِ إِلَيَّ اللَّحْمُ الذَّرَاعُ.^١

١٣٦٦. الإمام الباقر عليه السلام: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُعْجِبُهُ الذَّرَاعُ.^٢

١٣٦٧. مسند ابن حنبل عن يحيى بن أبي إسحاق عن رجل من بني غفار: حَدَّثَنِي فُلَانٌ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ أَتَى بِطَعَامٍ مِنْ خُبْزٍ وَلَحْمٍ، فَقَالَ: «نَاوِلْنِي الذَّرَاعَ» فَتَوَوَّلَ ذِرَاعاً فَأَكَلَهَا.

١. التاريخ الكبير، ج ٦، ص ٣٩١ عن عمر بن علي بن أبي طالب، مسند الشاميين، ج ٣، ص ١٢٠، ح ١٩١٢ وح ١٩١٣ كلاهما عن أبي هريرة من دون إسناد إلى المعصوم.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣١٥، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٢، ح ١٨٣٠ كلاهما عن زرارة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧١، ح ٦٠: سنن أبي داود، ج ٣، ص ٣٥٠، ح ٣٧٨١ عن عبد الله بن مسعود، مسند ابن حنبل، ج ٩، ص ٢٢٨، ح ٢٣٩٢٠ عن أبي رافع، المعجم الكبير، ج ٢٢، ص ٣٣٦، ح ٨٢٢ عن أبي عبيد والثلاثة الأخيرة من دون إسناد إلى الإمام الباقر عليه السلام، كنز العمال، ج ٧، ص ١٠٣، ح ١٨١٧٠.

فصل ششم آداب خوردن گوشت

۱/۶ انتخاب سردست یا قسمت های جلو

۱۳۶۵. امام علی علیه السلام: دوست داشتنی ترین عضو گوسفند برای پیامبر صلی الله علیه و آله، سردست بود.

۱۳۶۶. امام باقر علیه السلام: پیامبر خدا، سردست را خوش می داشت.

۱۳۶۷. مسند ابن حنبل - به نقل از یحیی بن ابی اسحاق، از مردی از بنی غفار -:
فلان کس برایم نقل کرد که برای پیامبر خدا، غذایی از نان و گوشت آوردند، فرمود: «سردست آن را به من بده». سردست، به ایشان داده شد و ایشان آن را خورد.

یحیی می گوید: از این خبر فقط به همین صورت، آگاهی دارم.

قَالَ يَحْيَى: لَا أَعْلَمُهُ إِلَّا هَكَذَا.

ثُمَّ قَالَ: «نَاوِلْنِي الذُّرَاعَ» فَتَوَلَّى ذِرَاعاً فَأَكَلَهَا....^١

١٣٦٨. الإمام الصادق عليه السلام: سَمَتِ الْيَهُودِيَّةُ النَّبِيَّ ﷺ فِي ذِرَاعٍ. وَكَانَ النَّبِيُّ ﷺ يُحِبُّ الذُّرَاعَ وَالْكَتِفَ، وَيَكْرَهُ الْوَرَكَ، لِقُرْبِهَا مِنَ الْمَبَالِ.^٢

١٣٦٩. دعائم الإسلام: عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ أَنَّهُ كَانَ يُحِبُّ اللَّحْمَ وَيَقُولُ: إِنَّا مَعَشَرَ قُرَيْشٍ لَحَمِيَّونَ.

وَكَانَتِ الذُّرَاعُ مِنَ اللَّحْمِ تُعْجِبُهُ، وَأُهْدِيَتْ إِلَيْهِ ﷺ شاةٌ فَأَهْوَى إِلَى الذُّرَاعِ، فَنَادَتْهُ إِنِّي مَسْمُومَةٌ!

وَقَالَ ﷺ: لَا يَأْكُلُ الْجَزُورَ إِلَّا مُؤْمِنٌ.^٣

١٣٧٠. الإمام الرضا عليه السلام - لِفَلاَمِهِ -: اشْتَرَى لَنَا مِنَ اللَّحْمِ الْمَقَادِيمَ وَلَا تَشْتَرِ لَنَا الْمَآخِيزَ؛ فَإِنَّ الْمَقَادِيمَ أَقْرَبُ مِنَ الْمَرَعَى، وَأَبْعَدُ مِنَ الْأَذَى.^٤

٢/٦

غَسَلَ الْجَمُّ قَبْلَ طَبْخِهِ

١٣٧١. رسول الله ﷺ: مَرَّ أَخِي عِيسَى ﷺ بِمَدِينَةٍ فَإِذَا وُجُوهُهُمْ صُفْرٌ وَعُيُونُهُمْ زُرْقٌ، فَشَكَوَا إِلَيْهِ مَا بِهِمْ مِنَ الْعِلَلِ.

١. مسند ابن حنبل، ج ٢، ص ٣٠٥، ح ٥٠٨٩، البداية والنهاية، ج ٦، ص ١٢١.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٢١٥، ح ٣ عن ابن القُدَّاح، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٢، ح ١٨٣١ عن ابن القُدَّاح عن الإمام الباقر عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧١، ح ٦١.

٣. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٠، ح ٣٥٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٦، ح ٧٣.

٤. الدعوات، ص ١٤٠، ح ٢٥٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٥، ح ٧٠.

۱۳۶۸. امام صادق علیه السلام: آن زن یهودی، پیامبر صلی الله علیه و آله را با زهری که در سردست نهاده بود، مسموم کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله، دست و شانه را دوست داشت و پُن ران را به دلیل نزدیک بودنش به پیشابگاه، دوست نداشت.

۱۳۶۹. دعائم الإسلام: دربارهٔ پیامبر خدا آورده‌اند که گوشت، دوست داشت و می‌فرمود: «ما قرشی‌ها، گوشتی هستیم»؛ اما از گوشت‌ها، دست، خوشایند او بود.

یک بار، گوسفندی [ذبح‌شده] به ایشان اهدا شد. ایشان، آهنگ برداشتن سردست کرد؛ اما سردست، ایشان را چنین بانگ داد که: من زهراگین هستم.

ایشان فرموده است: «جز مؤمن، گوشت شتر نمی‌خورد».

۱۳۷۰. امام رضا علیه السلام - خطاب به غلام خود - : در [خریدن] گوشت برای ما، قسمت‌های جلو [ی لاشه] را بخر و قسمت‌های عقب را نخر؛ زیرا بخش‌های جلو به چراگاه، نزدیک‌تر و از آفت، دورترند.

۲/۶

شتن گوشت پیش از پختن آن

۱۳۷۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: برادرم عیسی، از شهری گذر کرد و دید که مردمش رنگ چهره‌هایشان زرد و چشم‌هایشان کبود است. آنان از بیماری‌هایی که داشتند، نزد وی اظهار ناراحتی کردند.

فَقَالَ: دَوَّوْكُمْ مَعَكُمْ، أَنْتُمْ إِذَا أَكَلْتُمُ اللَّحْمَ طَبَّخْتُمُوهُ غَيْرَ مَغْسُولٍ، وَلَيْسَ
يَخْرُجُ شَيْءٌ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا بِجَنَابَةٍ.

فَغَسَلُوا بَعْدَ ذَلِكَ لُحُومَهُمْ فَذَهَبَتْ أَمْرَاضُهُمْ.^١

٣/٦

النَّهْسُ

١٣٧٢. رسول الله ﷺ: إِنْهَسُوا اللَّحْمَ نَهْسًا؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^٢

١٣٧٣. عنه ﷺ: قَرَّبَ اللَّحْمَ مِنْ فَيْكِ؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^٣

١٣٧٤. سنن أبي داود عن صفوان بن أمية: كُنْتُ أَكُلُ مَعَ النَّبِيِّ ﷺ فَأَخَذَ اللَّحْمَ بِيَدِي
مِنَ الْعَظْمِ، فَقَالَ:

أَدْنِ الْعَظْمَ مِنْ فَيْكِ؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^٤

١٣٧٥. رسول الله ﷺ: لَا تَقْطَعُوا اللَّحْمَ بِالسَّكِينِ؛ فَإِنَّهُ مِنْ صَنِيعِ الْأَعَاجِمِ، وَإِنْهَسُوهُ؛

١. قصص الأنبياء، ص ٢٧٤، ح ٣٣٠ عن ابن سنان عن الإمام الصادق عليه السلام، علل الشرائع، ص ٥٧٥، ح ١ عن

عمر بن علي عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ١٤، ص ٣٢١، ح ٢٨ و ج ٦٢، ص ١٦١، ح ٦.

٢. مسنن الترمذي، ج ٤، ص ٢٧٦، ح ١٨٣٥، المعجم الكبير، ج ٨، ص ٤٨، ح ٧٣٣١ و ص ٤٩، ح ٧٣٣٢

وفيها «انتهسوا» و«نهسا» بدل «انهسوا» و«نهسا» وكلها عن صفوان بن أمية، كثر العمال، ج ١٥، ص ٢٣٦،

ح ٤٠٧٣٢.

٣. مسند ابن حنبل، ج ١٠، ص ٤٥٢، ح ٢٧٧١٤، المعجم الكبير، ج ٨، ص ٤٩، ح ٧٣٣٣ كلاهما عن صفوان بن

أمية، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ١٢٦، ح ٧١٠٣ عن صفوان بن أبي أمية، كثر العمال، ج ١٥،

ص ٢٤٦، ح ٤٠٨٨٣.

٤. سنن أبي داود، ج ٣، ص ٢٥٠، ح ٢٧٧٩، مسند ابن حنبل، ج ١٠، ص ٤٥٢، ح ٢٧٧١٤، المستدرک علی

الصحیحین، ج ٤، ص ١٢٦، ح ٧١٠٣، السنن الكبرى، ج ٧، ص ٤٥٦، ح ١٤٦٢٥ والثلاثة الأخيرة نحوه،

المعجم الكبير، ج ٨، ص ٤٩، ح ٧٣٣٣ وفيها «قرب اللحم» بدل «أدن العظم»، كثر العمال، ج ١٥، ص ٢٤٦،

ح ٤٠٨٨٣ و ص ٢٥١، ح ٤٠٨١٥.

گفت: «درمانتان همراهتان است. شما هنگامی که گوشت می‌خورید، آن را ناشسته می‌پزید، در حالی که هیچ چیزی بدون نوعی جنابت، از دنیا نمی‌رود».

از آن پس، گوشت‌های مصرفی خود را شستند و در نتیجه بیماری‌هایشان از میان رفت.

۳/۶

گرفتن گوشت با نوک دندان ها

۱۳۷۲. پیامبر خدا ﷺ: گوشت را کاملاً با نوک دندان‌ها بدرید؛ چرا که این، گواراتر و خوش‌مزه‌تر است.

۱۳۷۳. پیامبر خدا ﷺ: گوشت را به دهان، نزدیک کن؛ چرا که این، گواراتر و خوش‌مزه‌تر است.

۱۳۷۴. سنن ابی داوود - به نقل از صفوان بن اُمیّه - : همراه با پیامبر ﷺ [غذایی] می‌خوردم. من با دستم پاره‌های گوشت را از استخوان، جدا می‌کردم. فرمود: «استخوان را به دهان نزدیک کن؛ چرا که این، گواراتر و خوش‌مزه‌تر است».

۱۳۷۵. پیامبر خدا ﷺ: گوشت را با چاقو نبرید؛ چرا که این کار، کار عَجَم‌هاست.

فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^۱

۱۳۷۶. عنه عليه السلام: إِذَا أَرَادَ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ اللَّحْمَ فَلَا يَقْطَعُهُ بِالسَّكِينِ، وَلَكِنْ لِيَأْخُذَهُ بِيَدِهِ فَلْيَنْهَشْهُ بِفِيهِ؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^۲

۴/۶

إِجْتِنَابُ أَكْلِ الْقَدِيدِ

۱۳۷۷. الإمام الصادق عليه السلام: أَرْبَعَةٌ تُهْرِمُ قَبْلَ أَوَانِ الْهَرَمِ: أَكْلُ الْقَدِيدِ، وَالْقُعُودُ عَلَى التَّدَاوَةِ، وَالصُّعُودُ فِي الدَّرَجِ، وَمُجَامَعَةُ الْعَجُوزِ.^۳

۱۳۷۸. عنه عليه السلام: ثَلَاثَةٌ يَهْدِمْنَ الْبَدَنَ وَرُبَّمَا قَتَلْنَ: أَكْلُ الْقَدِيدِ الْغَابِ، وَدُخُولُ الْحَمَامِ عَلَى الْبِطْنَةِ، وَنِكَاحُ الْعَجَائِزِ.^۴

۱۳۷۹. عنه عليه السلام: ثَلَاثٌ يُؤْكَلْنَ وَهُنَّ يَهْرِلْنَ... اللَّحْمُ الْيَابِسُ، وَالْجُبْنُ، وَالطَّلْعُ.^۵

۱۳۸۰. عنه عليه السلام: اِثْنَانِ يَضُرَّانِ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَلَا يَنْفَعَانِ مِنْ شَيْءٍ... فَاللَّحْمُ الْيَابِسُ،

وَالْجُبْنُ.^۶

مرکز تحقیقات پزشکی و طب سنتی

۱. سنن أبي داود، ج ۳، ص ۳۴۹، ح ۳۷۷۸، السنن الكبرى، ج ۷، ص ۴۵۶، ح ۱۲۶۲۶، سنن النسائي، ج ۴،

ص ۱۷۲ تحوه وكلها عن عائشة، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۳۶، ح ۴۰۷۳۱، الدعوات، ص ۱۵۴، ح ۴۱۹ وفيه

«وانهشه» بدل «وانهسوه» وفي صدره «لأمير المؤمنين عليه السلام: لا تقطع...»، طب النبي عليه السلام، ص ۵، بحار الأنوار،

ج ۶۲، ص ۲۹۴ و ج ۶۶، ص ۴۲۷، ح ۶ وراجع المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۴، ح ۱۸۳۸.

۲. المعجم الكبير، ج ۲۳، ص ۲۸۵، ح ۶۲۴، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۳، ح ۴۰۸۸۴، نقلاً عن شعب الإيمان

وكلاهما عن أم سلمة.

۳. تحف العقول، ص ۳۱۷، بحار الأنوار، ج ۷۸، ص ۲۳۰، ح ۱۵.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۴، ح ۶، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۳، ح ۱۷۹۷، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۸.

ح ۱۱۳۱، بحار الأنوار، ج ۷۶، ص ۷۵، ح ۱۹.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۵، ح ۷، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۴، ح ۱۷۹۸، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۶.

ح ۱۴۵۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۸.

۶. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۵، ح ۷، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۴، ح ۱۷۹۸، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۶.

ح ۱۴۵۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۸، انظر تمام الحديث في: ج ۱، ص ۹۶، ح ۹۲.

آن را به نرمی بدرید؛ چرا که گواراتر و خوش مزه تر است.

۱۳۷۶. پیامبر خدا ﷺ: هر گاه کسی از شما بخواهد گوشت بخورد، آن را با چاقو نبرد؛ بلکه با دست بگیرد و با دندان بدرد و جدا کند؛ چرا که این، گواراتر و خوش مزه تر است.

۴/۶

پرهیز از خوردن گوشت خشکیده، نمکود

۱۳۷۷. امام صادق ﷺ: چهار چیز، [انسان را] پیش از فرا رسیدن هنگام پیری، پیر می کند: خوردن گوشت خشک شده، نشستن بر جای مرطوب، بالا رفتن از پلکان، و آمیزش با پیرزنان.

۱۳۷۸. امام صادق ﷺ: سه چیز، بدن را فرسوده می کند و شاید هم بگشد: خوردن گوشت خشکیده فاسد، حمام رفتن با شکم پر، و همبستری با پیرزنان.

۱۳۷۹. امام صادق ﷺ: سه نوع از خوردنی ها، موجب لاغری است: گوشت خشک شده، پنیر، و شکوفه خرما.

۱۳۸۰. امام صادق ﷺ: دو چیز است که از هر جهت، زیان دارد و برای هیچ چیز، فایده ای ندارد...: گوشت خشک شده و پنیر.

۱۳۸۱. الإمام الهادي عليه السلام: الْقَدِيدُ لَحْمٌ سَوِيٌّ؛ لِأَنَّهُ يَسْتَرُخِي فِي الْمَعِدَةِ، وَيُهَيِّجُ كُلَّ دَاءٍ، وَلَا يَنْفَعُ مِنْ شَيْءٍ، بَلْ يَضُرُّهُ.^۱

۱۳۸۲. الكافي عن محمد بن عيسى عن الإمام الهادي عليه السلام: مَا أَكَلْتُ طَعَاماً أَبْقَى وَلَا أَهَيِّجُ لِلدَّاءِ مِنَ اللَّحْمِ الْيَاسِ - يَعْنِي الْقَدِيدَ - .^۲

راجع: ج ۱، ص ۱۰۴، ح ۱۰۷.

۵/۶

الْجَنَابُ أَكَلَ اللَّحْمِ النَّيِّءِ

۱۳۸۳. الإمام الباقر عليه السلام: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ نَهَى أَنْ يُؤْكَلَ اللَّحْمُ غَرِيضاً، وَقَالَ: إِنَّمَا تَأْكُلُهُ السَّبَاعُ، وَلَكِنْ حَتَّى تُغَيَّرَ الشَّمْسُ أَوْ النَّارُ.^۳

۱۳۸۴. الكافي عن هشام بن سالم: سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنْ أَكْلِ لَحْمِ النَّيِّءِ^۴، فَقَالَ: هَذَا طَعَامُ السَّبَاعِ.^۵

۱۳۸۵. الإمام الرضا عليه السلام: أَكُلُ اللَّحْمِ النَّيِّءِ يُوْرِثُ الدَّوَدَ فِي الْبَطْنِ.^۶

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۴، ح ۴ عن محمد بن عيسى، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۸۰ نقلاً عن الشهيد الأول نحوه.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۴، ح ۳.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۳، ح ۱، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۰، ح ۴۳۲۲ وزاد فيه «يعني نيئاً» بعد «غريضاً»، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۳، ح ۱۸۳۴ وفيهما «قال حرير يعني» بدل «ولكن» وكلها عن زرارة، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۱، ح ۶۴.

۴. وفي المحاسن وبحار الأنوار: «اللحم النيء».

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۴، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۳، ح ۱۸۳۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۱، ح ۶۳.

۶. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ۲۸، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۳۲۱.

۱۳۸۱. امام هادی علیه السلام: گوشت خشکیده نمک سود، بد چیزی است؛ زیرا در معده شل می شود، هر بیماری ای را تحریک می کند و برای هیچ چیزی سودمند نیست؛ بلکه زیان هم دارد.

۱۳۸۲. الکافی - به نقل از محمد بن عیسی، از امام هادی علیه السلام -: هیچ خوراکی را سنگین تر و بیماری آورتر از گوشت خشک شده نخورده ام.

ر.ک: ج ۱، ص ۱۰۵، ح ۱۰۷.

۵/۶

نبی از خوردن گوشت خام

۱۳۸۳. امام باقر علیه السلام: پیامبر خدا، از این که گوشت، خام خورده شود، نهی کرد و فرمود: «تنها درندگان، چنین گوشتی می خورند. [گوشت را] هنگامی بخورید که آفتاب یا آتش، آن را دیگرگون ساخته باشد».

۱۳۸۴. الکافی - به نقل از هشام بن سالم -: از امام صادق علیه السلام درباره خوردن گوشت خام پرسیدم. فرمود: «این، خوراک درندگان است».

۱۳۸۵. امام رضا علیه السلام: خوردن گوشت خام، در شکم، کرم پدید می آورد.

۶/۶

إِحْتِنَابُ إِذَا كَانَ أَكْلُ اللَّحْمِ

۱۳۸۶. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً؛ قَسَا قَلْبُهُ.^۱

۱۳۸۷. الإمام عليّ عليه السلام: لَا تَجْعَلُوا بُطُونَكُمْ مَقَابِرَ الْحَيَوَانِ.^۲

۱۳۸۸. الإمام الصادق عليه السلام: كَانَ عَلِيٌّ عليه السلام يَكْرَهُ إِدْمَانَ اللَّحْمِ وَيَقُولُ: إِنَّ لَهُ ضَرَاوَةً كَضَرَاوَةِ الْخَمْرِ.^۳

۱۳۸۹. ربيع الأبرار: فِي الْحَدِيثِ: مَنْ دَاوَمَ عَلَى اللَّحْمِ أَرْبَعِينَ يَوْماً قَسَا قَلْبُهُ، وَمَنْ تَرَكَهُ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ.^۴

۷/۶

وَحْتِنَابُ أَكْلِ اللَّحْمِ

۱۳۹۰. الإمام الصادق عليه السلام: كُلُّوا اللَّحْمَ فِي كُلِّ أُسْبُوعٍ، وَلَا تُعَوِّدُوهُ أَنْفُسَكُمْ وَأَوْلَادَكُمْ؛ فَإِنَّ لَهُ ضَرَاوَةً كَضَرَاوَةِ الْخَمْرِ، وَلَا تَمْنَعُوهُمْ فَوْقَ الْأَرْبَعِينَ يَوْماً؛ فَإِنَّهُ يُسِيءُ أَخْلَاقَهُمْ.^۵

۱۳۹۱. المحاسن عن إدريس بن عبد الله: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَذَكَرَ اللَّحْمَ، فَقَالَ: كُلْ يَوْماً لِحْمٍ، وَيَوْماً بَلْبَنٍ، وَيَوْماً بِشْيٍ آخَرَ.^۶

۱. طب النبي ﷺ، ص ۵، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

۲. شرح نهج البلاغة، ج ۱، ص ۲۶.

۳. المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۱، ح ۱۸۲۷ عن عبد الرحمن العزيمي، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۹، ح ۵۷.

۴. ربيع الأبرار، ج ۲، ص ۷۰۶.

۵. الأصول الستة عشر، ص ۱۲ عن زيد الزرّاد.

۶. المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۲، ح ۱۸۲۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۰، ح ۵۹.

۶/۶

پرهیز از اعتیاد به خوردن گوشت

۱۳۸۶. پیامبر خدا ﷺ: هر کس چهل روز گوشت بخورد، سنگ دل می شود.
۱۳۸۷. امام علی ﷺ: شکم هایتان را گورستان جانوران نکنید.
۱۳۸۸. امام صادق ﷺ: علی ﷺ عادت به خوردن گوشت را بد می شمزد و می فرمود: «آن را اعتیادی همچون اعتیاد به شراب است».
۱۳۸۹. ربیع الأبرار: در حدیث است که: «هر کس چهل روز پیوسته گوشت بخورد، سنگ دل می شود و هر کس چهل روز، آن را وا گذارد، بدخوی می گردد».



نوبت نهمی خوردن گوشت

۱۳۹۰. امام صادق ﷺ: در هر هفته، یک بار گوشت بخورید و خود و فرزندانان را بدان عادت ندهید؛ زیرا موجب اعتیادی همچون اعتیاد به شراب می گردد. نیز آنان را بیش از چهل روز، از آن محروم مدارید؛ چرا که آنان را بدخوی می کند.
۱۳۹۱. المحاسن - به نقل از ادريس بن عبد الله -: نزد امام صادق ﷺ بودم. از گوشت، سخن به میان آورد و فرمود: «[غذا را] یک روز با گوشت بخور، یک روز با شیر، و یک روز با چیزی دیگر».

۸/۶

عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ قَالَ أَلْكُلِ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا

۱۳۹۲. رسول الله ﷺ: مَنْ لَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا سَاءَ خُلُقُهُ، فَكُلُوا اللَّحْمَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ.^۱

۱۳۹۳. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِاللَّحْمِ؛ فَإِنَّهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَمَنْ تَرَكَ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا سَاءَ خُلُقُهُ.^۲

۱۳۹۴. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِاللَّحْمِ؛ فَإِنَّ اللَّحْمَ يُنْبِي اللَّحْمَ، وَمَنْ مَضَى لَهُ أَرْبَعُونَ صَبَاحًا لَمْ يَأْكُلْ لَحْمًا سَاءَ خُلُقُهُ، وَمَنْ سَاءَ خُلُقُهُ فَأَطْعِمُوهُ اللَّحْمَ، وَمَنْ أَكَلَ شَحْمَةً أَنْزَلَتْ مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ.^۳

۱۳۹۵. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِاللَّحْمِ؛ فَإِنَّهُ مَنْ تَرَكَ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا سَاءَ خُلُقُهُ، وَمَنْ سَاءَ خُلُقُهُ عَذَّبَ نَفْسَهُ، وَمَنْ عَذَّبَ نَفْسَهُ فَأَذَّنُوا فِي أُذُنِهِ.^۴

۱۳۹۶. عنه ﷺ: مَنْ أَتَى عَلَيْهِ أَرْبَعُونَ يَوْمًا وَلَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ، فَلَيْسَتْ تَقْرُضَ عَلَى اللَّهِ وَلَيَأْكُلُهُ.^۵

۱. الفردوس، ج ۳، ص ۶۲۷، ح ۵۹۶۰ عن الإمام علي عليه السلام.

۲. صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ۲۴۳، ح ۱۴۹ عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۰۹، ح ۲۵۴، الدعوات، ص ۱۵۳، ح ۴۱۴، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۶، ح ۱۸۰۵ عن ابن سنان وأبي البختری عن الإمام الصادق عليه السلام، قرب الإسناد، ص ۱۰۷، ح ۳۶۷ عن الإمام الصادق عن أبيه عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۵۶، ح ۱ و ص ۵۸، ح ۶.

۳. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۶، ح ۱۸۰۷ عن أبي أسامة عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۷، ح ۴۳.

۴. جامع الأحادیث للقمي، ص ۹۹، الدعوات، ص ۱۵۳، ح ۴۱۴ وليس فيه من «ومن ساء...»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۵، ح ۷۱.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۰۹، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۴، ح ۱۷۹۹ كلاهما عن أبي أسامة زيد الشحام، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۶، ح ۱۱۲۰ كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۵، ح ۳۶.

تکمله

شهید در الدروس گفته است:

مکروه بودن اعتیاد به خوردن گوشت، روایت شده است و نیز این که اعتیادی همچون اعتیاد به شراب می آورد. همچنین مکروه بودن نخوردن گوشت به مدت چهل روز و این که در هر سه روز یک بار خوردن آن، مستحب است، روایت شده است. البته اگر به دلیل بیماری یا به سبب روزه داشتن، دو هفته پیوسته گوشت بخورد، اشکالی ندارد. دو بار خوردن گوشت در یک روز هم مکروه است.

۸/۶

واگذار کردن گوشت به مدت چهل روز

۱۳۹۲. پیامبر خدا ﷺ: هر کس چهل روز گوشت نخورد، بدخوی می شود. گوشت

بخورید؛ چرا که بر شنوایی می افزاید.

۱۳۹۳. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد گوشت؛ چرا که گوشت می رویاند. هر کس گوشت

را چهل روز وا گذارد، بدخوی می شود.

۱۳۹۴. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد گوشت؛ چرا که گوشت، گوشت می رویاند. هر کس

بر او چهل صبح بگذرد و گوشت نخورد، بدخوی می شود. هر کس بدخوی

شد، به او گوشت بخورانید. هر کس چربی بخورد، آن چربی به اندازه خود

برای او بیماری فرود می آورد.

۱۳۹۵. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد گوشت؛ چرا که هر کس گوشت را چهل روز

وا گذارد، بدخوی می شود و هر کس بدخوی شود، خویش را می آزارد. هر

کس خویش را می آزارد، در گوش وی اذان بگوید.

۱۳۹۶. پیامبر خدا ﷺ: هر کس بر او چهل روز بگذرد و گوشت نخورد، باید به امید

خداوند ﷻ وام بگیرد و گوشت [بخرد و] بخورد.

۱۳۹۷. الإمام علي عليه السلام: كُلُوا اللَّحْمَ؛ فَإِنَّ اللَّحْمَ مِنَ اللَّحْمِ، وَاللَّحْمُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَمَنْ لَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ، وَإِذَا سَاءَ خُلُقُ أَحَدِكُمْ مِنْ إِنْسَانٍ أَوْ دَابَّةٍ فَأَذِّنُوا فِي أُذُنِهِ الْأَذَانَ كُلَّهُ.^۱

۱۳۹۸. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّ لِكُلِّ شَيْءٍ قَرَمًا، وَإِنَّ قَرَمَ الرَّجُلِ اللَّحْمُ؛ فَمَنْ تَرَكَهُ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ، وَمَنْ سَاءَ خُلُقُهُ فَأَذِّنُوا فِي أُذُنِهِ الْيَمْنَى.^۲

۱۳۹۹. عنه عليه السلام: اللَّحْمُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَمَنْ تَرَكَ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ، وَمَنْ سَاءَ خُلُقُهُ فَأَذِّنُوا فِي أُذُنِهِ.^۳

۱۴۰۰. عنه عليه السلام: اللَّحْمُ مِنَ اللَّحْمِ، مَنْ تَرَكَهُ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ، كُلُّوهُ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ.^۴

۱۴۰۱. عنه عليه السلام: اللَّحْمُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ، وَمَنْ تَرَكَ أَكْلَهُ أَيَّاماً فَسَدَ عَقْلُهُ.^۵

۱۴۰۲. الكافي عن الحسين بن خالد: قُلْتُ لِأَبِي الْحَسَنِ الرِّضَا عليه السلام: إِنَّ النَّاسَ يَقُولُونَ: إِنَّ مَنْ لَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ سَاءَ خُلُقُهُ.

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۷، ح ۱۸۰۹ عن أبي حفص الأبان عن الإمام الصادق عليه السلام، كتاب من

لا يحضره الفقيه، ج ۱، ص ۲۹۹، ح ۹۱۲ عن الإمام الصادق عليه السلام وفيه من «من لم يأكل...»، بحار الأنوار، ج ۶۶،

ص ۶۷، ح ۴۵ و ج ۸۴، ص ۱۵۱، ح ۴۶.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۶، ح ۱۸۰۸ عن الواسطي، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۷، ح ۴۴ و ج ۸۴، ص ۱۵۱، ح ۴۵.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۰۹، ح ۱ عن هشام بن سالم، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۶، ح ۱۸۰۸ عن أبان الواسطي، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۸۶، ح ۱۶۸۵، طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۳۹ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۳.

۴. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۵، ح ۱۸۰۰ عن غياث بن إبراهيم، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۶، ح ۲۷ وراجع دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۴۵، ح ۵۱۱.

۵. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۳۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۲، ح ۶۸.

۱۳۹۷. امام علی علیه السلام: گوشت بخورید؛ چرا که گوشت، از گوشت است و گوشت، گوشت می‌رویاند. هر کس چهل روز گوشت نخورد، بدخوی می‌شود. و اگر کسی از شما (خواه از انسان‌ها و خواه از چارپایان) بدخوی شد، در گوشش اذانی کامل بگویید.

۱۳۹۸. امام صادق علیه السلام: هر چیز را دل‌دادگی‌ای است و دل‌دادگی مرد، گوشت است. پس، هر که چهل روز آن را واگذارد، بدخوی می‌شود. و هر کس بدخوی شد، در گوش راستش اذان بگویید.

۱۳۹۹. امام صادق علیه السلام: گوشت، گوشت می‌رویاند. هر کس گوشت را چهل روز واگذارد، بدخوی می‌شود. و هر کس بدخوی شد، در گوشش اذان بگویید.

۱۴۰۰. امام صادق علیه السلام: گوشت، از گوشت است. هر کس آن را چهل روز واگذارد بدخوی می‌شود. آن را بخورید؛ چرا که بر شنوایی و بینایی می‌افزاید.

۱۴۰۱. امام صادق علیه السلام: گوشت، گوشت می‌رویاند و عقل را افزون می‌سازد. هر کس آن را چند روز واگذارد، عقلش تباه می‌شود.

۱۴۰۲. الکافی - به نقل از حسین بن خالد - : به ابو الحسن (امام رضا علیه السلام) گفتم: مردم می‌گویند که هر کس سه روز گوشت نخورد، بدخوی می‌شود.

فرمود: «دروغ گفته‌اند؛ اما هر کس چهل روز گوشت نخورد، خوی و بدن او دیگرگون می‌شود؛ چرا که نطفه در مدت چهل روز [از حالتی به حالت دیگر] تغییر می‌یابد»^۱.

۱. علامه مجلسی در شرح این حدیث گفته است: عبارت «نطفه تغییر می‌یابد» گواهی است بر چهل روز؛ زیرا تغییر نطفه از این حالت به حالت غلقه، چهل روز به درازا می‌انجامد و در دیگر مراحل نیز چنین است؛ زیرا نقل یافتن انسان از یک حالت به حالت دیگر، در چهل روز صورت می‌پذیرد. به همین دلیل است که در حدیث نیز آمده است که نماز و روزه شرابخوار، به مدت چهل روز، پذیرفته نمی‌شود (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۶۷).

فَقَالَ: كَذَّبُوا، وَلَكِنْ مَنْ لَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا تَغَيَّرَ خُلُقُهُ وَبَدَنُهُ؛
وَذَلِكَ لِانْتِقَالِ النُّطْفَةِ فِي مِقْدَارِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا^۱.

۹/۶

عَدَمُ تَنَهَّكَ الْعِظَامِ مِنْ أَكْلِ الْحَائِهَا

۱۴۰۳. رسول الله ﷺ: شَرَارُ أُمَّتِي الَّذِينَ يَأْكُلُونَ مِخَاخَ الْعِظَامِ^۲.

۱۴۰۴. عنه ﷺ: لَا تُمْشَشُوا مُشَاشَ الطَّيْرِ؛ فَإِنَّهُ يورِثُ السُّلَّ^۳.

۱۴۰۵. الكافي عن الهيثم: صَنَعَ لَنَا أَبُو حَمْرَةَ طَعَامًا وَنَحْنُ جَمَاعَةٌ، فَلَمَّا حَضَرْنَا رَأَى رَجُلًا يَنْهَكَ عِظْمًا فَصَاحَ بِهِ، فَقَالَ: لَا تَفْعَلْ، فَإِنِّي سَمِعْتُ عَلِيَّ بْنَ الْحُسَيْنِ عليه السلام يَقُولُ:

لَا تَنَهَكُوا الْعِظَامَ؛ فَإِنَّ فِيهَا لِلْجَنِّ نَصِيبًا، وَإِنْ فَعَلْتُمْ ذَهَبَ مِنَ الْبَيْتِ مَا هُوَ خَيْرٌ مِنْ ذَلِكَ^۴.

۱۴۰۶. المحاسن عن محمد بن مسلم، عن الإمام الباقر عليه السلام، قال: سَأَلْتُهُ عَنِ الْعِظَمِ أَنْهَكَ؟ قَالَ: نَعَمْ^۵.

۱. قال العلامة المجلسي رحمته الله: «لانتقال النطفة» هذا شاهد للأربعين، فَإِنْ انْتَقَلَ النُّطْفَةُ إِلَى الْعِلْقَةِ يَكُونُ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، وَكَذَا الْمَرَاتِبُ بَعْدَهَا، فَانْتِقَالُ الْإِنْسَانِ مِنْ حَالٍ إِلَى حَالٍ يَكُونُ فِي أَرْبَعِينَ يَوْمًا، كَمَا وَرَدَ أَنَّ شَارِبَ الْخَمْرِ لَا تُقْبَلُ صَلَاتُهُ وَتَوْبَتُهُ أَرْبَعِينَ يَوْمًا (بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۷).

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۰۹، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۷، ح ۱۸۱۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۷، ح ۴۶.

۳. طب النبي عليه السلام، ص ۵، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۳.

۴. كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۶۴، ح ۴۰۸۸۹ نقلًا عن ابن النجار في تاريخه عن مرثد بن عبد الله اليزني، الثقات لابن حبان، ج ۹، ص ۱۷۰، سير أعلام النبلاء، ج ۹، ص ۹۵ كلاهما عن عقبه بن عامر وليس فيهما «لا تمششوا».

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۲، ح ۱، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۲، ص ۳۵۰، ح ۴۲۳۰ عن أسباط، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۴، ح ۱۸۳۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۲، ح ۶۶.

۶. المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۵، ح ۱۸۴۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۲، ح ۶۷ و ص ۴۲۷، ح ۷.

۹/۶

تمیز خوردن کامل استخوان و نخوردن مغز استخوان

۱۴۰۳. پیامبر خدا ﷺ: بدان امت من، کسانی هستند که مغز استخوان را می‌خورند.

۱۴۰۴. پیامبر خدا ﷺ: نرمه سر استخوان‌های پرندگان را مخورید؛ چرا که بیل می‌آورد.

۱۴۰۵. الکافی - به نقل از هیثم - : ابو حمزه برای ما - که گروهی بودیم - غذایی آماده ساخت. چون حضور یافتیم، دید که مردی استخوانی را کاملاً تمیز می‌کند. بر سر او بانگ زد و گفت: مکن! من از امام سجاد ﷺ شنیدم که می‌گوید: «استخوان‌ها را کاملاً تمیز نکنید؛ زیرا جثیان را هم در آنها بهره‌ای است و اگر چنین کنید، چیزی از خانه می‌رود که از این بهره شما از تمیز کردن استخوان، بهتر است».

۱۴۰۶. المحاسن - به نقل از محمد بن مسلم، در گفتگو با امام باقر ﷺ - : از ایشان پرسیدم که: آیا استخوان را کاملاً تمیز کنم؟ فرمود: «آری».

توضیح

این پاسخ، [تنها] بر جایز بودن تمیز کردن کامل استخوان دلالت می‌کند. بنا بر این، با مکروه بودن که روایت‌های پیشین بر آن دلالت می‌کردند، منافاتی ندارد.

ر.ک: ج ۲، ص ۴۶۹ (گوشت).

الفصل السابع

آداب أكل الفاكهة

١/٧

الغُسلُ بالماءِ

١٤٠٧. الكافي عن فُرات بن أحنف عن الإمام الصادق عليه السلام: **إِنَّ لِكُلِّ ثَمَرَةٍ سَمًا، فَإِذَا أُتِثِمَ بِهَا فَمَسَّوْهَا بِالماءِ - أَوْ اغْمَسَوْهَا فِي المَاءِ -، يَعْني اغْسِلُوهَا.**^١

٢/٧

التَّسْبِيحُ عِنْدَ الأَكْلِ

١٤٠٨. رسول الله صلى الله عليه وآله: **مَنْ أَكَلَ الفاكِهَةَ وَبَدَأَ بِبِاسْمِ اللهِ، لَمْ تَضُرَّهُ.**^٢

٣/٧

الدُّعَاءُ عِنْدَ رُؤْيَةِ الفاكِهَةِ الجَدِيدَةِ

١٤٠٩. تاريخ بغداد عن عائشة: **إِنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وآله كَانَ إِذَا أُتِيَ بِالباكورة مِنَ الفاكِهَةِ وَضَعَهَا**

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٥٠، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣٧٤، ح ٢٣٠٨ وفيه «سماماً» بدل «سَمًا»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١١٨، ح ٧.

٢. مستدرک الوسائل، ج ١٦، ص ٤٦١، ح ٢٠٥٤٧ نقلًا عن مكارم الأخلاق عن ابن عباس.

فصل هفتم آداب خوردن میوه



۱۴۰۷. الکافی - به نقل از فرات بن احنف، از امام صادق علیه السلام - : «هر میوه‌ای را زهری است. پس اگر میوه آوردید، آبی به آن بزنید» - یا «آن را در آب فرو ببرید» - یعنی بشویید.

۲/۷

بردن نام خدا به هنگام خوردن

۱۴۰۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : هر کس میوه بخورد و این خوردن را با نام خدا آغاز کند، میوه به او زبانی نمی‌رساند.

۳/۷

دعا کردن به هنگام دیدن میوه نوبر

۱۴۰۹. تاریخ بغداد - به نقل از عایشه - : پیامبر صلی الله علیه و آله چون میوه‌ای نوبر می‌آوردند،

عَلَى فِيهِ، ثُمَّ وَضَعَهَا عَلَى عَيْنَيْهِ، ثُمَّ قَالَ:

اللَّهُمَّ كَمَا أَطْعَمْتَنَا أَوَّلَهُ، فَأَطْعِمْنَا آخِرَهُ.^١

١٣١٠. الإمام علي عليه السلام: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا رَأَى الْفَاكِهَةَ الْجَدِيدَةَ قَبَّلَهَا وَوَضَعَهَا عَلَى عَيْنَيْهِ وَفِيهِ، ثُمَّ قَالَ:

اللَّهُمَّ كَمَا أَرَيْتَنَا أَوَّلَهَا فِي عَافِيَةٍ، فَأَرِنَا آخِرَهَا فِي عَافِيَةٍ.^٢

٤/٧

الْأَكْلُ فِي قَبْلِ الْهَآؤِ الدَّلِيلُ فِي إِدْبَارِهَا

١٣١١. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْفَاكِهَةِ فِي إِقْبَالِهَا؛ فَإِنَّهَا مَصْحَةٌ لِلْأَبْدَانِ مَطْرَدَةٌ لِلْأَحْزَانِ، وَأَلْقَوْهَا فِي إِدْبَارِهَا^٣؛ فَإِنَّهَا دَاءُ الْأَبْدَانِ.^٤

١٣١٢. الدعوات: رُوي: ... كُلُّ الْفَاكِهَةِ فِي إِقْبَالِ دَوْلَتِهَا، وَأَفْضَلُهَا الرُّمَانُ وَالْأُتْرُجُ.^٥

٥/٧

تَرْكُ النَّقْشِيرِ^٦

١٣١٣. الكافي: عَنِ ابْنِ الْقَدَّاحِ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ﷺ أَنَّهُ كَانَ يَكْرَهُ تَقْشِيرَ الثَّمَرَةِ.^٦

١. تاريخ بغداد، ج ١٤، ص ٢١٧، المراسيل، ص ٢٣١، ح ٢ عن ابن شهاب نحوه.

٢. الأمالي للصدوق، ص ٣٣٨، ح ٣٩٦ عن وهب بن وهب عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، مكارم الأخلاق،

ج ١، ص ٣١٥، ح ١٠٠٤ عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١١٩، ح ١٠.

٣. في المصدر: «الإدبارها»، والتصويب من بحار الأنوار.

٤. طب النبي ﷺ، ص ٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٦.

٥. الدعوات، ص ١٥٩، ح ٤٣٦.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٢٥٠، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٤، ح ٢٣٠٧ وفيه «عن أبي عبد الله ﷺ عن أبيه عليه السلام...».

بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١١٨، ح ٦.

آن را روی دهانش می‌نهاد و سپس روی چشمانش می‌گذاشت و می‌گفت: «خداوندا! چنان که آغاز این را به ما خوراندی، پایانش را هم به ما بخوران.»

۱۴۱۰. امام علی علیه السلام: پیامبر خدا، چون میوه‌ای نو می‌دید، آن را می‌بوسید و بر روی چشمان و دهانش می‌نهاد و سپس می‌گفت: «خداوندا! چنان که آغاز این را در عافیت به ما نشان دادی، پایان آن را نیز در عافیت به ما بنمایان.»

۴/۷

خوردن هر میوه در آغاز فصلش و پرهیز از آن در پایان آن فصل

۱۴۱۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: بر شما باد میوه در هنگام روی گردنش؛ چرا که در این هنگام، مایهٔ سلامت تن و از میان رفتن اندوه است. نیز آن را در هنگام پشت کردن وا گذارید؛ که در این هنگام، دردی برای تن است.

۱۴۱۲. الدعوات: روایت شده است که: «... میوه را در ایام دولتش بخور؛ و برترین میوه‌ها، انار و تَرَنج است.»

۵/۷

جدان خوردن پوست میوه

۱۴۱۳. الکافی: از ابن القَدّاح دربارهٔ امام صادق علیه السلام روایت شده است که ایشان، پوست کنندن میوه را دوست نداشت.

۶/۷

أَكَلَ الْفَاكِهَةَ وَتَرَكَ الْقِرَانَ بَيْنَ الْفَوَاكِهِ

۱۴۱۴. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ الْفَاكِهَةَ وَتَرَكَ الْقِرَانَ لَمْ تَضُرَّهُ.^۱

۱۴۱۵. عنه ﷺ: كُلُوا الشُّمَارَ وَتَرَكَ لَا يَضُرُّ.^۲

۱۴۱۶. مستدرک الوسائل عن كتاب التعريف: رُوِيَ: لَا يُقَرَنُ بَيْنَ شَيْءٍ مِنَ الْفَوَاكِهِ إِلَّا الْعِنَبَ وَالرُّمَانَ؛ فَإِنَّهُ قَدْ رُوِيَ: أَنَّهُ لَا بَأْسَ أَنْ يُقَرَنَ بَيْنَ الْحَبَّتَيْنِ مِنَ الْعِنَبِ وَالرُّمَانِ.^۳

۱۴۱۷. دعائم الإسلام: عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ أَنَّهُ نَهَى عَنِ الْقِرَانِ بَيْنَ التَّمَرَتَيْنِ فِي فَمٍ، وَمِنْ سَائِرِ الْفَاكِهَةِ كَذَلِكَ.^۴

قَالَ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ: إِنَّمَا ذَلِكَ إِذَا كَانَ مَعَ النَّاسِ فِي طَعَامٍ مُشْتَرَكٍ، فَأَمَّا مَنْ أَكَلَ وَحْدَهُ فَلْيَأْكُلْ كَيْفَ أَحَبَّ.^۵

۱۴۱۸. علل الشرائع عن علي بن جعفر عن أخيه الإمام الكاظم عليه السلام، قال: سَأَلْتُهُ عَنِ الْقِرَانِ بَيْنَ التَّيْنِ وَالتَّمْرِ وَسَائِرِ الْفَوَاكِهِ، قَالَ: نَهَى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَنِ الْقِرَانِ، فَإِنْ كُنْتَ وَحْدَكَ فَكُلْ كَيْفَ أَحَبَبْتَ، وَإِنْ كُنْتَ مَعَ قَوْمٍ مُسْلِمِينَ

۱. طب التبيين ﷺ، ص ۶، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۲۳، ح ۱۵؛ الفردوس، ج ۳، ص ۵۸۸، ح ۵۸۲۴ عن ابن عباس.

۲. جامع الأحاديث للقمي، ص ۱۰۸.

۳. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۲۷، ح ۲۰۰۴۷.

۴. في المصدر: «وكذلك»، والتصويب من بحار الأنوار.

۵. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۲۰، ح ۴۰۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۲۰، ح ۱۲ وفيه «قال أبو جعفر عليه السلام».

۶/۷

دانه دانه خوردن میوه و پرهیز از خوردن چند میوه با هم

۱۴۱۴. پیامبر خدا ﷺ: هر کس میوه را دانه دانه بخورد، آن میوه به او زیان نمی‌رساند.

۱۴۱۵. پیامبر خدا ﷺ: میوه‌ها را دانه دانه بخورید تا زیان نرساند.

۱۴۱۶. مستدرک الوسائل - به نقل از کتاب التعریف - : روایت شده است که هیچ دو میوه‌ای را نباید با هم خورد، مگر انگور و انار را؛ زیرا روایت شده است که اشکال ندارد دانه‌های انگور و انار، در کنار هم قرار داده شوند.

۱۴۱۷. دعائم الإسلام: از پیامبر خدا روایت شده که ایشان از جای دادن دو خرما در کنار هم در دهان و یا دو میوه دیگر نهی فرمود.

امام صادق علیه السلام فرموده است: «البته این، در صورتی است که شخص با دیگر مردم و بر سفره‌ای مشترک باشد؛ اما اگر کسی به تنهایی می‌خورد، هرگونه که دوست دارد، بخورد».

۱۴۱۸. علل الشرائع - به نقل از علی بن جعفر، در گفتگو با برادرش امام کاظم علیه السلام - : از ایشان درباره با هم خوردن انجیر و خرما و دیگر میوه‌ها پرسیدم.

فرمود: «پیامبر خدا، از همراه کردن [دو میوه] نهی فرموده است. پس اگر تنها بودی، هرگونه که دوست داری، بخور؛ اما اگر در جمع شماری از مسلمانان بودی، میوه‌ها را با هم نخور».

فَلَا تَقْرُنْ^۱.

۱۴۱۹. المحاسن عن محمد بن المثنى أو غيره رفعه، قال : إذا آكلتَ أحداً فأردتَ أن
تَقْرُنَ، فأعلمه بذلك^۲.



۱. علل الشرائع، ص ۵۱۹، ح ۱، مسائل علی بن جعفر، ص ۱۵۳، ح ۲۰۶ و زاد فی آخره «إلا بإذنهم»،
المحاسن، ج ۲، ص ۲۲۵، ح ۱۶۸۱، قرب الإسناد، ص ۲۷۲، ح ۱۰۸۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۱۸،
ح ۲.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۲۲۶، ح ۱۶۸۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۱۸، ح ۳.

۱۴۱۹. المحاسن - به نقل از محمد بن مثنی یا کسی دیگر، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است - : اگر همراه کسی بودی و خواستی چند میوه را با هم بخوری، او را به این خواست آگاه کن.

بیان

در النهایة ی ابن اثیر آمده است: از همین قبیل است حدیثی که می‌گوید: «ایشان از خوردن چند میوه با هم نهی فرمود، مگر آن‌که هر کسی از همراه خود اجازه بخواهد». در احادیث، واژه «قران» و گاه واژه «إقران» روایت شده، که روایت نخست، درست‌تر است و آن، بدین معناست که شخص، خرما را دوتا دوتا با هم بخورد. پیامبر ﷺ از آن روی از چنین کاری نهی فرموده که کاری آزمندانه و موجب نادیده انگاشتن حق فرد یا افراد همراه و هم‌سفره و یا موجب ضرر و زیان آنان می‌شود.

و نیز گفته شده است: پیامبر ﷺ از آن روی از این کار نهی فرموده که مردم در سختی زندگی می‌کردند و غذای کمی در اختیار داشتند و در چنین وضعی، با اندک، روزگار می‌گذراندند. بنا بر این، چون برای خوردن غذایی گرد هم می‌آمدند، برخی خود را بر دیگران مقدم می‌داشتند و در این میان، امکان داشت کسانی که گرسنه‌ترند، دو تا دوتا خرما بردارند یا لقمه‌های بزرگ بگیرند. بدین سبب، مردم را چنین راهنمایی فرمود که برای این کار، اجازه بگیرند تا دیگران رضایت داشته باشند.

از همین قبیل است حدیث جبله، که در آن می‌گوید: «در جمع هیئت عراقیان در مدینه بودیم و ابن زبیر به ما خوراک خرما می‌داد. گاه ابن عمر از کنار ما می‌گذشت و می‌گفت: خرماها را دوتا دوتا مخورید، مگر آن‌که هر کس از برادر خویش اجازه بگیرد».

این، بدان سبب بود که آنان بر آن خرما ملکیتی مشترک داشتند و چنین کاری از سوی هر یک از آنان، موجب ضرر و زیان بر دیگری بود. همانند این حدیث، درباره اصحاب صفه نیز (از ابو هریره) روایت شده است.^۱

۱. النهایة: ج ۴، ص ۵۲ و ر. ک: بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۱۲۰-۱۲۲

الفصل الثامن

آداب الشرب

١/٨



أ- الشرب بثلاثة أنفاس

١٣٢٠. سنن أبي داود عن أنس: **إِنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ إِذَا شَرِبَ تَنَفَّسَ ثَلَاثًا وَقَالَ: هُوَ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ وَأَبْرَأُ**^١.

١٣٢١. رسول الله ﷺ: **إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ الْمَاءَ وَتَنَفَّسَ ثَلَاثًا كَانَ آمِنًا**^٢.

ب- شرب الماء قائماً بالنهار وجالساً بالليل

١٣٢٢. رسول الله ﷺ: **لِعَلِيٍّ ؓ: يَا عَلِيُّ، إِشْرَبِ الْمَاءَ قَائِمًا؛ فَإِنَّهُ أَقْوَى لَكَ وَأَصَحُّ**^٣.

١. سنن أبي داود، ج ٣، ص ٢٣٨، ح ٢٧٢٧، مسند ابن حنبل، ج ٤، ص ٢٣٨، ح ١٢١٨٧، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ١٥٤، ح ٧٢٠٥ وفيه «أروى» بدل «أهناً»، المصنّف لابن أبي شيبة، ج ٥، ص ٥٢١، ح ١ وليس فيه ذيله، الطبقات الكبرى، ج ١، ص ٢٨٤، تاريخ بغداد، ج ٨، ص ١١٠ الرقم ٤٢٢٩، حلية الأولياء، ج ٩، ص ٥٧ وليس فيه «ثلاثاً».

٢. طبّ النبي ﷺ، ص ٥، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٣.

٣. الجعفریات، ص ١٦٢، النوادر للراوندي، ص ٢١٣، ح ٤٢٠ كلاهما عن الإمام الكاظم عن آبائه ؑ.

فصل هشتم

آداب آشامیدن

۱/۸

آنچه در آشامیدن بایسته است



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

الف - آشامیدن به سه نفس

۱۴۲۰. سنن أبی داوود - به نقل از آنس - : پیامبر ﷺ چون می‌آشامید، [در میان آن،] سه نفس می‌کشید و می‌فرمود: «این، گواراتر، خوش‌تر و پاکیزه‌تر است».

۱۴۲۱. پیامبر خدا ﷺ: اگر کسی آب بخورد و [در میان آن،] سه نفس بکشد، [از بیماری ناشی از یکجا سر کشیدن] در امان است.

ب - ایستاده آب آشامیدن در روز، و نشسته آشامیدن در شب

۱۴۲۲. پیامبر خدا ﷺ - خطاب به علی ؑ - : ای علی! ایستاده آب بخور که برای تو مایه قدرت افزون‌تر و سلامت بیشتر است.

١٤٢٣. الإمام الصادق عليه السلام: شَرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ النَّهَارِ أَقْوَى وَأَصَحُّ لِلْبَدَنِ^١.

١٤٢٤. عنه عليه السلام: شَرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ النَّهَارِ أَدْرُ لِلْعَرَقِ، وَأَقْوَى لِلْبَدَنِ^٢.

١٤٢٥. الإمام الباقر عليه السلام: الشَّرْبُ قَائِماً أَقْوَى لَكَ وَأَصَحُّ^٣.

١٤٢٦. الإمام الصادق عليه السلام: شَرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ النَّهَارِ يُعْرِئُ الطَّعَامَ، وَشَرِبُ الْمَاءِ مِنْ

قِيَامِ اللَّيْلِ، يورِثُ الْمَاءَ الْأَصْفَرَ^٤.

١٤٢٧. الإمام علي عليه السلام: إِيَّاكُمْ وَشَرِبَ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ عَلَى أَرْجُلِكُمْ^٥؛ فَإِنَّهُ يورِثُ الدَّاءَ

الَّذِي لَا دَوَاءَ لَهُ أَوْ يُعَافِي اللهُ^٦.

١٤٢٨. الإمام الباقر أو الإمام الصادق عليه السلام: لَا تَشْرَبْ وَأَنْتَ قَائِمٌ، وَلَا تَبْلُ فِي مَاءٍ تَقِيعُ،

وَلَا تَطْفُ بِقَبْرِ، وَلَا تَخُلُ فِي يَمْتٍ وَحَدَكْ، وَلَا تَمْشِ فِي نَعْلِ وَاحِدٍ؛ فَإِنَّ

الشَّيْطَانَ أَسْرَعُ مَا يَكُونُ إِلَى الْعَبْدِ إِذَا كَانَ عَلَى بَعْضِ هَذِهِ الْأَحْوَالِ^٧.

ج - شَرِبُ الْمَاءِ الْفَاطِرِ

١٤٢٩. الإمام الصادق عليه السلام: شَيْئَانِ صَالِحَانِ لَمْ يَدْخُلَا جَوْفَ وَاحِدٍ قَطُّ فَاسِداً إِلَّا

أَصْلَحَاهُ، وَشَيْئَانِ فَاسِدَانِ لَمْ يَدْخُلَا جَوْفاً قَطُّ صَالِحاً إِلَّا أَفْسَدَاهُ؛

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٢، ح ١ عن السكوني.

٢. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٢٥٣، ح ٤٢٤٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٩، ح ٢.

٣. تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ٩٢، ح ٤٠٩ عن إسماعيل بن أبي زياد عن الإمام الصادق عليه السلام.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٨٣، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٩٩، ح ٢٣٩٣ وليس فيه «من قِيَام» في المورد الثاني،

كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٢٥٣، ح ٤٢٤٤ وليس فيه صدره، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٧١، ح ٤٩.

٥. قال الصدوق عليه السلام: يعني بالليل، أمّا النهار فإنَّ شَرِبَ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ أَدْرُ لِلْعَرَقِ وَأَقْوَى لِلْبَدَنِ كَمَا قَالَ الصَّادِقُ عليه السلام

(علل الشرائع، ص ٤٦٥).

٦. الخصال، ص ٦٣٤، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم، علل الشرائع، ص ٤٦٤، ح ١٤ عن أبي بصير

وكلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام عن آبائه عليه السلام، تحف العقول، ص ١١٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٨، ح ١.

٧. الكافي، ج ٦، ص ٥٣٤، ح ٨ عن محمد بن مسلم، بحار الأنوار، ج ٦٣، ص ٢٦١، ح ١٣٩.

۱۴۲۳. امام صادق علیه السلام: ایستاده آشامیدن آب در روز، مایه قدرت افزون تر و تن درستی بیشتر است.

۱۴۲۴. امام صادق علیه السلام: ایستاده آشامیدن آب در روز، موجب عرق کردن بیشتر و توان افزون تر بدن است.

۱۴۲۵. امام باقر علیه السلام: ایستاده آشامیدن، برای تو مایه قدرت افزون تر و سلامت بیشتر است.

۱۴۲۶. امام صادق علیه السلام: ایستاده آشامیدن آب در روز، غذا را گوارا می سازد و ایستاده آشامیدن آب در شب، زرداب می آورد.

۱۴۲۷. امام علی علیه السلام: از این حذر کنید که در حالت ایستاده بر روی پاهایتان، آب بنوشید؛ زیرا این کار، دردی بی درمان می آورد، مگر این که خدای تعالی خود، عافیت دهد.^۱

۱۴۲۸. امام باقر علیه السلام یا امام صادق علیه السلام: در حالت ایستاده، آب میاشام، و در آب برکه، پیشاب مکن، و بر گرد قبر، مچرخ، و در خانه ای تنها ممان، و با یک لنگه پای افزار، راه مرو؛ چرا که چون بنده ای در یکی از این حالت ها باشد، شیطان بسیار زود به سوی او می شتابد.

ج - آشامیدن آب نیم گرم

۱۴۲۹. امام صادق علیه السلام: دو چیز مناسب است که به هیچ درون نادرستی در نمی آیند، مگر این که آن را به درستی می آورند، و دو چیز نامناسب است که به هیچ درون سالمی در نمی آیند، مگر این که آن را نادرست [و ناسالم] می کنند.

۱. شیخ صدوق رحمته الله درباره این حدیث می گوید: مقصود، نهی در هنگام شب است؛ اما در روز، چنان که امام صادق علیه السلام فرموده، ایستاده آشامیدن آب، مایه تعریق بیشتر و تن درستی افزون تر است (علل الشرائع: ص ۴۶۵).

فَالصَّالِحَانِ: الرُّمَّانُ، وَالْمَاءُ الْفَاتِرُ، وَالْفَاسِدَانِ: الْجُبْنُ، وَالْقَدِيدُ.^١

١٣٣٠. مكارم الأخلاق: عنه عليه السلام ^٢، قَالَ: الْمَاءُ الْمَغْلِيُّ ^٣ يَنْفَعُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ، وَلَا يَضُرُّ مِنْ شَيْءٍ ^٤.

٢/٨

مَا لَا يَلْبَغُ فِي الشُّرْبِ

أ- النَّفْخُ

١٣٣١. مكارم الأخلاق: كَانَ عليه السلام لَا يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ إِذَا شَرِبَ، فَإِنْ أَرَادَ أَنْ يَتَنَفَّسَ أَبْعَدَ الْإِنَاءَ عَنْ فِيهِ حَتَّى يَتَنَفَّسَ ^٥.

١٣٣٢. سنن أبي داود عن ابن عباس: نَهَى رَسُولُ اللَّهِ عليه السلام أَنْ يَتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ أَوْ يُنْفَخَ فِيهِ ^٦.

١٣٣٣. سنن الترمذي عن أبي سعيد الخدري: إِنَّ النَّبِيَّ عليه السلام نَهَى عَنِ النَّفْخِ فِي الشُّرْبِ. فَقَالَ رَجُلٌ: الْقَذَاءُ أَرَاهَا فِي الْإِنَاءِ؟

١. الكافي، ج ٦، ص ٢١٤، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ٢٥٣، ح ١٧٩٦، الأمالي للطوسي، ص ٣٦٩، ح ٧٩٠ عن

علي بن علي بن رزين عن الإمام الرضا عن آبائه عن الإمام زين العابدين عليه السلام نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٦٤، ح ٣٢ و ص ٦٥، ح ٢٥.

٢. هكذا جاء مضمراً، وفي مستدرک الوسائل نقلاً عن مكارم الأخلاق نسيه إلى النبي عليه السلام.

٣. الظاهر أن المراد به ما فتر بعد غليانه.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٠، ح ١٠٩٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥١، ح ١٦، الغقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٤٦ نحوه.

٥. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٧٦، ح ١١٤، بحار الأنوار، ج ١٦، ص ٢٤٦.

٦. سنن أبي داود، ج ٣، ص ٣٣٨، ح ٣٧٢٨، سنن الترمذي، ج ٤، ص ٣٠٤، ح ١٨٨٨، سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٠٩٤، ح ٣٢٨٨ نحوه، كثر العمال، ج ٧، ص ١٠٦، ح ١٨١٨٨ وراجع مستدرك حنبل، ج ١، ص ٦٦٢، ح ٢٨١٨ و ص ٧٦٥، ح ٣٣٦٦ و كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٤، ص ٩، ح ٤٩٦٨.

آن دو چیز مناسب، عبارت‌اند از: انار و آب نیم‌گرم (ولرم)؛ و آن دو چیز نامناسب، عبارت‌اند از: پنیر و گوشت خشک‌شده.

۱۴۳۰. مکارم الأخلاق: ایشان فرمود: «آب جوشیده^۱ سودمند است و هیچ ضرری ندارد».

۲/۸

آنچه در آشامیدن نابایسته است

الف - دمیدن

۱۴۳۱. مکارم الأخلاق: پیامبر ﷺ به گاه آشامیدن، در ظرف نمی‌دمید و چون می‌خواست نفس بکشد، ظرف را از دهان خود دور می‌کرد تا نفس بکشد.

۱۴۳۲. سنن أبی داوود - به نقل از ابن عباس - : پیامبر خدا، از این که کسی بازدم خویش را به ظرف برگرداند یا در آن بدمد، نهی فرمود.

۱۴۳۳. سنن الترمذی - به نقل از ابو سعید خدری - : پیامبر ﷺ از دمیدن در آشامیدنی، نهی کرد.

مردی گفت: خاشاکی در آب می‌بینم.

۱. ظاهراً مقصود، آبی است که پس از جوش آمدن، سرد شده باشد.

قال: أهرقها.^١

١٤٣٤. الطبقات الكبرى عن القاسم بن مسلم مولى علي بن أبي طالب عليه السلام عن أبيه: دَعَا عَلِيٌّ عليه السلام بِشَرَابٍ، فَأَتَيْتُهُ بِقَدَحٍ مِنْ مَاءٍ فَتَفَخْتُ فِيهِ، فَرَدَّهُ وَأَبَى أَنْ يَشْرِبَهُ، وَقَالَ: إِشْرِبْهُ أَنْتَ.^٢

ب - الْعَبُّ

١٤٣٥. رسول الله صلى الله عليه وآله: إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَمُصْ مَصًّا وَلَا يَعْْبُ عَبًّا؛ فَإِنَّ الْكُبَادَ مِنَ الْعَبِّ.^٣

١٤٣٦. عنه عليه السلام: مُصُّوا الْمَاءَ مَصًّا وَلَا تَعْْبُوهُ عَبًّا؛ فَإِنَّهُ يَوْجَدُ مِنْهُ الْكُبَادُ.^٤

١٤٣٧. عنه عليه السلام: إِذَا اسْتَهَيْتُمُ الْمَاءَ فَاشْرَبُوهُ مَصًّا، وَلَا تَشْرَبُوهُ عَبًّا.^٥

١٤٣٨. الإمام الصادق عليه السلام عن آبائه عليهم السلام: نَهَى عَلِيٌّ عليه السلام عَنِ الْعَبَّةِ الْوَاحِدَةِ فِي الشُّرْبِ، فَقَالَ: ثَلَاثًا أَوْ اثْنَتَيْنِ.^٦

مرکز تحقیقات کتب و اسناد پزشکی

١. سنن الترمذي، ج ٤، ص ٣٠٤، ح ١٨٨٧.

٢. الطبقات الكبرى، ج ٦، ص ٢٣٧، المصنف لابن أبي شيبه، ج ٥، ص ٥٢٢، ح ٧ عن القاسم بن مسلم مولى الحسن بن علي عليه السلام نحوه.

٣. السنن الكبرى، ج ٧، ص ٤٦٤، ح ١٤٦٥٩، المصنف لعبد الرزاق، ج ١٠، ص ٤٢٨، ح ١٩٥٩٢ كلاهما عن ابن أبي حسين، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٩٥، ح ٤١٠٧٥؛ نثر الدر، ج ١، ص ٢٢٥ وفيه «الكباد من العب» فقط، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٧٦، ح ١١٣ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٧٢.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٢٨١، ح ١ عن ابن القدّاح عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٤١، ح ١١٠٣، المحاسن، ج ٢، ص ٤٠٢، ح ٢٤٠٤ عن ابن القدّاح وفيه «يأخذ» يدل «يوجد»، الجعفریات، ص ١٦١ كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام عن آبائه عليهم السلام، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٣٠، ح ٤٥٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦٦، ح ٢٣.

٥. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ٥، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٣.

٦. المحاسن، ج ٢، ص ٤٠٣، ح ٢٤٠٧ عن مسعدة بن اليسع، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٢، ح ١١٠٤ وفيه «عن علي عليه السلام؛ نهى...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦٧، ح ٢٦.

فرمود: «آن را بریز».

۱۴۳۴. الطبقات الکبری - به نقل از قاسم بن مسلم (وابسته علی بن ابی طالب علیه السلام)، از پدرش - : علی علیه السلام آبی خواست. برای وی کاسه آبی آوردم و در آن دمیدم. آب را به من برگرداند و از نوشیدن آن خودداری ورزید و فرمود: «تو خود، آن را بنوش».

ب - یکجا سر کشیدن

۱۴۳۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر کسی از شما خواست آب بخورد، جرعه جرعه بنوشد و یکسره سر نکشد؛ چرا که درد جگر، از سر کشیدن یکباره بر می خیزد.

۱۴۳۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: آب را بمکید و آن را یکجا سر نکشید؛ چرا که درد جگر، از آن می خیزد.

۱۴۳۷. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر آب خواستید، آن را جرعه جرعه بنوشید و یکجا سر نکشید.

۱۴۳۸. امام صادق علیه السلام - به نقل از پدرانش علیهم السلام - : علی علیه السلام از این که همه آب، به یک جرعه نوشیده شود، نهی کرد و فرمود: «سه یا دو [جرعه باشد]».

ج - شربِ الحَمِيمِ

۱۳۳۹. دعائم الإسلام: عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ أَنَّهُ نَهَى عَنْ شُرْبِ الْحَمِيمِ. يَعْنِي: الْمَاءَ الْحَارَّ الَّذِي يَنْتَهِي إِلَى غَايَةِ الْحَرَارَةِ.^۱

د - الشُّرْبُ أَثْنَاءَ الْأَكْلِ

۱۳۴۰. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَرَادَ إِلَّا تُوْذِيَةً مَعِدَّتُهُ فَلَا يَشْرَبْ عَلَى طَعَامِهِ مَاءً حَتَّى يَفْرُغَ مِنْهُ، وَمَنْ فَعَلَ ذَلِكَ رَطِبَ بَدَنُهُ، وَضَعَفَ مَعِدَّتُهُ، وَلَمْ تَأْخُذِ الْعُرْوَةُ قُوَّةَ الطَّعَامِ؛ لِأَنَّهُ يَصِيرُ فِي الْمَعِدَّةِ فِجْأً^۲ إِذَا صَبَّ الْمَاءُ عَلَى الطَّعَامِ أَوَّلًا فَأَوَّلًا^۳.

هـ - شربِ الماءِ عَلَى اللَّحْمِ

۱۳۴۱. الإمام علي عليه السلام: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا أَكَلَ اللَّحْمَ لَا يَعْجَلُ بِشُرْبِ الْمَاءِ. فَقَالَ لَهُ بَعْضُ أَصْحَابِهِ مِنْ أَهْلِ بَيْتِهِ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا أَقَلَّ شُرْبَكَ لِلْمَاءِ عَلَى اللَّحْمِ!

فَقَالَ: لَيْسَ أَحَدٌ يَأْكُلُ هَذَا الْوَدَّكَ، ثُمَّ يَكْفُ عَنْ شُرْبِ الْمَاءِ إِلَى آخِرِ الطَّعَامِ إِلَّا اسْتَمْرَأَ^۴.

۱. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۵۱، ح ۵۴۲.

۲. في المصدر: «فجأ» والتصويب من بحار الأنوار.

۳. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ۳۵، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۳۲۳ نحوه.

۴. الجعفریات، ص ۱۶۱ عن الإمام الكاظم عن آبائه عليه السلام.

ج - آشامیدن آب بسیار داغ

۱۴۳۹. دعائم الإسلام: از پیامبر خدا روایت شده که از آشامیدن «حَمِيم» (یعنی آبی که به غایت، داغ است)، نهی فرمود.

د - آشامیدن آب در لابه لای غذا خوردن

۱۴۴۰. امام رضا علیه السلام: هر کس می‌خواهد معده‌اش او را آزار ندهد، بر روی غذا آب نخورد تا هنگامی که غذا خوردن را به پایان می‌برد. هر کس چنین کند، بدنش به رطوبت می‌گراید، معده‌اش ضعیف می‌شود و رگ‌هایش نیروی غذا را به خود نمی‌گیرند؛ زیرا اگر پشت سر هم روی غذا آب ریخته شود، آن غذا در معده نارس و بدگوارش می‌گردد.



ه - آشامیدن آب بر روی گوشت

۱۴۴۱. امام علی علیه السلام: پیامبر خدا چون گوشت می‌خورد، در آشامیدن آب، شتاب نمی‌ورزید. یکی از یاران که از اهل بیت پیامبر علیه السلام بود، از ایشان پرسید: ای پیامبر خدا! چه قدر کم بر روی گوشت، آب می‌آشامی!

فرمود: «هیچ کس نیست که این گوشت چرب را بخورد و تا پایان غذا از آشامیدن آب، خودداری ورزد، مگر این که غذا را گوارا می‌یابد».

و- الشُّرْبُ إِثْرَ الدَّسَمِ

۱۳۴۲. رسول الله ﷺ: الشُّرْبُ عَلَى أَثَرِ الدَّسَمِ دَاءٌ فِي الْبَطْنِ.^۱

۱۳۴۳. عنه ﷺ: شُرْبُ الْمَاءِ عَلَى أَثَرِ الدَّسَمِ يُهَيِّجُ الدَّاءَ.^۲

۱۳۴۴. المحاسن عن النوفلي بإسناده: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا أَكَلَ الدَّسَمَ أَقْلَ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ.

فَقِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّكَ لَتَقِيلُ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ؟

قَالَ: هُوَ أَمْرٌ لِيَطْعَمِي.^۳

ز- الشُّرْبُ مِنْ عُرْوَةِ الْإِنَاءِ وَتِلْمَتِهِ

۱۳۴۵. رسول الله ﷺ: لَا يَشْرَبَنَّ أَحَدُكُمْ الْمَاءَ مِنْ عِنْدِ عُرْوَةِ الْإِنَاءِ؛ فَإِنَّهُ مُجْتَمِعُ الْوَسَخِ.^۴

۱۳۴۶. سنن أبي داود عن أبي سعيد الخدري: نَهَى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَنِ الشُّرْبِ مِنْ تِلْمَةِ الْقَدَحِ، وَأَنْ يُنْفَخَ فِي الشَّرَابِ.^۵

۱. الفردوس، ج ۲، ص ۳۶۲، ح ۳۶۱۶ عن الإمام علي عليه السلام.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۳۹۸، ح ۲۳۹۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۵۶، ح ۲۱.

۳. المحاسن، ج ۲، ص ۳۹۸، ح ۲۳۸۹، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۱، ح ۱۱۰۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۵۶، ح ۴۰.

۴. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۴، ص ۴، ح ۴۹۶۸، الأمالي للصدوق، ص ۵۰۹، ح ۷۰۷ كلاهما عن الحسين بن زيد، مكارم الأخلاق، ج ۲، ص ۲۰۷، ح ۲۶۵۵ كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۲۹، ح ۴۵۰ عن الإمام الصادق عليه السلام نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۶۰، ح ۷.

۵. سنن أبي داود، ج ۳، ص ۳۳۷، ح ۲۷۲۲، مسند ابن حنبل، ج ۴، ص ۱۶۰، ح ۱۱۷۶۰، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۹۳، ح ۴۱۰۶۴.

و - آشامیدن آب بر روی چربی

۱۴۴۲. پیامبر خدا ﷺ: آشامیدن در پی چربی، بیماری‌ای در شکم است.
۱۴۴۳. پیامبر خدا ﷺ: آشامیدن آب در پی چربی، بیماری را برمی‌انگیزاند.
۱۴۴۴. المحاسن - به نقل از نوفلی -: پیامبر ﷺ چون چربی می‌خورد، از نوشیدن آب می‌کاست.

گفتند: ای پیامبر خدا! کمتر آب می‌نوشی؟!
فرمود: «این کار، غذایم را گواراتر می‌سازد».

ز - آشامیدن آب از مجاور دستۀ ظرف یا لبۀ شکستۀ آن

۱۴۴۵. پیامبر خدا ﷺ: مباد کسی از شما از کنار دستۀ ظرف، آب بخورد؛ چرا که آن‌جا جای گرد آمدن آلودگی است.
۱۴۴۶. سنن أبی داوود - به نقل از أبو سعید خدری -: پیامبر خدا، از این‌که از لبۀ شکستۀ کاسۀ آب، آشامیده و یا در نوشیدنی، دمیده شود، نهی فرمود.

١٣٣٧. الإمام علي عليه السلام: لا تشربوا الماء من ثلثة الإناء ولا من عروته؛ فإن الشيطان يقعد على العروة والثلثة.^١

١٣٣٨. الإمام الباقر عليه السلام: لا يشرب من أدن الكوز ولا من كسره - إن كان فيه - فإنه مشرب الشياطين.^٢

ح - الشرب في النحاس

١٣٣٩. رسول الله صلى الله عليه وآله: لا تشرب في النحاس؛ فإنه يورث السهل - يعني الوسواس والخبال -.^٣

ط - الشرب على الزيق

١٣٥٠. رسول الله صلى الله عليه وآله: من شرب الماء على الزيق، انتقصت قوته.^٤

ي - شرب الماء البارد بعد تناول الشيء الحار أو الحلاوة

١٣٥١. الإمام الرضا عليه السلام: شرب الماء البارد عقب الشيء الحار وعقب الحلاوة،

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٨٥، ح ٥ عن غياث بن إبراهيم عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٤٠٦، ح ٢٤١٩ عن غياث بن إبراهيم عن الإمام الصادق عن أبيه عنه عليه السلام وليس في آخره «والثلثة»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦٩، ح ٣٧.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٨٥، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ٤٠٥، ح ٢٤١٨ كلاهما عن سالم بن مكرم عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٢٤، ح ١٠٣٨ عن الإمام الصادق عنه عليه السلام وليس فيه «ولا من كسره»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦٩، ح ٣٦ وراجع: كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٩٦، ح ٤١٠٨٤.

٣. الفردوس، ج ٥، ص ٦٩، ح ٧٢٨٤ عن أنس.

٤. المعجم الأوسط، ج ٥، ص ٥٢، ح ٤٦٤٦ عن أبي سعيد الخدري وج ٦، ص ٣٣٤، ح ٦٥٥٧ وفيه «انتقصت» بدل «انتقصت»، تاريخ دمشق، ج ٢٤، ص ٤٥٦، ح ٥٣١٨ كلاهما عن أبي هريرة وفيه «ذهب بنصف» بدل «انتقصت»، كنز العمال، ج ١٦، ص ٨٢، ح ٤٤٠١٦.

۱۴۴۷. امام علی علیه السلام: از لبه شکسته ظرف و از کنار دسته آن، آب نخورید؛ چرا که شیطان بر دسته و لبه شکسته می‌نشیند.

۱۴۴۸. امام باقر علیه السلام: از دسته کوزه و از شکستگی آن - اگر در آن، شکستگی‌ای باشد - نباید آب آشامید؛ چرا که آشامیدنگاه شیطان‌هاست.

ح - آشامیدن در ظرف‌های مسی

۱۴۴۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: در ظرف مسین منوش؛ چرا که «سهل» (یعنی وسواس و پریشان‌عقلی) بر جای می‌نهد.

ط - آشامیدن در حالت ناشتا

۱۴۵۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس ناشتا آب بی‌اشامد، نیرویش کاستی می‌یابد.



اظهار نظر

گفتنی است که سند این روایت، ضعیف است. این احتمال را هم روا می‌دانیم که مقصود از آن، برخی از مزاج‌ها یا برخی از مناطق گرم مانند حجاز باشد.

به هر روی، برای اظهار نظر قطعی در این باره و نیز در مورد روایاتی که درباره نهی از خوردن زیاد آب خواهد آمد، بررسی‌های علمی، ضروری است.

ی - آشامیدن آب سرد، پس از خوردن شیرینی

۱۴۵۱. امام رضا علیه السلام: آشامیدن آب سرد، پس از خوردن چیز گرم و پس از خوردن شیرینی، دندان‌ها را از بین می‌برد.

يَذْهَبُ بِالْأَسْنَانِ^١.

ك - كَثْرَةُ شُرْبِ الْمَاءِ

١٢٥٢. الإمام الصادق عليه السلام: لَا تُكْثِرْ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ؛ فَإِنَّهُ مَادَّةٌ لِكُلِّ دَاءٍ^٢.

١٢٥٣. عنه عليه السلام: لَوْ أَنَّ النَّاسَ أَقْلَوْا مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ، لَأَسْتَقَامَتِ أَعْدَانُهُمْ^٣.

١٢٥٤. عنه عليه السلام: مَنْ أَقَلَّ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ، صَحَّ بَدَنُهُ^٤.

١٢٥٥. عنه عليه السلام: أَقْلِلْ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ؛ فَإِنَّهُ يَمُدُّ^٥ كُلَّ دَاءٍ، وَاجْتَنِبِ الدَّوَاءَ مَا احْتَمَلَ بِدَنُكَ الدَّاءَ^٦.

ل - شُرْبُ الْمَاءِ الْبَارِدِ وَالْفُقَّاعِ فِي الْحَمَامِ

١٢٥٦. الإمام الصادق عليه السلام: إِيَّاكَ وَشُرْبَ الْمَاءِ الْبَارِدِ وَالْفُقَّاعِ فِي الْحَمَامِ؛ فَإِنَّهُ يُفْسِدُ الْمَعِدَةَ^٧.

راجع: ج ١، ص ٤٥٤ (جهاز الهضم والدفع / علاجات أخرى / العلاج بالماء).

١. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٩، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢١.
٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٨٢، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣٩٧، ح ٢٢٨٤، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٠، ح ١٠٩٨ وفيهما «إِيَّاكَ وَالْإِكْثَارَ» بدل «لَا تُكْثِرْ»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٥، ح ٣٦.
٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٩٧، ح ٢٢٨٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٠، ح ١٠٩٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٥، ح ٣٦.
٤. المحاسن، ج ٢، ص ٣٩٨، ح ٢٣٨٨ عن معاوية بن عمار، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٦، ح ٣٩.
٥. قال العلامة المجلسي عليه السلام: يَمُدُّ: مِنْ الْمَدِّ بِمَعْنَى الْجَذْبِ، أَوْ مِنَ الْإِمْدَادِ بِمَعْنَى الْإِعَانَةِ، وَعَلَى التَّقْدِيرِ الضَّمِيرُ فِي قَوْلِهِ: «فَإِنَّهُ» رَاجِعٌ إِلَى شُرْبِ الْمَاءِ؛ أَيْ إِكْثَارِهِ (بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٦).
٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٨٢، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٩٧، ح ٢٢٨٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥٥، ح ٣٨ وراجع: الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٤٠ ومكارم الأخلاق، ج ٢، ص ١٧٩، ح ٢٤٦٤.
٧. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ١، ص ١١٣، ح ٢٣٢، الأمالي للصدوق، ص ٤٤٥، ح ٥٩٥ كلاهما عن محمد بن حمران، روضة الواعظين، ص ٣٣٦، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ٧٠، ح ٣.

ک - نوشیدن آب فراوان

۱۴۵۲. امام صادق علیه السلام: آب بسیار منوش؛ چرا که سرچشمهٔ هر دردی است.
۱۴۵۳. امام صادق علیه السلام: اگر مردم کمتر آب می نوشیدند، بدن هایشان به سامان بود.
۱۴۵۴. امام صادق علیه السلام: هر کس کمتر آب می نوشد، تن درست است.
۱۴۵۵. امام صادق علیه السلام: کمتر آب بنوش؛ چرا که هر دردی را به سوی خود می کشد. از درمان نیز تا هنگامی که بدنت تاب درد را دارد، بپرهیز.

ل - نوشیدن آب سرد و آب جو در حمام

۱۴۵۶. امام صادق علیه السلام: از نوشیدن آب سرد و آب جو (فُقَاع)^۱ در حمام، حذر کن؛ چرا که معده را تباه می کند.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۵۷ (دستگاه گوارش / درمان های دیگر / آب درمانی).

۱. احتمالاً مراد از «فُقَاع» در حدیث، نوع حلال آب جو - که امروزه به «ماء الشعیر» شناخته می شود - است نه آب جویی که نوشیدن آن حرام است، مگر گفته شود که نوشیدن آن در حمام، علاوه بر حرام بودن و ایجاد مستی، معده را پیش از پیش از بین می برد.

الفصل التاسع

وَجَبَاتُ الْكَلِّ

١ / ٩

الْبُكَرَةُ وَالْعَشِيَّةُ



الكتاب :

﴿وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا﴾^١

مركز تكملة علوم وعلوم

الحديث :

١٣٥٧. الكافي عن شهاب بن عبد ربّه : شَكَوْتُ إِلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام مَا أَلْقَى مِنَ الْأَوْجَاعِ وَالتَّخَمِ، فَقَالَ لِي : تَغْدُ وَتَعَشُ ، وَلَا تَأْكُلْ بَيْنَهُمَا شَيْئاً ؛ فَإِنَّ فِيهِ فُسَادَ الْبَدَنِ ، أَمَا سَمِعْتَ اللَّهَ تعالى يَقُولُ : ﴿وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا﴾^٢.

٢ / ٩

تَأْكُلُ الْغَدَاءَ وَالنَّهْيَ عَنْ تَرْكِهِ

١٣٥٨. رسول الله صلى الله عليه وآله : مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ - وَلَا بَقَاءَ - فَلْيَبْكَرِ الْغَدَاءَ ، وَلْيَجُودِ الْحِذَاءَ ،

١. مريم : ٦٢.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٨، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٥، ح ١٥٦٥، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥٩ عن علي بن أبي صلب ابن أخي شهاب، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٢، ح ٥.

فصل نهم

نوبت های غذا



قرآن

«و آنان، صبحگاهان و شامگاهان، روزی ویژه خویش را دارند»

حدیث

۱۲۵۷. الکافی - به نقل از شهاب بن عبد ربه - : نزد امام صادق علیه السلام، از دردها و بدگواری هایی که داشتم، اظهار ناراحتی کردم. به من فرمود: «صبحانه بخور و شام بخور و در فاصله میان آنها چیزی مخور؛ چرا که موجب تباهی تن است. مگر نشنیده ای که خداوند تعالی می فرماید: «و آنان، صبحگاهان و شامگاهان، روزی ویژه خویش را دارند».

۲/۹

تأکید بر خوردن ناشتایی و نهی از واکذاردن آن

۱۲۵۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر که جاودانگی می خواهد - و البته [برای غیر خدا]

وَلِيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ، وَلِيُقَلِّلَ مُجَامَعَةَ النِّسَاءِ.^۱

۱۳۵۹. الإمام علي عليه السلام: مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ - وَلَا بَقَاءَ - فَلْيُبَاكِرِ الْغَدَاءَ، وَلْيُؤَخِّرِ الْعِشَاءَ،

وَلِيُقَلِّلَ غَشِيَانَ النِّسَاءِ، وَلِيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ.^۲

۱۳۶۰. الإمام الصادق عليه السلام: إِذَا صَلَّيْتَ الْفَجْرَ فَكُلْ كِسْرَةً تُطَيِّبُ بِهَا نَكْهَتَكَ، وَتُطْفِئُ بِهَا

حَرَارَتَكَ، وَتَقْوَمُ بِهَا أَضْرَاسُكَ، وَتَشُدُّ بِهَا لِسَتَكَ، وَتَجْلِبُ بِهَا رِزْقُكَ، وَتُحَسِّنُ

بِهَا خُلُقَكَ.^۳

۱۳۶۱. عنه عليه السلام: يَنْبَغِي لِلْمُؤْمِنِ أَلَّا يَخْرُجَ مِنْ بَيْتِهِ حَتَّى يَطْعَمَ؛ فَإِنَّهُ أَعَزُّ لَهُ.^۴

۱۳۶۲. ربيع الأبرار: فِي الْحَدِيثِ: تَرُكُ الْغَدَاءِ مَسْقَمَةٌ.^۵

۳/۹

تَأْكِدُ الْعِشَاءِ وَالنَّهْيُ بِحَرْكَةِ

۱۳۶۳. رسول الله صلى الله عليه وآله: لَا تَدْعُوا الْعِشَاءَ وَلَوْ بِكَفٍّ مِنْ تَمْرٍ؛ فَإِنَّ تَرْكَهُ يَهْرِمُ.^۶

مرکز تحقیقاتی پزشکی

۱. کتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۵۵۵، ح ۴۹۰۲، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ۲۳۱، ح ۱۲۸ عن الإمام

الرضا عن آبائه عليه السلام عنه عليه السلام وليس فيه من «وَلِيُقَلِّلَ...»، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۵۹، ح ۱۵۵۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۱، ح ۱، غريب الحديث لابن قتيبة، ج ۱، ص ۳۴۳، ح ۳ نحوه.

۲. الدعوات، ص ۷۵، ح ۱۷۶، الأمالي للطوسي، ص ۶۶۶، ح ۱۳۹۵ عن أبي غنندر عن الإمام الصادق عليه السلام،

عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ۲، ص ۳۸، ح ۱۱۲ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام وزاد فيه «وَلِيَجُودَ الْحِذَاءَ»، طب الأئمة لابني بسطام، ص ۲۹ عن حريز عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام وفيها «الغداء»

بدل «الغذاء» وليس فيها «وَلِيُؤَخِّرِ الْعِشَاءَ» وكلها عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۷، ح ۴۳ و ص ۲۶۲، ح ۱۹؛ عيون الأخبار لابن قتيبة، ج ۳، ص ۲۷۱ وزاد فيه «وَلِيلَيْسَ الْحِذَاءَ»، شرح نهج البلاغة،

ج ۱۹، ص ۱۲۴ كلاهما نحوه، كثر العمال، ج ۱۰، ص ۸۷، ح ۲۸۴۷۲ عن النزال بن سبرة.

۳. الدعوات، ص ۱۴۰، ح ۳۵۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۵، ح ۲۱.

۴. المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۶، ح ۱۷۲۷ عن حسين بن نعيم، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۱، ح ۳.

۵. ربيع الأبرار، ج ۲، ص ۷۴۷.

۶. سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۱۱۳، ح ۳۳۵۵ عن جابر بن عبد الله، كثر العمال، ج ۱۰، ص ۴۶، ح ۲۸۲۹۰.

جاودانگی‌ای نیست - باید که چاشت را زودتر بخورد و ردای سُبک برگیرد و کمتر با زنان بیامیزد.

۱۴۵۹. امام علی علیه السلام: هر که جاودانگی می‌خواهد - و البته [برای غیر خدا] جاودانگی‌ای نیست - باید چاشت را زود بخورد، شام را دیرتر بخورد،^۱ کمتر با زنان بیامیزد و ردای سُبک برگیرد.

۱۴۶۰. امام صادق علیه السلام: چون نماز صبح را خواندی، پاره نانی بخور تا با آن: دهان خویش را خوشبو سازی، حرارت خود را فرو بنشانی، دندان‌هایت را استوار سازی، لثه‌ات را استحکام بخشی، روزیِ خویش را به چنگ آوری و خوی خود را نکو سازی.

۱۴۶۱. امام صادق علیه السلام: مؤمن را بایسته است که تا غذا نخورده، از خانه بیرون نرود؛ چرا که این کار به او استواری بیشتر می‌دهد.

۱۴۶۲. ربیع الأبرار: وا گذاردن ناشتایی، مایهٔ بیماری است.

۳/۹

تأکید بر خوردن شام و نهی از واگذار کردن آن

۱۴۶۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خوردن شام را وا مگذارید، هر چند به مشتی خرما باشد؛ زیرا وا گذاشتن آن، انسان را پیر می‌کند.

۱. همان‌طور که از روایت ۱۴۶۷ استفاده می‌شود، مقصود از «دیرتر خوردن»، «خوردن پس از تاریک شدن شب» است.

١٤٦٤. عنه عليه السلام: لَا تَدْعُوا الْعِشَاءَ وَلَوْ عَلَى حَشْفَةٍ، إِنِّي أَخْشَى عَلَى أُمَّتِي مِنْ تَرْكِ الْعِشَاءِ الْهَرَمَ؛ فَإِنَّ الْعِشَاءَ قُوَّةُ الشَّيْخِ وَالشَّابِّ.^١

١٤٦٥. عنه عليه السلام: تَعَشُّوا وَلَوْ بِكَفٍّ مِنْ حَشْفٍ؛ فَإِنَّ تَرْكَ الْعِشَاءِ مَهْرَمَةٌ.^٢

١٤٦٦. الإمام الصادق عليه السلام: لَا تَدْعِ الْعِشَاءَ وَلَوْ بِثَلَاثِ لُقَمٍ بِمِلْحٍ.^٣

١٤٦٧. الإمام علي عليه السلام: عِشَاءُ الْأَنْبِيَاءِ عليهم السلام بَعْدَ الْعَتَمَةِ فَلَا تَدْعُوهُ؛ فَإِنَّ تَرْكَ الْعِشَاءِ خَرَابُ الْبَدَنِ.^٤

١٤٦٨. الإمام الصادق عليه السلام: أَصْلُ خَرَابِ الْبَدَنِ تَرْكَ الْعِشَاءِ.^٥

١٤٦٩. عنه عليه السلام: لَا خَيْرَ لِمَنْ دَخَلَ فِي السَّنِّ أَنْ يَبِيتَ خَفِيفًا، بَلْ يَبِيتُ مُمْتَلِئًا خَيْرٌ لَهُ.^٦

١٤٧٠. عنه عليه السلام: يَنْبَغِي لِلشَّيْخِ الْكَبِيرِ أَلَّا يَنَامَ إِلَّا وَجُوفُهُ مُمْتَلِئٌ مِنَ الطَّعَامِ؛ فَإِنَّهُ أَهْدَأُ

مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

١. المحاسن، ج ٢، ص ١٩٦، ح ١٥٧١ عن جابر بن عبد الله، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٣، ح ١٠.

٢. سنن الترمذي، ج ٤، ص ٢٨٧، ح ١٨٥٦، مسند أبي يعلى، ج ٤، ص ٢٤٠، ح ٤٣٣٦، تاريخ بغداد، ج ٣، ص ٣٩٦، ح ١٥٢٠، مسند الشهاب، ج ١، ص ٤٢٩، ح ٧٣٥ كلها عن أنس، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٦، ح ٢٨٢٨٩.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٢٤، ح ١٤٤٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٥، ح ٢٠.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٨، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٥، ح ١٥٦٦ كلاهما عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، الخصال، ص ٦٩، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، تحف العقول، ص ١١٠، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٢٤، ح ١٤٤٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٢، ح ٦.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٨، ح ٢ عن هشام بن الحكم، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٦، ح ١٥٧٠ عن الإمام الباقر عليه السلام وفيه «أول» بدل «أصل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٣، ح ٩.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٩، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٨، ح ١٥٧٦ كلاهما عن الوليد بن صبيح، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٤، ح ١٥.

۱۴۶۴. پیامبر خدا ﷺ: خوردن شام را وا مگذارید، هر چند به خوردن دانه‌ای خرمای خشکیده باشد. من بر امت خویش، از این، بیم دارم که از وا گذاردن شام، پیری (در هم شکستگی) به سراغشان آید؛ چرا که شام، مایهٔ نیرومندی پیر و جوان است.

۱۴۶۵. پیامبر خدا ﷺ: شام بخورید، هر چند به مستی خرمای خشکیده باشد؛ چرا که وا گذاردن شام، مایهٔ پیری است.

۱۴۶۶. امام صادق علیه السلام: خوردن شام را وا مگذار، هر چند به سه لقمه [نان] با نمک باشد.

۱۴۶۷. امام علی علیه السلام: شام خوردن پیامبران، پس از تاریکی شب بوده است. آن را وا مگذارید؛ چرا که وا گذاردن آن، ویرانی تن است.

۱۴۶۸. امام صادق علیه السلام: سرچشمهٔ ویرانی تن، وا گذاردن شام است.

۱۴۶۹. امام صادق علیه السلام: برای کسی که پا به سن نهاده، خوب نیست با شکم سبک بخوابد؛ بلکه اگر با شکم پُر بخوابد، برایش بهتر است.

۱۴۷۰. امام صادق علیه السلام: برای پیر کهن سال، بایسته است که حتماً به گاهِ خفتن،

لَنُؤْمِرَ وَأَطِيبُ لِنَكْهَتِهِ^۱.

۱۳۷۱. المحاسن عن المفضل بن عمر: دَخَلْتُ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام لَيْلَةً وَهُوَ يَتَعَشَّى. فَقَالَ: يَا مُفْضَلُ، أَدْنُ وَكُلْ. قُلْتُ: قَدْ تَعَشَّيْتُ.

فَقَالَ: أَدْنُ فَكُلْ؛ فَإِنَّهُ يُسْتَحَبُّ لِلرَّجُلِ إِذَا اكْتَهَلَ إِلَّا يَبِيتَ إِلَّا وَفِي جَوْفِهِ طَعَامٌ حَدِيثٌ. فَذَنُوتُ فَأَكَلْتُ^۲.

۱۳۷۲. الإمام الصادق عليه السلام: تَرَكُ الْعِشَاءَ مَهْرَمَةً، وَيَنْتَعِي لِلرَّجُلِ إِذَا أَسَنَ إِلَّا يَبِيتَ إِلَّا وَجَوْفُهُ مُمْتَلِئٌ مِنَ الطَّعَامِ^۳.

۱۳۷۳. الكافي عن علي بن أبي علي اللهبی عن الإمام الصادق عليه السلام: مَا تَقُولُ أَطِبَاءُكُمْ فِي عِشَاءِ اللَّيْلِ؟

قُلْتُ: إِنَّهُمْ يَنْهَوْنَ عَنْهُ.

قَالَ: لَكِنِّي أَمُرُّكُمْ بِهِ^۴.

۱۳۷۴. الكافي عن زياد بن أبي الحلال: تَعَشَّيْتُ مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَقَالَ: الْعِشَاءُ بَعْدَ الْعِشَاءِ الْآخِرَةِ عِشَاءُ النَّبِيِّينَ عليهم السلام^۵.

۱. کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۵۹، ح ۴۲۷۱، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۱۵، ح ۱۰۰۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۵، ح ۲۰.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۱۹۷، ح ۱۵۷۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۴، ح ۱۴.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۲۸۸، ح ۳ عن جميل بن صالح، المحاسن، ج ۲، ص ۱۹۷، ح ۱۵۷۴، عن حماد، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۴، ح ۱۳.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۲۸۹، ح ۱۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۷، ح ۲۴.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۲۸۹، ح ۷، المحاسن، ج ۲، ص ۱۹۵، ح ۱۵۶۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۴۲، ح ۷.

شکمش از غذا پُر باشد. این، سبب خواب آرام‌تر و بوی خوش‌تر دهان برای اوست.

۱۴۷۱. المحاسن - به نقل از مفضل بن عمر - : شبی، در حالی که امام صادق علیه السلام شام می‌خورد، بر ایشان وارد شدم. فرمود: «ای مفضل! پیش آی و بخور». گفتم: شام خورده‌ام.

فرمود: «پیش آی و بخور؛ زیرا مستحب است مرد، هنگامی که به میان‌سالی درآمد، شب را در حالی بخوابد که غذایی تازه در شکم اوست». من نیز پیش رفتم و خوردم.

۱۴۷۲. امام صادق علیه السلام: واگذارن شام، مایه بیری است. برای مرد، آن هنگام که پا به سن نهاد، بایسته است که تنها در حالی بخوابد که درونش از غذا پُر باشد.

مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

۱۴۷۳. الکافی - به نقل از علی بن ابی‌علی لهبی - : امام صادق علیه السلام فرمود: «طیبان شما درباره شام شب، چه می‌گویند؟». گفتم: ما را از آن، باز می‌دارند.

فرمود: «اما من، شما را بدان، فرمان می‌دهم».

۱۴۷۴. الکافی - به نقل از زیاد بن ابی‌الحلال - : با امام صادق علیه السلام شام خوردم. فرمود: «شام پس از نماز خفتن، شام پیامبران است».

١٢٧٥. الإمام الصادق عليه السلام : مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةً مَاتَ عِرْقُ فِي جَسَدِهِ وَلَا يَحْيَا أَبَدًا.^١

١٢٧٦. رسول الله صلى الله عليه وآله : مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةً السَّبَبُ وَلَيْلَةً الْأَحَدِ مَتَوَالِيَتَيْنِ ، ذَهَبَ عَنْهُ مَا لَا يَرْجِعُ إِلَيْهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا.^٢

١٢٧٧. الإمام الصادق عليه السلام : مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةً السَّبَبُ وَلَيْلَةً الْأَحَدِ مَتَوَالِيَتَيْنِ ، ذَهَبَتْ عَنْهُ قُوَّتُهُ فَلَمْ تَرْجِعْ إِلَيْهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا.^٣

١٢٧٨. الإمام الصادق عليه السلام : مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ نَقَصَتْ مِنْهُ قُوَّةٌ وَلَا تَعُودُ إِلَيْهِ.^٤

١٢٧٩. الكافي عن سليمان بن جعفر الجعفري : كَانَ أَبُو الْحَسَنِ عليه السلام لَا يَدَعُ الْعِشَاءَ وَلَوْ بِكَعْكَةٍ.

وَكَانَ يَقُولُ عليه السلام : إِنَّهُ قُوَّةٌ لِلْجِسْمِ - وَقَالَ : وَلَا أَعْلَمُهُ إِلَّا قَالَ : - وَصَالِحٌ لِلْجَمَاعِ.^٥

١٢٨٠. الإمام الرضا عليه السلام : إِذَا اكْتَهَلَ الرَّجُلُ فَلَا يَدَعُ أَنْ يَأْكُلَ بِاللَّيْلِ شَيْئًا ، فَإِنَّهُ أَهْدَىٰ لِلنَّوْمِ وَأَطْيَبُ لِلتَّكْهَةِ.^٦

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٢٤، ح ١٢٤٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ٢٠.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٢٤، ح ١٢٤٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ٢٠.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٩، ح ٨، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٨، ح ١٥٧٨ كلاهما عن جميل بن دراج، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ١٧.

٤. المحاسن، ج ٢، ص ١٩٨، ح ١٥٧٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ١٨.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٨، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٩، ح ١٥٨٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٥، ح ١٩.

٦. في المحاسن: «أهدأ» بدل «أهدى».

٧. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٨، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ١٩٨، ح ١٥٧٧ كلاهما عن سعيد بن جناح، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٢٤، ح ١٦.

۱۴۷۵. امام صادق علیه السلام: هر کس شام را وا گذارد، رگی در بدن وی می‌میرد و هرگز زنده نمی‌شود.

۱۴۷۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس شام را در شب شنبه و شب یکشنبه، پشت سر هم وا گذارد، چیزی از کف او می‌رود که تا چهل روز به وی باز نمی‌گردد.

۱۴۷۷. امام صادق علیه السلام: هر کس شام را در شب شنبه و شب یکشنبه، پشت سر هم وا گذارد، نیروی وی از کف می‌رود و این نیرو تا چهل روز به وی باز نمی‌گردد.

۱۴۷۸. امام صادق علیه السلام: هر کس شام خوردن را وا گذارد، نیرویی از او کاسته می‌شود و به او باز نمی‌گردد.

۱۴۷۹. الکافی - به نقل از سلیمان بن جعفر جعفری - : امام کاظم علیه السلام شام خوردن را وا نمی‌گذازد، هر چند به خوردن یک کلوچه بود.

ایشان می‌فرمود: «آن، نیرویی برای تن است» و نمی‌دانم دیگر چه چیزی فرمود، جز این که دقیقاً این سخن را هم فرمود که: «و کارآمد برای آمیزش است».

۱۴۸۰. امام رضا علیه السلام: مباد که مرد، هنگامی که میان سال می‌شود، خوردن چیزی را در هر شب، وا گذارد؛ زیرا این کار، سبب خواب آرام‌تر و بوی خوش‌تر دهان است.

١٢٨١. الإمام الرضا عليه السلام: إِنَّ فِي الْجَسَدِ عِرْقاً يُقَالُ لَهُ: الْعِشَاءُ؛ فَإِنْ تَرَكَ الرَّجُلُ الْعِشَاءَ لَمْ يَزَلْ يَدْعُو عَلَيْهِ ذَلِكَ الْعِرْقُ إِلَى أَنْ يُصْبِحَ، يَقُولُ: أَجَاعَكَ اللَّهُ كَمَا أَجَعْتَنِي، وَأَظْمَأَكَ اللَّهُ كَمَا أَظْمَأْتَنِي.

فَلَا يَدْعَنَّ أَحَدُكُمْ الْعِشَاءَ وَلَوْ بِلُقْمَةٍ مِنْ خُبْزٍ أَوْ شَرِبَةٍ مِنْ مَاءٍ.^١

٤/٩

وَجَبَةُ فِي الْيَوْمِ

١٢٨٢. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَنْ أَكَلَ فِي الْيَوْمِ مَرَّةً لَمْ يَكُنْ جَائِعاً، وَمَنْ أَكَلَ مَرَّتَيْنِ لَمْ يَكُنْ عَائِداً، وَمَنْ أَكَلَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ارْطُوهُ مَعَ الدَّوَابِّ.^٢

١٢٨٣. شعب الإيمان عن عائشة: رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وآله وَأَنَا أَكُلُ فِي يَوْمٍ مَرَّتَيْنِ، فَقَالَ: يَا عَائِشَةُ اتَّخَذْتَ الدُّنْيَا بَطْنَكَ! أَكْثَرُ مِنْ أَكَلَةٍ كُلِّ يَوْمٍ سَرَفٌ، وَاللَّهِ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ.^٣

٥/٩

ثَلَاثُ وَجَبَاتٍ فِي يَوْمَيْنِ

١٢٨٤. الإمام الرضا عليه السلام: الَّذِي يَجِبُ أَنْ يَكُونَ أَكْلُكَ فِي كُلِّ يَوْمٍ عِنْدَمَا يَمْضِي مِنَ النَّهَارِ ثَمَانٌ^٤ سَاعَاتٍ أَكَلَةً وَاحِدَةً، أَوْ ثَلَاثَ أَكَلَاتٍ فِي يَوْمَيْنِ، تَتَغَدَّى بِأَكْرَأَ فِي

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٩، ح ١٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٤٧، ح ٢٦.

٢. المواعظ العددية، ص ١٢٧.

٣. شعب الإيمان، ج ٥، ص ٣٢، ح ٥٦٦٥، الترغيب والترهيب، ج ٣، ص ١٤٠، ح ١٤، كنز العمال، ج ١٥.

ص ٢٦٣، ح ٢٠٨٨٥، ص ٤٣٣، ح ٢١٧١٢، نقلاً عن الديلمي.

٤. كذا في المصدر، والقياس «ثمانية».

۱۴۸۱. امام رضا علیه السلام: در بدن، رگی است که آن را «عشاء (شام)» گویند. اگر شخص شام خوردن را وا گذارد، آن رگ تا صبح، او را نفرین می‌کند و می‌گوید: «خدا تو را گرسنه بدارد، چنان که مرا گرسنه بداشتی، و تشنه بدارد، چنان که تشنه‌ام داشتی»^۱. پس مباد کسی از شما خوردن شام را وا گذارد، هر چند به یک لقمه نان یا جرعه‌ای آب باشد.

۴/۹

یک وعده در روز

۱۴۸۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس که در روز، یک بار غذا می‌خورد، گرسنه نمی‌ماند؛ هر که دو بار می‌خورد، پرستشگر نیست؛ و هر که سه بار می‌خورد، او را با چارپایان ببندید.

۱۴۸۳. شعب‌الایمان - به نقل از عایشه -: پیامبر خدا مرا دید که روزی دو بار غذا می‌خورم. فرمود: «ای عایشه! همه دنیا را شکم خویش گرفته‌ای! بیشتر از یک بار خوردن در هر روز، اسراف است و خداوند، اسراف‌کنندگان را دوست ندارد».

۵/۹

سه وعده در دو روز

۱۴۸۴. امام رضا علیه السلام: مقدار بایسته در خوراک، آن است که چون هشت ساعت از روز می‌گذرد، یک بار غذا بخوری، یا در دو روز، سه وعده غذا میل کنی [بدین ترتیب که]: در پگاه نخستین روز، ناشتایی بخوری، سپس در همان

۱. علامه مجلسی می‌گوید: این دعا، یک مثل است برای بیان زیان دیدن آن رگ و در نتیجه رسیدن زیان‌دیدی آن به بدن، گویا که آن رگ، دعا می‌کند و دعایش هم برآورده می‌شود (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۳۴۷).

أَوَّلِ يَوْمٍ ثُمَّ تَتَعَشَّى، فَإِذَا كَانَ فِي الْيَوْمِ الثَّانِي عِنْدَ مُضِيِّ ثَمَانٍ^١ سَاعَاتٍ مِنَ
النَّهَارِ أَكَلْتَ أَكْلَةً وَاحِدَةً وَلَمْ تَحْتَجْ إِلَى الْعِشَاءِ^٢، وَلَيْكُنْ ذَلِكَ بِقَدْرِ لَا يَزِيدُ
وَلَا يَنْقُصُ^٣.



١. كذا في المصدر، والقياس «ثمانى».

٢. زاد في بعض نسخ المصدر وبحار الأنوار هنا: «وكذا أمر جدِّي محمد ﷺ علياً ﷺ في كلِّ يوم وجبة وفي غده وجبتين».

٣. طب الإمام الرضا ﷺ، ص ١٥، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣١١.

روز، شام بخوری و سپس چون دیگر روز فرا رسید، پس از گذشت هشت ساعت از آغاز روز، یک وعده دیگر بخوری و در آن روز، تو را به شام، نیازی نیست^۱ این غذا، باید به اندازه باشد و نه بر آن، افزوده و نه از آن، کاسته شود.



۱. در برخی از نسخه‌های طب الإمام الرضا علیه السلام و در بحار الأنوار، در این قسمت، چنین افزوده‌ای هست: «جَدَّ من مُحَمَّد صلی الله علیه و آله، علی علیه السلام را چنین فرمود که: [از هر دو روز،] در یک روزش، یک وعده و در روز دیگرش، دو وعده باشد».



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

سخن دربارهٔ احادیث مربوط به وعده‌های غذا

چنان که ملاحظه شد، احادیث این فصل، به پنج دسته تقسیم می‌شوند:

۱. احادیثی که با الهام از قرآن کریم - آن‌جا که از غذای بهشتیان، سخن به میان آورده است - به دو وعده غذا در هر روز (به هنگام صبحگاهان و شامگاهان) سفارش می‌کند.

۲. احادیثی که بر خوردن صبحانه تأکید می‌ورزند و از واگذارن آن، نهی می‌کنند.

۳. احادیثی که بر خوردن شام، تأکید می‌کنند و از واگذارن آن، بویژه از جانب سالمندان، باز می‌دارند.

۴. احادیثی که بر خوردن یک وعده غذا در هر روز، تأکید دارند.

۵. احادیثی که به خوردن سه وعده غذا در دو روز، سفارش می‌کنند.

هر چند این احادیث، در نگاه نخست، متعارض می‌نمایند، اما تأمل در آنها روشن می‌سازد که احادیث سه دسته نخست، هیچ تعارضی با یکدیگر ندارند و حتی همدیگر را تأیید نیز می‌کنند؛ زیرا دسته نخست، به خوردن دو وعده صبحانه و شام، سفارش می‌کند و دسته‌های دوم و سوم، از واگذارن صبحانه و شام، نهی می‌نمایند.

دسته چهارم نیز با حدیث‌های پیشین، تعارض ندارد؛ زیرا این دسته به بسنده بودن یک وعده در روز، تصریح دارد و احادیث دسته‌های پیشین هم به دو

وعده، توصیه می‌کنند.

و اما حدیثی که به سه وعده غذا در دو روز سفارش می‌کند، از آن روی که در کتاب طب الإمام الرضا علیه السلام نقل شده و انتساب این کتاب به امام رضا علیه السلام به اثبات نرسیده، دچار ضعف در سند است، چنان که به لحاظ دلالت نیز ضعیف است؛ زیرا مخاطب این حدیث، مأمون عباسی است و شاید اساساً این توصیه، به او اختصاص داشته باشد.

بنا بر این، جمع‌بندی احادیث پیشین، این می‌شود که خوردن دو وعده در صبحگاهان و شامگاهان، برای استمرار تن‌درستی، سودمند است، چنان که بهشتیان نیز - که در سرای سلامت، زندگی جاوید دارند^۱ - در همین دو وقت، غذا میل می‌نمایند؛ «و آنان، صبحگاهان و شامگاهان، روزی ویژه خویش را دارند»^۲.

مرکز تحقیقات طب و تریاک

۱. اشاره است به: «لَهُمْ دَارُ السَّلَامِ عِنْدَ رَبِّهِمْ؛ آنان را نزد پروردگارشان سرای عافیت است» (انعام: آیه ۱۲۷).

۲. مریم: آیه ۶۲.

بخش پنجم

درمان باغذایا و گیاهان دارویی



مرکز تحقیقات گیاهان دارویی

فصل یکم	:	برنج
فصل دوم	:	بادرود و خاک
فصل سوم	:	باد صبان
فصل چهارم	:	بانه
فصل پنجم	:	پیار
فصل ششم	:	حبه بره
فصل هفتم	:	تخم مرغ
فصل هشتم	:	سب

فصل یازدهم	:	عمینه
فصل دوازدهم	:	خرا
فصل سیزدهم	:	انجیر
فصل چهاردهم	:	سیر
فصل پانزدهم	:	پیر
فصل شانزدهم	:	پرجسیر
فصل هفدهم	:	زردک
فصل هجدهم	:	کردو
فصل نوزدهم	:	پنیر اسپند
فصل بیستم	:	شیلید
فصل بیست و یکم	:	نارنگه کبود برادر سیب
فصل بیست و دوم	:	نخود
فصل بیست و سوم	:	نار
فصل بیست و چهارم	:	کاجو
فصل بیست و پنجم	:	سرکه
فصل بیست و ششم	:	انار
فصل بیست و هفتم	:	نویز
فصل بیست و هشتم	:	زیتون
فصل بیست و نهم	:	آویشن

فصل سیام : شگفت

فصل سی و یکم :

فصل سی و دوم : بحر

فصل سی و سوم : شغم

فصل سی و چهارم : چنر

فصل سی و پنجم : روغن جوانی

فصل سی و هشتم : سیاناسا

فصل سی و هفتم : سبوق

فصل سی و هشتم : سبوق

فصل سی و نهم : سبوق

فصل چهارم : مرکز تحقیقات کبوتر پروری در سدی

فصل چهل و یکم : اکور

فصل چهل و دوم : غناب

فصل چهل و سوم : بنجید

فصل چهل و چهارم : ثرب

فصل چهل و پنجم : غرقه

فصل چهل و هشتم : خیار

فصل چهل و هفتم : کدو

فصل چهل و هشتم : کباب

شیر	:	فصل چهل و نهم
کرفس	:	فصل پنجاهم
قارچ	:	فصل پنجاه و یکم
کبابی	:	فصل پنجاه و دوم
کنند	:	فصل پنجاه و سوم
شیر	:	فصل پنجاه و چهارم
کرشت	:	فصل پنجاه و پنجم
لوبیا	:	فصل پنجاه و ششم
پاش	:	فصل پنجاه و هفتم
کمان	:	فصل پنجاه و هشتم
کاسنی	:	فصل پنجاه و نهم
	:	فصل شصتم



مرکز تحقیقات کتب و پژوهش‌های اسلامی

الفصل الأول

الأشْرَجُ



١٤٨٥. الدعوات : رُويَ : ... كُلِّ الْفَاكِهَةِ فِي إِقْبَالِ دَوْلَتِهَا، وَأَفْضَلُهَا الرُّمَانُ وَالْأُتْرُجُ،
وَمِنْ الرِّيَّاحِينَ الْوَرْدُ وَالْبَنْفَسَجُ.^١

٢/١

خَوَاضُ الْأَشْرَجِ

١٤٨٦. رسول الله ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْأُتْرُجِ ؛ فَإِنَّهُ يُنِيرُ الْقَوَادَ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ.^٢

١. الدعوات، ص ١٥٩، ح ٤٣٦.

٢. طب النبي ﷺ، ص ٨، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٧؛ الفردوس، ج ٣، ص ٣٠، ح ٤٠٦٢ عن عبد الرحمن بن دلهم وفيه «يشد» بدل «ينير»، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٠، ح ٢٨٢٥٧.

فصل یکم تُرُنَج



۱۴۸۵. الدعوات: روایت شده است که: «... میوه را در ایام دولتش بخور؛ و برترین میوه‌ها، انار و تُرنج است. از سبزی‌ها نیز گل سرخ و بنفشه، برترین هستند».

۲/۱ خواص تُرنج

۱۴۸۶. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد تُرنج؛ چرا که دل را نورانی می‌سازد و بر توان مغز می‌افزاید.^۱

۱. در الفردوس، به جای «نورانی می‌سازد»، «نیرو می‌بخشد» آمده است.

۳/۱

أَكْلُ الْأَشْرِجِ بَعْدَ الطَّعَامِ

۱۳۸۷. الكافي عن عبدالله بن إبراهيم الجعفري عن الإمام الصادق عليه السلام : بِأَيِّ شَيْءٍ يَأْمُرُكُمْ أَطِبَّاءُكُمْ فِي الْأَتْرِجِّ؟

فَقُلْتُ: يَا مَرْوَنَّا أَنْ نَأْكُلَهُ قَبْلَ الطَّعَامِ.

فَقَالَ: إِنِّي أَمَرُكُمْ بِهِ بَعْدَ الطَّعَامِ.^۱

۱۳۸۸. الكافي عن إبراهيم بن عمر اليماني: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: إِنَّهُمْ يَزْعُمُونَ أَنَّ الْأَتْرِجَّ عَلَى الرِّيقِ أَجْوَدُ مَا يَكُونُ.

فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: إِنْ كَانَ قَبْلَ الطَّعَامِ خَيْرٌ فَهُوَ بَعْدَ الطَّعَامِ خَيْرٌ، وَخَيْرٌ وَأَجْوَدُ.^۲

۱۳۸۹. الإمام الصادق عليه السلام: كُلُّوا الْأَتْرِجَّ بَعْدَ الطَّعَامِ؛ فَإِنَّ آلَ مُحَمَّدٍ عليهم السلام يَفْعَلُونَ ذَلِكَ.^۳

۴/۱

أَكْلُ الْأَشْرِجِ بِاللَّيْلِ

۱۳۹۰. الإمام الرضا عليه السلام: أَكُلْ الْأَتْرِجَّ بِاللَّيْلِ، يَقْلِبُ الْعَيْنَ، وَيُورِثُ الْحَوَلَ.^۴

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۰، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۷۳، ح ۲۳۰۴ و ح ۲۳۰۶ نحوه وكلاهما عن الإمام أبي الحسن عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۲، ح ۴.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۰، ح ۵.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۰، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۷۲، ح ۲۳۰۲ كلاهما عن أبي بصير، الخصال، ص ۶۳۲، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام، غرر الحكم، ح ۷۲۴۵ وفيهما «قبل الطعام وبعده»، تحف العقول، ص ۱۲۲ نحوه والثلاثة الأخيرة عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۱، ح ۲.

۴. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ۲۷، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۳۲۱ وفيه «يوجب» بدل «يورث».

۳/۱

خوردن تُرنج پس از غذا

۱۴۸۷. الکافی - به نقل از عبد الله بن ابراهیم جعفری - : امام صادق علیه السلام فرمود :
«پزشکان شما درباره تُرنج چه دستور می دهند؟».

گفتم : دستور می دهند که آن را پیش از غذا بخوریم.

فرمود : «اما من ، شما را به خوردن آن پس از غذا فرمان می دهم».

۱۴۸۸. الکافی - به نقل از ابراهیم بن عمر یمانی - : به امام صادق علیه السلام گفتم : آنان مدعی اند که بهترین وضعیت برای خوردن تُرنج ، حالت ناشتاست.

امام صادق علیه السلام فرمود : «اگر پیش از غذا خوب باشد ، پس از غذا به مراتب بهتر و پسندیده تر است».

۱۴۸۹. امام صادق علیه السلام : تُرنج را پس از غذا بخورید ؛ چرا که خاندان محمد صلی الله علیه و آله چنین می کنند.^۱

۴/۱

نخوردن تُرنج در شب

۱۴۹۰. امام رضا علیه السلام : خوردن تُرنج در شب ، چشم را برمی گرداند و کژچشمی به جای می گذارد.

۱. در الخصال و غرر الحکم ، عبارت ، به صورت «تُرنج را پیش از غذا و پس از آن بخورید...» آمده است .

۵/۱

فَاهِضَةُ الْأَتْرَجِ

۱۴۹۱. الإمام الباقر عليه السلام: إِنَّ الْأَتْرَجَ لَثَقِيلٌ، فَإِذَا أُكِلَ، فَإِنَّ الْخُبْزَ الْيَابِسَ يَهْضُمُهُ مِنَ الْمَعِدَةِ.^۱

۱۴۹۲. الإمام الرضا عليه السلام: الْخُبْزُ الْيَابِسُ يَهْضُمُ الْأَتْرَجَ.^۲

۱۴۹۳. الكافي عن أبي بصير: كَانَ عِنْدِي ضَيْفٌ فَتَشَهَّى أَتْرَجًا يَعْسَلُ فَأَطَعَمْتُهُ وَأَكَلْتُ مَعَهُ، ثُمَّ مَضَيْتُ إِلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام وَإِذَا الْمَائِدَةُ بَيْنَ يَدَيْهِ، فَقَالَ لِي: أَدْنُ فَكُلْ.

فَقُلْتُ: إِنِّي أَكَلْتُ قَبْلَ أَنْ آتِيكَ أَتْرَجًا يَعْسَلُ، وَأَنَا أَجِدُ ثِقَلَهُ؛ لِأَنِّي أَكْرَثُ مِنْهُ.

مرکز تحقیقات طب و داروسازی

فَقَالَ: يَا غَلَامُ! انْطَلِقْ إِلَى الْجَارِيَةِ، فَقُلْ لَهَا: اِئْتِنِي إِلَيْنَا بِحَرْفٍ رَغِيفٍ يَابِسٍ مِنَ الَّذِي تُجَفِّفُهُ فِي التَّنَوُّرِ. فَأَتَيْتُ بِهِ، فَقَالَ لِي: كُلْ مِنْ هَذَا الْخُبْزِ الْيَابِسِ؛ فَإِنَّهُ يَهْضُمُ الْأَتْرَجَ.

فَأَكَلْتُهُ، ثُمَّ قُمْتُ فَكَأَنِّي لَمْ أَكُلْ شَيْئًا.^۳

۱. الأُمَالِي لِلطُّوسِي، ص ۳۶۹، ح ۷۸۶ عن عَلِيِّ بْنِ عَلِيٍّ بْنِ رَزِينٍ عَنِ الْإِمَامِ الرِّضَا عَنْ آبَائِهِ عليهم السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۱، ح ۱.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۰، ح ۴ عن أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدَ بْنِ أَبِي نَصْرٍ، طَبَّ الْأَنْعَمَةِ لِابْنِي بِسْطَامٍ، ص ۱۳۶ عن إِبْرَاهِيمَ بْنِ الْحَسَنِ الْجَعْفَرِيِّ عَنِ الْإِمَامِ الصَّادِقِ عليه السلام وَفِيهِ «الْجَبِينُ الْيَابِسُ» بِدَلِّ «الْخُبْزِ الْيَابِسِ»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۵، ح ۸.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۲۵۹، ح ۱، الْمُحَاسِنُ، ج ۲، ص ۳۷۳، ح ۲۳۰۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۲، ح ۵.

۵/۱

آنچه تُرنج را هضم می‌کند

۱۴۹۱. امام باقر علیه السلام: تُرنج، سنگین است. چون خورده شود، نان خشک، آن را در معده هضم می‌کند.

۱۴۹۲. امام رضا علیه السلام: نان خشک، تُرنج را هضم می‌کند.^۱

۱۴۹۳. الکافی - به نقل از ابو بصیر - : میهمانی داشتم که به تُرنج همراه با عسل، اظهار تمایل کرد. آن را به او دادم و خود نیز با وی خوردم. سپس نزد امام صادق علیه السلام رفتیم و دیدیم که سفره‌ای نزد ایشان گشوده است. به من فرمود: «پیش آی و بخور».

گفتم: پیش از آن که نزد شما بیایم، تُرنج و عسل خورده‌ام و اکنون سنگینی آن را احساس می‌کنم؛ زیرا زیاد خورده‌ام.

[ایشان به یکی از غلامان خود] فرمود: «ای غلام! نزد کنیز برو و به او بگو: «برایمان یک کناره نان خشک، از آنچه در تنور خشک می‌کنی، بفرست».

آن نان، آورده شد. پس به من فرمود: «از این نان خشک بخور؛ چرا که تُرنج را هضم می‌کند».

من آن را خوردم و سپس از جای برخاستم، گویا که هیچ چیز نخورده‌ام.

۱. در طبّ الأئمة، به جای «نان»، واژه «پنیر» آمده است.

٦/١

فَرْجُ الْأُتْرُجِ

١٢٩٢. طَبُّ الْأُتْمَةِ: عَنْ إِبْرَاهِيمَ بْنِ الْحَسَنِ الْجَعْفَرِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام أَنَّهُ قَالَ لِأَصْحَابِهِ:

أَخْبِرُونِي بِأَيِّ شَيْءٍ يَأْمُرُكُمْ بِهِ أَطِبَّاؤُكُمْ فِي الْأُتْرُجِّ؟
قَالَ: يَا بْنَ رَسُولِ اللَّهِ، يَأْمُرُونَنَا بِهِ قَبْلَ الطَّعَامِ.
قَالَ: مَا مِنْ شَيْءٍ أَرَدْنَا مِنْهُ قَبْلَ الطَّعَامِ، وَمَا مِنْ شَيْءٍ أَنْفَعَ مِنْهُ بَعْدَ الطَّعَامِ،
فَعَلَيْكُمْ بِالْمُرَبِّي مِنْهُ؛ فَإِنَّ لَهُ رَائِحَةً فِي الْجَوْفِ كَرَائِحَةِ الْمِسْكِ.^١

٧/١

النَّظَرُ إِلَى الْأُتْرُجِ

١٢٩٥. الْمُعْجَمُ الْكَبِيرُ عَنْ أَبِي كَبْشَةَ الْأَنْمَارِيِّ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ عليه السلام يُعْجِبُهُ النَّظَرُ إِلَى الْأُتْرُجِّ، وَكَانَ يُعْجِبُهُ النَّظَرُ إِلَى الْحَمَامِ الْأَحْمَرِ.^٢
١٢٩٦. الْإِمَامُ الرِّضَا عليه السلام: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ عليه السلام كَانَ يُعْجِبُهُ النَّظَرُ إِلَى الْأُتْرُجِّ الْأَخْضَرِ وَالتَّقَاحِ الْأَحْمَرِ.^٣

١. طَبُّ الْأُتْمَةِ لابني بسطام، ص ١٣٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٢، ح ٧.
٢. فِي النَّهَايَةِ لابن الأثير: قَالَ أَبُو مُوسَى: قَالَ هَلَالُ بْنُ الْعَلَاءِ: هُوَ التَّقَاحُ، قَالَ: وَهَذَا التَّفْسِيرُ لَمْ أَرَهُ لغيره (النَّهَايَةُ، ج ١، ص ٤٢٦).
٣. الْمُعْجَمُ الْكَبِيرُ، ج ٢٢، ص ٣٣٩، ح ٨٥٠، تَارِيخُ دِمَشْقَ، ج ٤٣، ص ٣٤٤، ح ٩٢٠٩، تَهْذِيبُ التَّهْذِيبِ، ج ١، ص ٤٩٦، ح ١٣٠٥ وَلَيْسَ فِيهِ «وَكَانَ يُعْجِبُهُ النَّظَرُ إِلَى الْحَمَامِ الْأَحْمَرِ»، تَارِيخُ أَصْبَهَانَ، ج ١، ص ٣٩٧، ح ٧٤٥ عَنْ طَاوُوسٍ وَفِيهِ «الْأَخْضَرُ» بِدَلِّ «الْأَحْمَرِ»، كَنْزُ الْعَمَالِ، ج ٧، ص ١٥٠، ح ١٨٤٦٠، بِحَارُ الْأَنْوَارِ، ج ٦٥، ص ٢٦.
٤. الْكَافِيُّ، ج ٦، ص ٣٦٠، ح ٦ عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ جَعْفَرِ الْجَعْفَرِيِّ، بِحَارُ الْأَنْوَارِ، ج ١٦، ص ٢٦٧، ح ٧٢.

۶/۱

مُرَبَّای تُرنج

۱۴۹۴. طَبَّ الْأُمَمَةِ علیه السلام - به نقل از ابراهیم بن حسن جعفری - : امام صادق علیه السلام به یاران خویش فرمود: «به من بگویند که پزشکانتان دربارهٔ تُرنج به شما چه دستور می‌دهند».

[یکی] گفت: ای پسر پیامبر خدا! ما را به خوردن آن، پیش از غذا، سفارش می‌کنند.

فرمود: «هیچ چیز، از آن، در حالتی که پیش از غذا خورده شود، بدتر نیست و هیچ چیز، از آن، در حالتی که پس از غذا خورده شود، سودمندتر نیست. بر شما باد مُربَّای آن، که در درون انسان، بویی چون بوی مُشک دارد».

مرکز تحقیقات کبیر پزشکی

۷/۱

نگاه کردن به تُرنج

۱۴۹۵. المعجم الکبیر - به نقل از ابو کبشهٔ انصاری - : پیامبر صلی الله علیه و آله نگرستن به تُرنج را دوست داشت و به نگرستن به حَمَامِ احمر^۱ نیز علاقه‌مند بود.^۲

۱۴۹۶. امام رضا علیه السلام : پیامبر خدا به نگرستن به تُرنج سبز و سیب سرخ، علاقه داشت.

۱. در النهاية آمده است: ابو موسی گفته: «هلال بن علاء می‌گفت که: مقصود از حَمَامِ احمر، سیب است»؛ اما من این تفسیر را از کسی دیگر ندیده‌ام (النهاية: ج ۱ ص ۴۴۶).

۲. در تاریخ أصبهان، به جای «سرخ»، واژهٔ «سبز» آمده است.

الفصل الثاني

الإجاصُ

١٣٩٧. طَبَّ الْأُئِمَّةِ عَنْ جَابِرِ بْنِ يَزِيدَ الْجَعْفِيِّ : شَكََا رَجُلٌ إِلَى أَبِي جَعْفَرٍ عليه السلام مِرَاراً هَاجَتْ بِهِ حَتَّى كَادَ أَنْ يُجَنَّ^١ ، فَقَالَ لَهُ : سَكَّنُهُ بِالْإِجَاصِ^٢ .
١٣٩٨. الْإِمَامُ الصَّادِقُ عليه السلام : الْإِجَاصُ عَلَى الرِّيقِ ؛ يُسَكِّنُ الْمِرَارَ ، إِلَّا أَنَّهُ يَهَيِّجُ الرِّيَّاحَ^٣ .
١٣٩٩. طَبَّ الْأُئِمَّةِ عَنْ الْأَزْرَقِ بْنِ سُلَيْمَانَ : سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنِ الْإِجَاصِ ، فَقَالَ : نَافِعٌ لِلْمِرَارِ ، وَيُلْكِنُ الْمَفَاصِلَ ؛ فَلَا تُكْثِرُ مِنْهُ فَيَعْقِبَكَ رِيحاً فِي مَفَاصِلِكَ^٤ .
١٥٠٠. الْكَافِي عَنْ زِيَادِ الْقَنْدِيِّ : دَخَلْتُ عَلَى أَبِي الْحَسَنِ الْأَوَّلِ عليه السلام وَبَيْنَ يَدَيْهِ تَوْرُ مَاءٍ فِيهِ إِجَاصٌ أَسْوَدٌ فِي إِبَانِهِ ، فَقَالَ :
- إِنَّهُ هَاجَتْ بِي حَرَارَةٌ ، وَإِنَّ الْإِجَاصَ الطَّرِيَّ يُطْفِئُ الْحَرَارَةَ وَيُسَكِّنُ

١ . فِي الْمَصْدَرِ : «تَجَنَّ» ، وَالتَّصْوِيبُ مِنْ بَحَارِ الْأَنْوَارِ .

٢ . طَبَّ الْأُئِمَّةِ لِابْنِ بِسْطَامٍ ، ص ١٣٦ ، بَحَارِ الْأَنْوَارِ ، ج ٦٦ ، ص ١٨٩ ، ح ١ .

٣ . طَبَّ الْأُئِمَّةِ لِابْنِ بِسْطَامٍ ، ص ١٣٦ ، بَحَارِ الْأَنْوَارِ ، ج ٦٦ ، ص ١٨٩ ، ح ١ .

٤ . طَبَّ الْأُئِمَّةِ لِابْنِ بِسْطَامٍ ، ص ١٣٦ ، بَحَارِ الْأَنْوَارِ ، ج ٦٦ ، ص ١٨٩ ، ح ١ .

فصل دوم

آلو

۱۴۹۷. طَبُّ الْأَئِمَّةِ (ع) - به نقل از جابر بن یزید جعفی - : مردی نزد امام باقر (ع) ، از تلخه‌ای که در درون او به جوشش آمده بود - تا جایی که نزدیک بود دیوانه شود - اظهار ناراحتی کرد.

امام (ع) به او فرمود: «آن را با آلو فرو بنشان».

۱۴۹۸. امام صادق (ع) : آلو در حالت ناشتا تلخه را فرو می‌نشانند، هر چند که باده‌ها را نیز تحریک می‌کند.

۱۴۹۹. طَبُّ الْأَئِمَّةِ (ع) - به نقل از ازرق بن سلیمان - : از امام صادق (ع) دربارهٔ آلو پرسیدم. فرمود: «برای تلخه مفید است و مفاصل را نیز نرم می‌کند؛ اما از آن، زیاد مخور که سرانجام، در مفصل‌هایت، بادهایی بر جای می‌نهد».

۱۵۰۰. الکافی - به نقل از زیاد قندی - : بر امام کاظم (ع) درآمدم، در حائی که نزد ایشان ظرف آبی قرار داشت و چند آلوی سیاه - که همان رمن، هنگام چیدنش بود - در آن دیده می‌شد.

فرمود: «حرارت، در من بالا گرفته و آلوی تازه حرارت را خاموش می‌کند و صفرا را فرو می‌نشانند. خشک آن نیز خون را آرام می‌کند».

الصَّفْرَاءُ، وَإِنَّ الْيَاسَ مِنْهُ يُسَكِّنُ الدَّمَ، وَيَسْلُ الدَّاءَ الدَّوِيَّ.^۱

۱۵۰۱. طَبَّ الْأُئِمَّةِ عَنْهُمْ عَلَيْهِ السَّلَامُ: عَلَيْكُمْ بِالْإِجَاصِ الْعَتِيقِ؛ فَإِنَّ الْعَتِيقَ قَدْ بَقِيَ نَفْعُهُ وَذَهَبَ ضَرَرُهُ، وَكُلُّوهُ مُقَشَّرًا؛ فَإِنَّهُ نَافِعٌ لِكُلِّ مِرَارٍ وَخَرَارَةٍ وَوَهْجٍ يَهِيْجُ مِنْهَا.^۲



۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۵۹، ح ۱، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۹، ح ۱۲۶۷ نحوه وفيه «دخلت على الرضا عليه السلام»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۹، ح ۲.
 ۲. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۳۶، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۹، ح ۱.

و دردهای بی‌درمان را از تن بیرون می‌کشد»^۱.

۱۵۰۱. **طَبُّ الْأُثْمَةِ** پیچ: بر شما باد آلوی مانده؛ چرا که در مانده آن، سودش بر جای مانده و زیانش رفته است. آن را پوست‌کنده بخورید؛ چرا که برای هر تلخه و حرارت و افروختگی‌ای که از حرارت برخاسته باشد، سودمند است.



۱. در مکارم الأخلاق به همبر = محرم و با ایه: تفاوت که در آن، عبارت «بر امام رضا علیه السلام» آمده است. مانده

الفصل الثالث

الأرز

١/٣

سَيِّدُ الْأَطْعِمَةِ

١٥٠٢. رسول الله ﷺ: الْأَرَزُّ فِي الْأَطْعِمَةِ كَالسَّيِّدِ فِي الْقَوْمِ.^١
١٥٠٣. عنه ﷺ: سَيِّدُ طَعَامِ أَهْلِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ اللَّحْمُ، ثُمَّ الْأَرَزُّ.^٢

٢/٣

جَوَاضِ الْأَرَزِّ

١٥٠٤. رسول الله ﷺ: نِعَمَ الدَّوَاءُ الْأَرَزُّ، بَارِدٌ صَحِيحٌ سَلِيمٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ.^٣

١. طب النبي ﷺ، ص ٦، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٤؛ الفردوس، ج ١، ص ١٢٧، ح ٤٤٠ عن الإمام عليّ ﷺ عنه ﷺ.

٢. عيون أخبار الرضا ﷺ، ج ٢، ص ٣٥، ح ٧٩ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا ﷺ، ص ١٠٦، ح ٥٦ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه ﷺ، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٣٥، ح ١٠٧٩ عن الإمام الرضا عن أبيه عن جدّه ﷺ وليس فيهما «أهل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٨، ح ٥ و ص ٢٦٢، ح ٧؛ سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٠٩٩، ح ٣٣٠٥ عن أبي الدرداء وفيه «أهل الجنة» بدل «الآخرة» وليس فيه «ثمّ الأرز»، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٩١، ح ٤١٠٥٤ نقلاً عن الحاكم في تاريخ نيسابور عن صهيب.

٣. الفردوس، ج ٢، ص ٢٦٧، ح ٦٧٨٥ عن أنس؛ مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٣٥، ح ١٠٧٨ عن الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٢، ح ٧.

فصل سوم

برنج



۱۵۰۲. پیامبر خدا ﷺ: برنج در میان خوراکی ها، به سان مهتر (رئیس) در میان قوم است.

۱۵۰۳. پیامبر خدا ﷺ: مهتر همه خوراکی های ساکنان این سرای و آن سرای، گوشت و سپس برنج است.

۲/۳

خواص برنج

۱۵۰۴. پیامبر خدا ﷺ: برنج، نیکو دارویی است: سرد است و سالم و برکنار از هر بیماری.

۱۵۰۵. الإمام الصادق عليه السلام : نِعَمَ الطَّعَامُ الْأُرْزُ، وَإِنَّا لَنَدَّخِرُهُ لِمَرْضَانَا.^۱

۱۵۰۶. عنه عليه السلام : مَا يَأْتِينَا مِنْ نَاجِيَتِكُمْ شَيْءٌ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الْأُرْزِ وَالْبَنْفَسِجِ، إِنِّي اسْتَكَيْتُ وَجَعِي ذَلِكَ الشَّدِيدَ فَأَلْهِمْتُ أَكْلَ الْأُرْزِ، فَأَمَرْتُ بِهِ... فَأَذْهَبَ اللَّهُ عَنِّي بِذَلِكَ الْوَجَعِ.^۲

راجع: ج ۲، ص ۲۹۶ (خواص خبز الأرز).

ج ۲، ص ۲۸۲ (خواص بعض أنواع السويق / سويق الأرز).

ج ۱، ص ۲۳۰ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / الأرز والسماق).

ج ۱، ص ۲۳۴ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / سويق الأرز).

ج ۱، ص ۲۴۴ (ما ينفع لعلاج البواسير / الأرز).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۴۲، ح ۴ و ۵ وفيه «لنداوي به مرضانا» بدل «لندخره لمرضانا»، المحاسن، ج ۲.

ص ۲۰۲، ح ۲۰۰۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۶۰، ح ۲.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۴۱، ح ۱ عن یونس بن یعقوب.

۱۵۰۵. امام صادق علیه السلام: برنج، نیکو غذایی است. ما آن را برای بیماران خویش نگه می‌داریم.^۱

۱۵۰۶. امام صادق علیه السلام: از جانب شما، چیزی دوست‌داشتنی‌تر از برنج و بنفشه برای ما نمی‌آید. من [یک بار] از دردی سخت در رنج بودم و در این هنگام به من الهام شد که برنج بخورم. گفتم که آن را فراهم آورند... پس، خداوند تعالی با آن، دردم را از میان برد.

ر.ک: ج ۲، ص ۲۹۷ (خواص نان برنج).

ج ۲، ص ۳۸۳ (خواص برخی از انواع سویق / سویق برنج).

ج ۱، ص ۴۳۱ (آنچه برای برخی از دردهای شکم سودمند است / برنج و سماق).

ج ۱، ص ۴۳۵ (آنچه برای برخی از دردهای شکم سودمند است / سویق برنج).

ج ۱، ص ۴۴۵ (آنچه برای درمان بواسیر، سودمند است / برنج).

مرکز تحقیقات گیاه‌پزشکی و طب سنتی

۱. در الکافی، عبارت: «به صورت «ما بیماران خویش را با آن درمان می‌کنیم» آمده است.

الفصل الرابع

الباذرُوجُ (الحَوْكُ)

١٥٠٧. رسول الله ﷺ : الحَوْكُ بَقْلَةٌ طَيِّبَةٌ ، كَأَنِّي أَرَاهَا نَابِتَةً فِي الْجَنَّةِ .^١

١٥٠٨. الإمام عليّ عليه السلام : نَظَرَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِلَى الْبَاذِرُوجِ^٢ ، فَقَالَ : هَذَا الْحَوْكُ ، كَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى مَنَبَتِهِ فِي الْجَنَّةِ .^٣

١٥٠٩. عنه عليه السلام : ذَكَرَ لِرَسُولِ اللَّهِ ﷺ الْحَوْكُ وَهُوَ الْبَاذِرُوجُ ، فَقَالَ : بَقْلَتِي وَبَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي ، وَإِنِّي لَأُحِبُّهَا وَأَكُلُّهَا .^٤

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٨، ح ١٣١٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٥، ح ١٤.

٢. الباذرُوج: بقلّة معروفة يقوّي جدّاً ويقبض إلّا أن يصادف فضلة فيسهل. والمشهور أنّه الريحان الجبلي وشبيهه بالريحان البستاني، إلّا أنّ ورقه أعرض (بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٣).

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣١٩، ح ٢٠٧٥ عن عبدالله العلوي عن أبيه، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٨، ح ١٣١٠، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٣، ح ٢٧٥ كلاهما عن رسول الله ﷺ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٣، ح ٢.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٧، ح ١٣٠٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٤، ح ١٣.

فصل چهارم بادروج (حوک)

۱۵۰۷. پیامبر خدا ﷺ: حوک^۱، سبزی پیامبران است. گویا می بینم که در بهشت روییده است.

۱۵۰۸. امام علی علیه السلام: پیامبر خدا به بادروج نگرست و فرمود: «این، حوک است. گویا که رستنگاه آن را در بهشت می نگریم».

۱۵۰۹. امام علی علیه السلام: نزد پیامبر خدا از حوک - که همان بادروج است - سخن به میان آوردند. فرمود: «سبزی من و سبزی پیامبران پیش از من است و من، آن را دوست دارم و می خورم».

۱. این گیاه، نام های بسیار زیادی دارد و ما در این جا به بخشی از آنها اشاره می کنیم و از لغت نامه دهخدا شرح مختصری درباره آنها می آوریم و برای توضیح بیشتر، خوانندگان محترم را به نشانی های کتاب مذکور که در زیر خواهیم آورد، ارجاع می دهیم:

لغت نامه مذکور، در لغت «بادروج» آورده: گیاهی معطر [است] و بادروج، ریحان کوهی، بادرنجبویه، بارنگ، حوک، ریحان جبلی، باذروق، باذرو [، نام های دیگر آن است].
در «باذرو» آورده: همان بادرو باشد؛ باذروج،

در «بادرنجبویه» آورده: بادرنجبویه باشد؛ بادرنجبویه (لغت نامه دهخدا: ج ۳ ص ۳۴۵).

همچنین در لغت «حوک» می نویسد: بادروج که ریحان کوهی باشد؛ پورنگ، باذروج و آن هبّی است. بادرو، بارنگبویه، بادرنجبویه. سبزی [ای] است مثل سپرغم که آن را بونیک گویند و نازیو نیز نامند (لغت نامه دهخدا: ج ۶ ص ۸۱۱۴).

١٥١٠. عنه عليه السلام : كَانَ يُعْجِبُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ مِنَ الْبُقُولِ الْحَوْكُ.^١

١٥١١. الإمام الصادق عليه السلام : كَانَ أَحَبَّ الصَّبَاغِ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ الْخُلُّ، وَأَحَبُّ الْبُقُولِ إِلَيْهِ الْحَوْكُ، يَعْنِي: الْبَاذِرُوجَ.^٢

١٥١٢. عنه عليه السلام : كَانَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ - صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِ - يُعْجِبُهُ الْبَاذِرُوجُ.^٣

١٥١٣. عنه عليه السلام : الْحَوْكُ بَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ، أَمَا إِنَّ فِيهِ ثَمَانٌ^٤ خِصَالٍ يُمَرِّئُ، وَيَفْتَحُ السُّدَدَ، وَيُطَيِّبُ الْجُشَاءَ، وَيُطَيِّبُ النَّكْهَةَ^٥، وَيُشْهِي الطَّعَامَ، وَيَسْلُ الدَّاءَ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ، إِذَا اسْتَقَرَّ فِي جَوْفِ الْإِنْسَانِ قَمَعَ الدَّاءَ كُلَّهُ.^٦

١٥١٤. الكافي عن أيوب بن نوح : حَدَّثَنِي مَنْ حَضَرَ مَعَ أَبِي الْحَسَنِ الْأَوَّلِ عليه السلام الْمَائِدَةَ فَدَعَا بِالْبَاذِرُوجِ وَقَالَ: إِنِّي أَحِبُّ أَنْ أُسْتَفْتَحَ بِهِ الطَّعَامُ؛ فَإِنَّهُ يَفْتَحُ السُّدَدَ، وَيُشْهِي الطَّعَامَ، وَيَذْهَبُ بِالسَّبَلِ، وَمَا أَبَالِي إِذَا أَنَا افْتَتَحْتُ بِهِ مَا أَكَلْتُ بَعْدَهُ مِنَ الطَّعَامِ فَإِنِّي لَا أَخَافُ دَاءً وَلَا غَائِلَةً.

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٤، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٨، ح ١٣٠٨. وليس فيه «من البقول».

٢. جامع الأحاديث للقمي، ص ٢٢٧، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٠، ح ٢٠٧٧ عن الشعيري من دون إسناد إلى المعصوم وفيه «كان أحب البقول إلى رسول الله ﷺ الباذرُوج»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٠٤، ح ١٨.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٤، ح ٢ عن حماد بن عثمان، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٨، ح ١٣٠٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٥، ح ١٣.

٤. كذا في المصادر، والقياس «ثمان».

٥. النكهة: ريح الفم (الصباح، ج ٦، ص ٢٢٥٣).

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٤، ح ٤، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٨٨، ح ١٣٠٩ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٥، ح ١٣.

۱۵۱۰. امام علی علیه السلام: پیامبر خدا از میان سبزی‌ها، به خوک، علاقه داشت.
۱۵۱۱. امام صادق علیه السلام: نزد پیامبر خدا، سرکه، دوست‌داشتنی‌ترین نانخورش، و خوک (یعنی بادروج)، دوست‌داشتنی‌ترین سبزی بود.
۱۵۱۲. امام صادق علیه السلام: امیر مؤمنان - که درودهای خدا بر او باد - به بادروج، علاقه داشت.
۱۵۱۳. امام صادق علیه السلام: خوک، سبزی پیامبران است. بدانید که در آن، هشت ویژگی است: اشتهاآور است، گرفتگی‌های عروق و مجاری را می‌گشاید، آروغ را خوش‌بو می‌سازد، دهان را بوی خوش می‌بخشد، غذا را دوست‌داشتنی می‌سازد، درد و بیماری را از بدن بیرون می‌کشد و امان انسان از جذام است. چون در درون انسان جای گیرد، همه بیماری‌ها را فرو می‌نشانند.
۱۵۱۴. الکافی - به نقل از ایوب بن نوح - یکی از کسانی که با امام کاظم علیه السلام بر سر سفره‌ای حضور یافته بود، برایم نقل کرد که امام علیه السلام، بادروج خواست و فرمود: «من دوست دارم غذا را با آن آغاز کنم؛ زیرا انسدادها را می‌گشاید، اشتهاآور است، سَبَل^۱ را از میان می‌برد و اگر غذا را با آن آغاز کنم، پس از آن، هر چه را بخورم، از آن بیمی ندارم؛ چرا که در

➤ در «بادرنجبویه» آورده: یک قسم ریحان است که معرب آن، بادرنجبویه است.

در «بادرنجبویه» هم می‌نویسد: معرب بادرنجبویه است (لغت‌نامه دهخدا: ج ۳ ص ۳۴۱۹).

در کلمه «بادرنجبویه» آورده: گیاهی است خوش‌بوی و از جمله ریحان و آن را بادرود و بادرونه نیز گفته‌اند و مهلیک عقرب است و دافع سم و آن، امراض سودای و بلغمی را نافع است (لغت‌نامه دهخدا: ص ۳۴۲۰).

و در «بادرود» هم آورده است: ریحانی است که آن را بادرنجبویه گویند. ثمره خراسانی که ریحان کوهی نیز گویند و بادروج، معرب آن است (لغت‌نامه دهخدا: ص ۳۴۲۱).

۱. جوهری در کتاب الصحاح (ج ۵، ص ۱۷۲۴) «سَبَل» را بیماری چشمی دانسته که مانند پرده است، چنان که رگ‌های قرمز به صورت تارهای عنکبوت درمی‌آیند. در مکارم الأخلاق، به جای «سَبَل»، واژه «سَل» آمده است و علامه مجلسی آن را توجیه کرده است (ر.ک: بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۱۶).

فَلَمَّا فَرَغْنَا مِنَ الْغَدَاءِ دَعَا بِهِ أَيْضاً، وَرَأَيْتُهُ يَسْتَبِيعُ وَرَقَهُ عَلَى الْمَائِدَةِ
وَيَأْكُلُهُ وَيُنَاوِلُنِي مِنْهُ، وَهُوَ يَقُولُ: اخْتِمِ طَعَامَكَ بِهِ؛ فَإِنَّهُ يُعْرِئُ مَا قَبْلُ كَمَا
يُشْهِي مَا بَعْدُ، وَيَذْهَبُ بِالثَّقَلِ، وَيُطَيِّبُ الْجُشَاءَ وَالنَّكْهَةَ.^۱



۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۶۴، ح ۲، مکرم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۹، ح ۱۳۱۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۱۵، ح ۱۴.

این صورت، از زبان و عارضه‌ای نمی‌ترسم.

چون غذا خوردن را به پایان بردیم، امام علیه السلام باز هم آن را خواست و ایشان را دیدم که دنبال سینی این سبزی می‌رفت و از آن می‌خورد و به من هم می‌داد.

او می‌فرمود: «غذای خود را با آن به پایان ببر؛ چرا که آنچه را پیش‌تر خورده‌ای، می‌گوارد و آنچه را پس از آن می‌خوری، دوست‌داشتنی می‌سازد، و سنگینی را از میان می‌برد و آروغ و دهان را خوش‌بو می‌کند».



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

الفصل الخامس

الباذنجان

١٥١٥. الدعوات : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ فِي دَارِ جَابِرٍ فَقَدَّمَ إِلَيْهِ الْبَاذَنْجَانَ، فَجَعَلَ ﷺ يَأْكُلُ، فَقَالَ جَابِرٌ: إِنَّ فِيهِ لِحَرَارَةً.

فَقَالَ ﷺ: يَا جَابِرُ مَهْ، إِنَّهَا أَوَّلُ شَجَرَةٍ آمَنَتْ بِاللَّهِ، إِقْلُوهُ وَأَنْضِجُوهُ وَزَيِّتُوهُ وَلَيَنْوَهُ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْحِكْمَةِ.

١٥١٦. الإمام الصادق عليه السلام: كُلُّوا الْبَاذَنْجَانَ؛ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ.^١

١٥١٧. عنه عليه السلام: كُلُّوا الْبَاذَنْجَانَ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ الدَّاءُ وَلَا دَاءَ لَهُ.^٢

١٥١٨. عنه عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالْبَاذَنْجَانِ الْبُورَانِيِّ؛ فَهُوَ شِفَاءٌ يُؤْمِنُ مِنَ الْبَرَصِ، وَكَذَا الْمَقْلِيُّ بِالزَّيْتِ.^٣

١. الدعوات، ص ١٥٨، ح ٤٣٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٨، ح ١٣٥٤ عن أنس وفيه «كلوا الباذنجان»

وأكثروا منها؛ فإنها أول شجرة آمنت بالله ﷻ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٤، ح ٩.

٢. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٩ عن ابن أبي يعقوب، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٣، ح ٦.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٣، ح ١ عن جعفر بن يحيى عن أبيه، المحاسن، ج ٢، ص ٣٣٤، ح ٢١٤٦ عن جعفر بن يحيى، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ٣.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٨، ح ١٣٥٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٣، ح ٧.

فصل پنجم بادمجان

۱۵۱۵. الدعوات: پیامبر خدا در خانه جابر بود. نزد ایشان بادمجان آوردند و ایشان خوردن آغازید. جابر گفت: این، گرم است.

فرمود: «ای جابر! نه! این، نخستین درختی است که به خداوند، ایمان آوزد. آن را در آب بجوشانید و بنیزید و به روغن بیامیزید و نرم کنید؛ چرا که بر حکمت می افزاید».^۱

۱۵۱۶. امام صادق (ع): بادمجان بخورید، که شفای هر درد است.

۱۵۱۷. امام صادق (ع): بادمجان بخورید؛ زیرا درد را می برد و خود، درد نمی آورد.

۱۵۱۸. امام صادق (ع): بر شما باد بادمجان بورانی؛^۲ زیرا شفایی است که از پیسی، ایمن می سازد. بادمجان سرخ شده در روغن نیز چنین است.

۱. در مکرم الأخلاق، عبارت، چنین آمده است: «بادمجان بخورید و فراوان هم بخورید؛ زیرا نخستین درختی است که به خداوند (ع) ایمان آورده است».

۲. علامه مجلسی می گوید: [فیروزآبادی] در قاموس گفته است: «بورانی، خوراکی است که به بوران، دختر حسن بن سهل (همسر مأمون) نسبت داده می شود» (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۲۴).

١٥١٩. عنه عليه السلام : الباذنجانُ جَيِّدٌ لِلْمِرَّةِ السُّودَاءِ، وَلَا يَضُرُّ بِالصَّفْرَاءِ.^١

١٥٢٠. عنه عليه السلام : رُوِيَ أَنَّهُ كَانَ بَيْنَ يَدَيَّ عَلِيِّ بْنِ الْحُسَيْنِ عليهما السلام بَاذَنْجَانٌ مَقْلُوءٌ بِالزَّيْتِ، وَعَيْنُهُ رَمِدَةٌ وَهُوَ يَأْكُلُ مِنْهُ.

قَالَ الرَّاوي^٢ : قُلْتُ لَهُ : يَا بْنَ رَسُولِ اللَّهِ، تَأْكُلُ مِنْ هَذَا وَهُوَ نَارٌ؟

فَقَالَ : أَسْكُتْ، إِنَّ أَبِي حَدَّثَنِي عَنْ جَدِّي قَالَ : الْبَاذَنْجَانُ مِنْ شَحْمَةِ الْأَرْضِ، وَهُوَ طَيِّبٌ فِي كُلِّ شَيْءٍ يَقَعُ فِيهِ.^٣

١٥٢١. عنه عليه السلام : أَكْثَرُوا مِنَ الْبَاذَنْجَانِ عِنْدَ جَدَادِ النَّخْلِ؛ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ، وَيَزِيدُ فِي بَهَاءِ الْوَجْهِ، وَيُلَيِّنُ الْعُرُوقَ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ.^٤

١٥٢٢. الإمام الرضا عليه السلام : الْبَاذَنْجَانُ عِنْدَ جَدَاذِ النَّخْلِ لَا دَاءَ فِيهِ.^٥

١٥٢٣. الإمام الهادي عليه السلام : لِبَعْضِ قَهَارِمَتِهِ : اسْتَكْثَرُوا لَنَا مِنَ الْبَاذَنْجَانِ؛ فَإِنَّهُ حَارٌّ فِي وَقْتِ الْحَرَارَةِ وَبَارِدٌ فِي وَقْتِ الْبَرْدِ، مُعْتَدِلٌ فِي الْأَوْقَاتِ كُلِّهَا جَيِّدٌ عَلَى كُلِّ حَالٍ.^٦

١. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٩ عن ابن أبي يعقوب، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٥، ح ٢١٤٧، الأمالي للطوسي، ص ٦٦٨، ح ١٤٠٣، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٥٠ وليس فيه «ولا يضر بالصفرأ»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٣، ح ٦.

٢. هكذا في المصدر.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٨، ح ١٣٥٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٤، ح ٧.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٨، ح ١٣٥٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٣، ح ٧.

٥. المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٤، ح ٢١٤٥ عن موسى بن هارون، الأمالي للطوسي، ص ٦٦٨، ح ١٤٠٢ عن الحسين عن الإمام الكاظم والإمام الرضا عليهما السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ٢.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٣، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٥، ح ٢١٤٨، طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٩ عن الإمام الرضا عليه السلام وفيه «حار في وقت البرد بارد في وقت الحر»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ٥.

۱۵۱۹. امام صادق علیه السلام: بادمجان، برای تلخه سیاه، خوب است و به صفرا نیز زیان نمی‌رساند.

۱۵۲۰. امام صادق علیه السلام: روایت شده است که نزد امام سجّاد علیه السلام بادمجان سرخ شده در روغن بود. ایشان چشم‌درد داشت و از این بادمجان می‌خورد.

به ایشان گفتم: ای پسر پیامبر خدا! از این می‌خوری، در حالی که آتش است؟!^۱

فرمود: «خموش! پدرم از جدم برایم نقل کرد که گفته است: بادمجان، از پیه زمین است و در هر چه بیفتد، آن را خوش و خوش‌بو می‌سازد».

۱۵۲۱. امام صادق علیه السلام: در فصل خرماچینی، بادمجان زیاد بخورید؛ زیرا درمان هر دردی است، فروغ چهره را افزون می‌سازد، رگ‌ها را نرم می‌کند و به آب کمر می‌افزاید.

۱۵۲۲. امام رضا علیه السلام: بادمجان در فصل چیدن خرما، موجب هیچ بیماری‌ای نیست.

۱۵۲۳. امام هادی علیه السلام: خطاب به یکی از مردان خود: برای ما، بادمجان فراوان بیاورید؛ چرا که در هنگام گرما، گرم و در هنگام سرما، سرد است.^۱ آن، در همه اوقات، معتدل و در هر حال، خوب است.

۱. در طب الاثمه، از امام رضا علیه السلام و با این تفاوت آمده است که: «در هنگام سرما، گرم، و در هنگام گرما، سرد است».

۱۵۲۴. الکافی عن عبدالرحمن الهاشمي : قَالَ ﷺ ^۱ لِيَعُضَ مَوَالِيهِ : أَقِلِّ لَنَا مِنَ الْبَصَلِ وَأَكْثِرْ لَنَا مِنَ الْبَاذَنْجَانِ.

فَقَالَ لَهُ مُسْتَفْهِمًا : الْبَاذَنْجَانُ؟

قَالَ ﷺ : نَعَمْ، الْبَاذَنْجَانُ جَامِعُ الطَّعْمِ، مَنَفِيٌّ الدَّاءِ، صَالِحٌ لِلطَّبِيعَةِ، مُنْصِفٌ فِي أَحْوَالِهِ، صَالِحٌ لِلشَّيْخِ وَالشَّابِّ، مُعْتَدِلٌ فِي حَرَارَتِهِ وَبُرُودَتِهِ، حَارٌّ فِي مَكَانِ الْحَرَارَةِ وَبَارِدٌ فِي مَكَانِ الْبُرُودَةِ ^۲.



مرکز تحقیقات و نشر متون اسلامی

۱. هکذا ورد مضمراً.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۲۷۳، ح ۳.

۱۵۲۴. الکافی - به نقل از عبد الرحمان هاشمی - : ایشان^۱ به یکی از وابسگان خود گفت: «برای ما پیاز کمتر و بادمجان بیشتر بیاور».

او پرسش‌کنان گفت: بادمجان؟

فرمود: «آری. بادمجان، دربردارنده همه مزه‌ها، بی‌زیان، سازگار به طبع، معتدل در میان گونه‌های خویش، مناسب برای پیر و جوان، میانه در گرما و سرما، و گرم در جای گرم و سرد در جای سرماست».



۱. این حدیث، در منبع، به همین شکل، «مضمَر (بدون ذکر نام معصوم)» آمده است.

الفصل السادس

الناقلة



١٥٢٥. رسول الله ﷺ: كَانَ طَعَامُ عِيسَى عليه السلام الْبَاقِلِيُّ حَتَّى رُفِعَ.
وَلَمْ يَأْكُلْ عِيسَى عليه السلام شَيْئاً غَيْرَ تِلْكَ النَّارِ حَتَّى رُفِعَ.^١

٢/٦

خَوَاصُّ النَّاقِلَةِ

١٥٢٦. الإمام الصادق عليه السلام: الْبَاقِلِيُّ يَذْهَبُ بِالدَّاءِ وَلَا دَاءَ فِيهِ.^٢

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٤٥ عن أنس، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٥: الفردوس، ج ٣، ص ٢٧٢، ح ٤٨١٤ عن أنس، كنز العمال، ج ١١، ص ٥٠٤، ح ٣٢٢٥٧.
٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٣٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٥.

فصل ششم بابت



۱۵۲۵. پیامبر خدا ﷺ: خوراک عیسی علیه السلام، تا آن هنگام که به آسمان برده شد، باقلا بود. عیسی علیه السلام، تا هنگامی که به آسمان برده شد، هرگز چیزی را که آتش آن را دیگرگون کرده باشد، نخورد.

۲/۶ خواص بابت

۱۵۲۶. امام صادق علیه السلام: باقلا، بیماری را می برد و در آن، بیماری ای نیست.

١٥٢٧. عنه عليه السلام : الباقلاء يُمخَّ السَّاقِينِ^١.

١٥٢٨. عنه عليه السلام : أَكَلُ الْبَاقِلَى يُمَخِّخُ السَّاقِينَ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ، وَيُوَلِّدُ الدَّمَ الطَّرِيَّ^٢.

١٥٢٩. الإمام الرضا عليه السلام : أَكَلُ الْبَاقِلَى يُمَخِّخُ السَّاقِينَ، وَيُوَلِّدُ الدَّمَ الطَّرِيَّ^٣.

٣/٦

أَكَلُ الْبَاقِلَاءِ يَقْشِرُهَا

١٥٣٠. رسول الله صلى الله عليه وآله : مَنْ أَكَلَ فَوَلَةً يَقْشِرُهَا، أَخْرَجَ اللَّهُ مِنْهُ مِنَ الدَّاءِ مِثْلَهَا^٤.

١٥٣١. الإمام الصادق عليه السلام : كُلُّوا الْبَاقِلَى يَقْشِرْهُ؛ فَإِنَّهُ يَدْبَغُ الْمَعِدَةَ^٥.



مرکز تحقیقات و نشر طب اسلامی

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٩، ح ٢٠٢٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٢.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٤، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٩، ح ٢٠٢٨ وليس فيه «الطري» وكلاهما عن محمد بن عبدالله، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٤٨ وفيه «كلوا الباقلی فإنه یمخخ...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٢.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٤، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٨، ح ٢٠٢٦ وكلاهما عن أحمد بن محمد بن أبي نصر، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٤٧ وليس فيه «أكل» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٥، ح ١.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٤٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٥؛ الفردوس، ج ٣، ص ٥٨٨، ح ٥٨٤٣ عن عائشة.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٤، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٩، ح ٢٠٢٩ وكلاهما عن صالح بن عقبه، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٧، ح ١٣٤٧ عن الإمام الرضا عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٦، ح ٤.

۱۵۲۷. امام صادق علیه السلام: باقلا، استخوان‌های ساق پا را استحکام می‌بخشد.
۱۵۲۸. امام صادق علیه السلام: خوردن باقلا، مغز استخوان‌های ساق را تراکم درونی می‌دهد، توان مغز را افزون می‌سازد و خون تازه تولید می‌کند.^۱
۱۵۲۹. امام رضا علیه السلام: خوردن باقلا، مغز استخوان‌های ساق پا را استحکام می‌بخشد و خون تازه تولید می‌کند.^۲

۳/۶

خوردن باقلا با پوست آن

۱۵۳۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس یک دانه باقلا را با پوست آن بخورد، خداوند تعالی به همان اندازه، بیماری را از درون او بیرون می‌برد.
۱۵۳۱. امام صادق علیه السلام: باقلا را با پوستش بخورید؛ چرا که معده را پاک می‌کند.

مرکز تحقیقات گیاهان دارویی

۱. در المحاسن، واژه «تازه» وجود ندارد.

۲. در مکارم الأخلاق، واژه «خوردن» وجود ندارد.

الفصل السابع

البَصْلُ

١٥٣٢. رسول الله ﷺ: إِذَا دَخَلْتُمْ بِلَدَةً وَبَيْتاً فَخِفْتُمْ وَبَاءَهَا فَعَلَيْكُمْ بِبَصْلِهَا؛ فَإِنَّهُ يُجَلِّي الْبَصَرَ، وَيُنْقِي الشَّعْرَ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ، وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى، وَيَذْهَبُ بِالْحَمَاءِ - وَهُوَ السَّوَادُ فِي الْوَجْهِ - وَالْإِعْيَاءُ أَيْضاً.^١
١٥٣٣. عنه ﷺ: إِذَا دَخَلْتُمْ بِلَاداً فَكُلُوا مِنْ بَصْلِهَا؛ يَطْرُدُ عَنْكُمْ وَبَاءَهَا.^٢
١٥٣٤. الإمام الصادق عليه السلام: الْبَصْلُ يَذْهَبُ بِالْحُمَى.^٣
١٥٣٥. عنه عليه السلام: الْبَصْلُ يَذْهَبُ بِالنَّصَبِ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى، وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ، وَيَذْهَبُ بِالْحُمَى.^٤

١. بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٢، ح ٢١ نقلاً عن الفردوس عن أبي الدرداء.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٤، ح ٥، المعاشن، ج ٢، ص ٣٣٠، ح ٢١٢٧ كلاهما عن عبد الرحمن بن زيد بن أسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٥، ح ١٣٢٨ عن الإمام الباقر عليه السلام عنه ﷺ، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٩، ح ٥٣٣ عن الإمام الباقر عليه السلام وفيه «أرضاً وميثنة» بدل «بلاداً»، طب النبي ﷺ، ص ١١ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٤٩، ح ٨.

٣. بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٩٩، ح ١٨ نقلاً عن المعاشن عن جابر.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٤، ح ٢، المعاشن، ج ٢، ص ٣٢٩، ح ٢١٢٣ كلاهما عن جابر، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٤٧، ح ٥.

فصل هفتم پیاز

۱۵۳۲. پیامبر خدا ﷺ: اگر به آبادی ای وبا زده^۱ درآمدید و از وبای آن ترسیدید، بر شما باد پیاز آن؛ چرا که چشم را جلا می‌دهد، مو را تمیز می‌کند، آب کمر را افزون می‌سازد، بر گام‌ها می‌افزاید، و آفتاب‌زدگی (سیاهی چهره) و نیز خستگی را از میان می‌برد.

۱۵۳۳. پیامبر خدا ﷺ: چون به سرزمینی درآمدید، از پیاز آن بخورید تا وبای آن را از شما دور کند.

۱۵۳۴. امام صادق علیه السلام: پیاز، تب را می‌برد.

۱۵۳۵. امام صادق علیه السلام: پیاز، خستگی را می‌برد، پی را استحکام می‌بخشد، بر گام‌ها می‌افزاید، آب را افزون می‌سازد و تب را می‌برد.

۱. مقصود از وبا، طاعون یا هر بیماری واگیردار دیگری است (القاموس المحيط: ج ۱ ص ۳۱).

۱۵۳۶. الکافی عن عبدالله بن محمد الجعفی: ذَكَرَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ الْبَصَلَ، فَقَالَ: يُطَيَّبُ النَّكْهَةَ، وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ، وَيَزِيدُ فِي الْجِمَاعِ.^۱

۱۵۳۷. الإمام الصادق ﷺ: كُلُّوا الْبَصَلَ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ: يُطَيَّبُ النَّكْهَةَ، وَيَشُدُّ اللَّثَّةَ، وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ وَالْجِمَاعِ.^۲

۱۵۳۸. عنه ﷺ: الْبَصَلُ يُطَيَّبُ النَّكْهَةَ، وَيَشُدُّ الظَّهْرَ، وَيُرِقُّ الْبَشْرَةَ.^۳

راجع: ج ۲، ص ۲۲۶ (أكل البيض بالبصل والزيت).



-
۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۷۴، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۳۰، ح ۲۱۲۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۴۸، ح ۷.
 ۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۷۴، ح ۳، الخصال، ص ۱۵۸، ح ۲۰۰، کلاهما عن میسر یتاع الزطی، روضة الواعظین، ص ۳۴۰، المحاسن، ج ۲، ص ۳۳۰، ح ۲۱۲۶، و«الجِماع»، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۹۶، ح ۱۳۴۲، و«الماء»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۴۶، ح ۲.
 ۳. الکافی، ج ۶، ص ۳۷۴، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۳۳۰، ح ۲۱۲۴، کلاهما عن درست، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۹۵، ح ۱۳۴۱، وفيهما «الفم» بدل «النکته»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۴۸، ح ۶.

۱۵۳۶. الکافی - به نقل از عبد الله بن محمد جُعی - : امام صادق علیه السلام از پیاز یاد کرد و فرمود: «بوی دهان را خوش می سازد، بلغم را می برد و توان آمیزش را می افزاید».

۱۵۳۷. امام صادق علیه السلام : پیاز بخورید؛ چرا که سه ویژگی دارد: بوی دهان را خوش می سازد، لثه را استحکام می بخشد و آب و توان آمیزش را افزون می کند.^۱

۱۵۳۸. امام صادق علیه السلام : پیاز، دهان را خوش بو می کند، پشت را قوی می سازد و پوست را نرمی می بخشد.

ر.ک: ج ۲، ص ۲۲۷ (خوردن تخم مرغ همراه با پیاز و روغن).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. در المحاسن، واژه «و توان آمیزش» نیامده است و در مکارم الأخلاق، عبارت «و آب» وجود ندارد.

الفصل الثامن

البَطِّيخُ

١ / ٨



١٥٣٩. رسول الله ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْبَطِّيخِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ عَشْرَ خِصَالٍ : هُوَ طَعَامٌ ، وَشَرَابٌ ، وَأَشْنَانٌ ، وَرِيحَانٌ ، وَيَغْسِلُ الْمَتَانَةَ ، وَيَغْسِلُ الْبَطْنَ ، وَيُكَثِّرُ مَاءَ الظَّهْرِ ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبُرُودَةَ ، وَيُنْقِي الْبَشْرَةَ^١ .
١٥٤٠. عنه ﷺ : تَفَكَّهُوا بِالْبَطِّيخِ ؛ فَإِنَّهَا فَاكِهَةُ الْجَنَّةِ ، وَفِيهَا أَلْفُ بَرَكَةٍ وَأَلْفُ رَحْمَةٍ ، وَأَكْلُهَا شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ^٢ .

١ . طب النبي ﷺ ، ص ٨ عن ابن عباس ، بحار الأنوار ، ج ٦٢ ، ص ٢٩٧ ؛ الفردوس ، ج ٣ ، ص ١٣٨ ، ح ٢٣٧١ عن ابن عباس نحوه ، كنز العمال ، ج ١٠ ، ص ٤٦ ، ح ٢٨٢٨٨ .

٢ . طب النبي ﷺ ، ص ٨ ، بحار الأنوار ، ج ٦٢ ، ص ٢٩٦ .

فصل هشتم

خریزه

۱/۸

خواص خریزه

۱۵۳۹. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد خریزه^۱؛ چرا که در آن، ده ویژگی است: خوراک است؛ نوشیدنی است؛ شست و شو دهنده است^۲؛ خوش بوکننده است؛ مثانه را می شوید؛ شکم را می شوید؛ آب کمر را فراوان می سازد؛ نیروی همبستری را می افزاید؛ سردی مزاج را از میان برمی دارد؛ و پوست را تمیز می کند.
۱۵۴۰. پیامبر خدا ﷺ: نیاز خود به میوه را با خریزه برآورید؛ چرا که میوه بهشت است، در آن، هزار برکت و هزار رحمت است و خوردنش شفای هر درد است.

۱. در متن عربی، واژه «البَطِيخ» آمده است. در فرهنگ های واژگان عربی، این واژه را گاه به هندوانه و گاه به خریزه ترجمه کرده اند. بر اساس برداشت مترجم، این واژه در متون قدیمی، ناظر به «گونه» هندوانه و خریزه بوده است؛ اما به نظر مؤلف، با عنایت به فوایدی که در احادیث برای آن ذکر شده، مقصود، خریزه است، چنان که در لغت نامه دهخدا نیز «بطیخ» (بدون قید)، به معنای خریزه آمده است. از این رو در همه موارد، ترجمه این واژه مطابق با نظر مؤلف، تغییر داده شد. م.

۲. در متن حدیث، «أشنان» آمده و آن، نام گیاهی است که در شست و شو به عنوان ماده کمکی، از آن استفاده می شده است. این واژه، اساساً پارسی است که به زبان عربی درآمده و شکل و تلفظ پیشین خود را نیز حفظ کرده است. م.

١٥٣١. عنه ﷺ: تَفَكَّهُوا بِالْبَطِيخِ؛ فَإِنَّ مَاءَهُ رَحْمَةٌ، وَخَلَاوَتُهُ مِنْ خَلَاوَةِ الْجَنَّةِ.^١
 ١٥٣٢. طَبَّ النَّبِيِّ ﷺ: أَهْدَيْ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ بَطِيخٌ مِنَ الطَّائِفِ فَشَمَّهُ وَقَبَّلَهُ، ثُمَّ قَالَ: عَضُّوا
 الْبَطِيخَ؛ فَإِنَّهُ مِنْ حُلَلِ الْأَرْضِ، وَمَاؤُهُ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ، وَخَلَاوَتُهُ مِنَ الْجَنَّةِ.^٢
 ١٥٣٣. رسول الله ﷺ: مَا مِنْ امْرَأَةٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتْ الْبَطِيخَ، إِلَّا يَكُونُ مَوْلُودُهَا حَسَنَ
 الْوَجْهِ وَالْخُلُقِ.^٣

١٥٣٤. الإمام عليّ ﷺ - في بيان فوائد البطيخ -: فِيهِ عَشْرُ خِصَالٍ: طَعَامٌ، وَشَرَابٌ،
 وَفَاكِهَةٌ، وَرِيحَانٌ، وَأُدْمٌ، وَخَلَوَاءٌ، وَأَشْنَانٌ، وَخَطْمِيٌّ، وَبَقْلٌ، وَدَوَاءٌ.^٤
 ١٥٣٥. عنه ﷺ: الْبَطِيخُ شَحْمَةُ الْأَرْضِ، لَا دَاءَ وَلَا^٥ غَائِلَةٌ فِيهِ.^٦
 ١٥٣٦. الإمام الصادق ﷺ - في ذكر خواص البطيخ -: يُذِيبُ الْحَصَى فِي الْمَثَانَةِ.^٧
 ١٥٣٧. عنه ﷺ: كُلُّوا الْبَطِيخَ؛ فَإِنَّ فِيهِ عَشْرَ خِصَالٍ مُجْتَمِعَةٍ: هُوَ شَحْمَةُ الْأَرْضِ لَا دَاءَ
 فِيهِ وَلَا غَائِلَةٌ، وَهُوَ طَعَامٌ، وَهُوَ شَرَابٌ، وَهُوَ فَاكِهَةٌ، وَهُوَ رِيحَانٌ، وَهُوَ
 أَشْنَانٌ، وَهُوَ أُدْمٌ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاءِ، وَيَغْسِلُ الْمَثَانَةَ، وَيُدِّرُّ الْبَوْلَ.^٨

-
١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٩، ح ١٣٥٩ عن الإمام عليّ ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٤، ح ٨؛ الفردوس، ج ٢، ص ٥٧، ح ٢٣٢٥.
 ٢. طب النبي ﷺ، ص ١٠، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٨.
 ٣. طب النبي ﷺ، ص ١٠، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٩.
 ٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٠، ح ١٣٦٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٤، ح ٨.
 ٥. ما بين المعقوفين أثبتناه من بحار الأنوار.
 ٦. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٠، ح ١٣٦٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٤، ح ٨.
 ٧. النخصال، ص ٤٤٣، ح ٣٦.
 ٨. النخصال، ص ٤٤٣، ح ٣٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٠، ح ١٣٦٤، روضة الواعظين، ص ٣٤١ وليس فيه «وهو إشنان» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٤، ح ١٢.

۱۵۴۱. پیامبر خدا ﷺ: نیاز خود به میوه را با خربزه برآورید؛ چرا که آب آن، رحمت، و شیرینی آن، از شیرینی بهشت است.

۱۵۴۲. طَبِّ النَّبِيِّ ﷺ: به پیامبر ﷺ خربزه‌ای از طائف، هدیه دادند. آن را بوید و بوسید و سپس فرمود: «خربزه را دندان بزنید؛ چرا که از زیورهای زمین است؛ آبش از رحمت خداوند و شیرینی‌اش از بهشت است».

۱۵۴۳. پیامبر خدا ﷺ: هیچ زن بارداری نیست که خربزه بخورد، مگر این که نوزادش خوش‌چهره و خوش‌خوی خواهد شد.

۱۵۴۴. امام علی علیه السلام - در بیان فواید خربزه - : در آن، ده ویژگی است؛ خوراک است؛ نوشیدنی است؛ میوه است؛ سبزی است؛ خورش است؛ شیرینی است؛ شست‌وشو دهنده است؛ خطمی^۱ است؛ سبزی است؛ و داروست.

۱۵۴۵. امام علی علیه السلام: خربزه، دنبَلان کوهی است، نه در آن بیماری‌ای هست و نه عارضه‌ای.

۱۵۴۶. امام صادق علیه السلام - درباره ویژگی‌های خربزه -: سنگ را در مثانه، ذوب می‌کند.

۱۵۴۷. امام صادق علیه السلام: خربزه بخورید؛ چرا که در آن، ده ویژگی است؛ [مانند] دنبَلان کوهی است، نه دردی در آن هست و نه فساد؛ خوراک است؛ نوشیدنی است؛ میوه است؛ خوش‌بوکننده است؛ شست‌وشو دهنده است؛ خورش است؛ توان جنسی را می‌افزاید؛ مثانه را می‌شوید؛ و ادرار آور است.

۱. خطمی، گیاهی است از تیره پنیرکیان، دارای گونه‌های یک‌ساله و دائمی، که در مناطق خشک خاورمیانه می‌روید. گل، ریشه و برگ آن، کاربرد پزشکی دارد. گل آن را خشک کرده، می‌سایند و به عنوان سرشوی به کار می‌برند. جوشانده آن نیز مُلین است. (دائرة المعارف فارسی).

١٥٤٨. الإمام الرضا عليه السلام :

أَهْدَتْ لَنَا الْأَيَّامُ بِطَيْخَةٍ مِنْ حُلَلِ الْأَرْضِ وَدَارِ السَّلَامِ
تَجَمَّعَ أَوْصَافُ عِظَامٍ وَقَدْ عَدَدْتُهَا مَوْصُوفَةً بِالنِّظَامِ
كَذَاكَ قَالَ الْمُصْطَفَى الْمُجْتَبَى مُحَمَّدٌ جَدِّي عَلَيْهِ السَّلَامُ
مَاءٌ وَخُلُوءٌ وَرِيحَانَةٌ فَاسْكِهْهُ خُرُضُ طَعَامٍ إِدَامُ
تُنْقِي الْمَتَانَةَ وَتُصْفِي الْوُجُوهَ تُطَيِّبُ النَّكْهَةَ عَشْرُ تَمَامٍ^١

٢/٨

أَكْلُ الْبُطِيخِ قَبْلَ الطَّعَامِ

١٥٤٩. رسول الله صلى الله عليه وآله : الْبُطِيخُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَغْسِلُ الْبَطْنَ غَسْلًا، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ أَصْلًا.^٢

مرکز تحقیقات طب سنتی ٣/٨

النَّبِيُّ عَنْ أَكْلِ الْبُطِيخِ عَلَى الرَّيْقِ

١٥٥٠. الإمام الصادق عليه السلام : أَكْلُ الْبُطِيخِ عَلَى الرَّيْقِ يورِثُ الْفَالِجَ.^٣

١٥٥١. الإمام الرضا عليه السلام : الْبُطِيخُ عَلَى الرَّيْقِ يورِثُ الْفَالِجَ، نَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْهُ.^٤

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠١، ح ١٣٦٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٤، ح ٨.

٢. تاريخ دمشق، ج ٦، ص ١٠٢ و ج ٣٦، ص ١٤١، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٦، ح ٢٨٢٨٧؛ طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ١٠ وليس فيه «غسلاً»، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٩.

٣. النخصال، ص ٤٢٣، ح ٣٦، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٠، ح ١٣٦١، روضة الواعظين، ص ٣٤١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٩٦، ح ١٤.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٦١، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٧٦، ح ٢٣١٦ كلاهما عن ياسر الخادم، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠١، ح ١٣٦٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٠٣، ح ٣.

۱۵۴۸. امام رضا علیه السلام:

روزگاران به ما خربزه‌ای پیشکش داد
از زیورهای زمین و از سرای سلامت.
ویژگی‌هایی بزرگ را در خود جای داده و من
از این جمله، آن را آراسته به سامان یافتگی دیدم.
پیامبر ما، بنده برگزیده، چنین گفت
(محمد، نیای من، که بر او درود باد):
آب است و شیرینی و سبزی
میوه و شست‌وشو دهنده و خوراک و خورش
مِثانه را می‌شوید و چهره را صفا می‌دهد
دهان را خوش‌بو می‌سازد و این، همه ده ویژگی آن است.

مرکز تحقیقات اسلامی ۲/۸

خوردن خربزه پیش از غذا

۱۵۴۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خربزه پیش از غذا، شکم را کاملاً می‌شوید و بیماری را از ریشه می‌کند.

۳/۸

نهی از خوردن خربزه در حالت ناشتا

۱۵۵۰. امام صادق علیه السلام: خوردن خربزه در ناشتا، سست‌اندami می‌آورد.
۱۵۵۱. امام رضا علیه السلام: خوردن خربزه در حالت ناشتا، سست‌اندami - پناه بر خدا - بر جای می‌گذارد.

۱۵۵۲. المناقب عن محمد بن صالح الخثعمي: عَزَمْتُ أَنْ أَسْأَلَ فِي كِتَابِي إِلَى أَبِي مُحَمَّدٍ عليه السلام عَنْ أَكْلِ الْبَطِيخِ عَلَى الرِّيقِ... فَأَنْسَيْتُ، فَوَرَدَ عَلَيَّ جَوَابُهُ: لَا يُؤْكَلُ الْبَطِيخُ عَلَى الرِّيقِ؛ فَإِنَّهُ يُوْرِثُ الْفَالِجَ.^۱

۴/۸

أَكْلُ الْبَطِيخِ

۱۵۵۳. رسول الله صلى الله عليه وآله: عَضَّ الْبَطِيخَ وَلَا تَقْطَعُهَا قِطْعًا؛ فَإِنَّهَا فَائِكَةٌ مُبَارَكَةٌ طَيِّبَةٌ، مُطَهَّرَةٌ الْقَمِّ، مُقَدَّسَةُ الْقَلْبِ، تُبَيِّضُ الْأَسْنَانَ، وَتُرْضِي الرَّحْمَنَ، رِيحُهَا مِنَ الْعَنْبَرِ، وَمَاؤُهَا مِنَ الْكَوْثَرِ، وَلَحْمُهَا مِنَ الْفِرْدَوْسِ، وَلَذَّتُهَا مِنَ الْجَنَّةِ، وَأَكْلُهَا مِنَ الْعِبَادَةِ.^۲



مرکز تحقیقات علوم پزشکی اسلامی

۱. المناقب لابن شهر آشوب، ج ۴، ص ۴۲۸، كشف الغمة، ج ۳، ص ۲۱۴ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۷، ح ۱۷.

۲. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ۸، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۶.

۱۵۵۲. مناقب آل ابی طالب - به نقل از محمد بن صالح خثعمی - : تصمیم داشتم در نامه‌ام به امام عسکری علیه السلام، درباره خوردن خریزه در حالت ناشتا ... بپرسم؛ اما این پاسخ از او به من رسید: خریزه را نباید در حالت ناشتا خورد؛ زیرا سست اندامی می‌آورد.

۴/۸

آداب خوردن خریزه

۱۵۵۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خریزه را دندان بزن و آن را قطعه قطعه مخور؛ چرا که میوه‌ای است خجسته، خوش، مایه پاک‌ی دهان و تقدس بخش دل؛ دندان‌ها را سفید می‌کند، خدای را خرسند می‌سازد، بویش از عنبر و آبش از کوثر است، گوشت آن از پردیس، لذت آن از بهشت، و خوردن آن، عبادت است.

مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

الفصل التاسع

الْبَيْضُ

١/٩

خَوَاصُّ الْبَيْضِ

١٥٥٤. رسول الله ﷺ: إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ شَكَا إِلَى اللَّهِ ﷻ الضَّعْفَ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْبَيْضِ.^١
١٥٥٥. الإمام عليّ عليه السلام: إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ شَكَا إِلَى اللَّهِ ﷻ قِلَّةَ النَّسْلِ فِي أُمَّتِهِ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَأْمُرَهُمْ بِأَكْلِ الْبَيْضِ، فَفَعَلُوا فَكَثُرَ النَّسْلُ فِيهِمْ.^٢
١٥٥٦. الإمام الباقر عليه السلام: مَنْ عَدِمَ الْوَلَدَ فَلْيَأْكُلِ الْبَيْضَ وَلْيُكْثِرْ مِنْهُ؛ فَإِنَّهُ يُكْثِرُ النَّسْلَ.^٣
١٥٥٧. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ عَدِمَ الْوَلَدَ، فَلْيَأْكُلِ الْبَيْضَ وَلْيُكْثِرْ مِنْهُ.^٤
١٥٥٨. الإمام الكاظم عليه السلام: كَثْرَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ تَزِيدُ فِي الْوَلَدِ.^٥

١. شعب الإيمان، ج ٥، ص ١٠٢، ح ٥٩٥٠ عن ابن عمر، كنز العمال، ج ١٠، ص ٢٣، ح ٢٨٢٢٧.

٢. المعاشن، ج ٢، ص ٢٧٥، ح ١٨٨٢ عن الأصمغ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦، ح ٨.

٣. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٠.

٤. المعاشن، ج ٢، ص ٢٧٦، ح ١٨٨٧ عن محمد بن إبراهيم الجعفي، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٢.

ح ١١٤٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٨، ح ٢١.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٥، ح ٤، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٣٥١، ح ٤٢٢٣٥ كلاهما عن موسى بن بكر.

فصل نهم

تخم مرغ

۱/۹



۱۵۵۴. پیامبر خدا ﷺ: یکی از پیامبران، از «سستی»، به درگاه خداوند ﷻ نالید. خداوند، او را به خوردن تخم مرغ، فرمان داد.

۱۵۵۵. امام علی ﷺ: یکی از پیامبران، از کمی زاد و ولد در میان امت خویش، به درگاه خداوند ﷻ نالید. خداوند، او را فرمود که مردم را به خوردن تخم مرغ، سفارش کند.

مردم، این کار را کردند و از آن پس، زاد و ولد در میانشان فراوان شد.

۱۵۵۶. امام باقر ﷺ: هر کس فرزند ندارد، تخم مرغ بخورد و فراوان از آن بهره ببرد؛ چرا که نسل را می‌افزاید.

۱۵۵۷. امام صادق ﷺ: هر کس فرزند ندارد، تخم مرغ بخورد.

۱۵۵۸. امام کاظم ﷺ: فراوان خوردن تخم مرغ، فرزند را افزون می‌سازد.

١٥٥٩. عنه عليه السلام : أَكْثَرُوا مِنَ الْبَيْضِ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْوَلَدِ^١.

١٥٦٠. الكافي عن مرزم : ذَكَرَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام الْبَيْضَ ، فَقَالَ : أَمَّا إِنَّهُ خَفِيفٌ ؛ يَذْهَبُ بِقَرَمِ
اللَّحْمِ ، وَلَيْسَتْ لَهُ غَائِلَةُ اللَّحْمِ^٢.

٢/٩

أَكْلُ الْبَيْضِ وَالْبَصَلِ وَالزَّيْتِ

١٥٦١. مكارم الأخلاق عن بعض أصحاب الإمام الصادق عليه السلام ، قال له : جُعِلَتْ فِدَاكَ !
إِنِّي أَشْتَرِي الْجَوَارِي فَاحِبُّ أَنْ تُعَلِّمَنِي شَيْئاً أَتَقَوَّى عَلَيْهِنَّ.

قال : خُذْ بَصَلاً وَقَطِّعْهُ صُغَاراً صُغَاراً وَاقْلِهِ بِالزَّيْتِ ، وَخُذْ بَيْضاً فَافْقِصْهُ
فِي صَحْفَةٍ وَذَرِّ عَلَيْهِ شَيْئاً مِنَ الْمِلْحِ ، فَادْزُرْهُ عَلَى الْبَصَلِ وَالزَّيْتِ وَاقْلِهِ
شَيْئاً ، ثُمَّ كُلْ مِنْهُ.

قال : فَفَعَلْتُ ، فَكُنْتُ لَا أُرِيدُ مِنْهُنَّ شَيْئاً إِلَّا وَقَدَرْتُ عَلَيْهِ^٣.

١٥٦٢. الإمام الكاظم عليه السلام : مَنْ أَكَلَ الْبَيْضَ وَالْبَصَلَ وَالزَّيْتَ زَادَ فِي جَمَاعِهِ^٤.

١٥٦٣. الكافي عن عمر بن أبي حَسَنَةَ الْجَمَّال : شَكَوْتُ إِلَى أَبِي الْحَسَنِ عليه السلام قِلَّةَ الْوَلَدِ .
فَقَالَ لِي : اسْتَغْفِرِ اللَّهَ ، وَكُلِّي الْبَيْضَ بِالْبَصَلِ^٥.

-
١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٦، ح ١٨٨٦ عن موسى بن بكر، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦، ح ١٢.
 ٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٤، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٦، ح ١٨٨٨ عن يونس بن مرزم وفيه «ذكر عند أبي عبد الله عليه السلام البيض...» وص ٢٧٧، ح ١٨٨٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦، ح ١٤ و ١٥.
 ٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٢٥، ح ١٤٥٢، طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٠ عن محمد بن مسلم نحوه، بحار الأنوار، ج ١٠٤، ص ٨٣، ح ٢٣.
 ٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٢٥، ح ١٤٥١، بحار الأنوار، ج ١٠٤، ص ٨٤، ح ٤١.
 ٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٤، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٦، ح ١٨٨٥ عن محمد بن عمر بن أبي حَسَنَةَ الْجَمَّال، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٦، ح ١١.

۱۵۵۹. امام کاظم علیه السلام: فراوان تخم مرغ بخورید؛ چرا که فرزندان را افزون می‌کند.

۱۵۶۰. الکافی - به نقل از مُرازم - : امام صادق علیه السلام از تخم مرغ یاد کرد و فرمود: «هان که خوراکی سبک است. دل‌دادگی به گوشت را فرو می‌نشاند؛ ولی عارضه‌های گوشت را هم ندارد».

۲/۹

خوردن تخم مرغ با پیاز و روغن زیتون

۱۵۶۱. مکارم الأخلاق - به نقل از یکی از یاران امام صادق علیه السلام در گفتگو با ایشان - :

[گفتم:] فدایت شوم! من، کنیز می‌خرم. دوست دارم چیزی به من تعلیم فرمایی که بر آنها توانایی یابم.

فرمود: «پیاز را ریز و در روغن زیتون، سرخ کن. تخم مرغی هم بردار و در سینی‌ای بشکن و قدری نمک بر آن بپاش. آن گاه این تخم مرغ را روی پیاز و روغن زیتون بریز و اندکی بجوشان و سپس از آن بخور».

این کار را انجام دادم و از آن پس، هرگاه قصد آمیزش با آن کنیزان می‌کردم، بر آن توانایی داشتم.

۱۵۶۲. امام کاظم علیه السلام: هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد، بر توان جنسی او افزوده می‌شود.

۱۵۶۳. الکافی - به نقل از عمر بن ابی حسن علیه السلام جمال - : نزد امام کاظم علیه السلام، از کمی فرزندان، اظهار ناراحتی کردم. به من فرمود: «از خداوند، آمرزش بطلب و تخم مرغ با پیاز بخور».

۳/۹

أَكَلَ الْبَيْضَ بِاللَّحْمِ

۱۵۶۴. رسول الله ﷺ: اللَّحْمُ بِالْبَيْضِ يَزِيدُ فِي الْبَاءَةِ.^۱

۱۵۶۵. الإمام الصادق عليه السلام: شَكَانِي مِنَ الْأَنْبِيَاءِ عَلَيْهِ السَّلَامُ إِلَى اللَّهِ ﷻ قِلَّةَ النَّسْلِ.

فَقَالَ: كُلِ اللَّحْمَ بِالْبَيْضِ.^۲

۱۵۶۶. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ أَكَلَ اللَّحْمَ بِالْبَيْضِ كَبُرَ عَظْمُ وَلَدِهِ.^۳

۴/۹

صَفْرَةُ الْبَيْضِ

۱۵۶۷. الإمام الصادق عليه السلام: مَخُّ^۴ الْبَيْضِ خَفِيفٌ، وَالْبَيَاضُ ثَقِيلٌ.^۵

۱۵۶۸. المحاسن عن حُمران بن أُمِّين: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: إِنَّ أُنَاسًا يَزْعُمُونَ أَنَّ

صَفْرَةَ الْبَيْضِ أَخَفُّ مِنَ الْبَيَاضِ.

فَقَالَ: إِلَى مَا يَذْهَبُونَ فِي ذَلِكَ؟

قُلْتُ: يَزْعُمُونَ أَنَّ الرِّيشَ مِنَ الْبَيَاضِ، وَأَنَّ الْعَظْمَ وَالْعَصَبَ مِنَ الصَّفْرَةِ.

۱. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۴۵، ح ۵۱۱، السرائر، ج ۳، ص ۱۳۸ وفيه «روي أن أكل اللحم...»، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۷۳.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۵، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۷۶، ح ۱۸۸۴ و ص ۲۷۵، ح ۱۸۸۳ نحوه وكلها عن عبدالله بن سنان، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۶، ح ۱۰.

۳. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۵، ح ۱۴۵۱، بحار الأنوار، ج ۱۰۴، ص ۸۴، ح ۴۱.

۴. في المحاسن وبحار الأنوار: «مَخٌّ» بدل «مَخٌّ». والمَخُّ: صَفْرَةُ الْبَيْضِ (القاموس المحيط، ج ۱، ص ۲۴۸).

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۵، ح ۵ عن محمد بن عيسى عن أبيه عن جدّه وقيس بن عبدالعزيز، المحاسن، ج ۲، ص ۲۷۷، ح ۱۸۹۰ عن ميسر بن عبدالعزيز، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۷، ح ۱۶.

۳/۹

خوردن تخم مرغ با گوشت

۱۵۶۴. پیامبر خدا ﷺ: گوشت با تخم مرغ، بر توان جنسی می افزاید.^۱
۱۵۶۵. امام صادق ﷺ: یکی از پیامبران، از کمی فرزندان، به درگاه خداوند ﷻ شکایت برد. خداوند فرمود: «گوشت با تخم مرغ بخور».
۱۵۶۶. امام کاظم ﷺ: هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد، استخوان فرزندش درشت خواهد شد.

۴/۹



۱۵۶۷. امام صادق ﷺ: زرده تخم مرغ، سبک و سفیده، سنگین است.
۱۵۶۸. المحاسن - به نقل از حمران بن أعین - : به امام صادق ﷺ گفتم: کسانی می گویند زرده تخم مرغ، از سفیده آن، سبک تر است.
- فرمود: «دلیلشان برای این سخن چیست؟».
- گفتم: مدعی اند پَر، از سفیده است و استخوان و پی، از زرده است.

۱. در المرائز، حدیث، چنین آغاز می شود: «روایت شده است که خوردن گوشت...».

فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ: فَالزَّيْشُ أَخْفُهَا. ١.

١٥٦٩. مكارم الأخلاق عن علي بن محمد بن أشيم: شَكُوْتُ إِلَى الرِّضَا ﷺ قِلَّةَ اسْتِمْرَائِي الطَّعَامَ.

فَقَالَ: كُلْ مِخَّ الْبَيْضِ.

قَالَ: فَفَعَلْتُ فَانْتَفَعْتُ بِهِ. ٢.

٥/٩

النَّمْيُ عَنْ مَدَاوِمَةِ أَكْلِ الْبَيْضِ ٢

١٥٧٠. الإمام الصادق ﷺ: ثَلَاثَةٌ يُسَمِّنُ وَثَلَاثَةٌ يَهْزِلُنَ... وَأَمَّا الَّتِي يَهْزِلُنَ: فِإِدْمَانُ أَكْلِ الْبَيْضِ وَالسَّمَكِ وَالطَّلَعِ. ٣.

١٥٧١. الإمام الرضا ﷺ: مُدَاوِمَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ بَعَرَضٍ مِنْهُ الْكَلْفُ فِي الْوَجْهِ. ٤.

١٥٧٢. عنه ﷺ: كَثْرَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ وَإِدْمَانُهُ يُوْرِثُ الطُّحَالَ، وَرِيَا حَا فِي رَأْسِ الْمَعِدَةِ، وَالْإِمْتِلَاءُ مِنَ الْبَيْضِ الْمَسْلُوقِ يُوْرِثُ الرِّبَا وَالْإِبْتِهَارَ. ٥.

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٧، ح ١٨٩١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٧، ح ١٧.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٥٢، ح ١١٤٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٨، ح ٢١.

٣. النخصل، ص ١٥٥، ح ١٩٤ عن معاوية بن عمار، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ١٢٧، ح ٣٠٩، روضة الواعظين، ص ٣٣٦، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٤ وفيها «والضلع» بدل «والطلع»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥، ح ٥٧٦، ص ٧٣، ح ١٠.

٤. بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢١ نقلاً عن طب الإمام الرضا ﷺ، ص ٦٣ وفيه «إدامة أكل البصل يولد الكلف في الوجه».

٥. في بحار الأنوار: «والإبتهار». مرّ معنى الربو والابتهار في ص ٢١٣.

٦. طب الإمام الرضا ﷺ، ص ٢٨، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢١.

امام صادق علیه السلام فرمود: «پس پر، سبک‌ترین آنهاست».

۱۵۶۹. مکارم الأخلاق - به نقل از علی بن محمد بن آشیم - : نزد امام رضا علیه السلام از مشکل گوارش غذا اظهار ناراحتی کردم.

فرمود: «زردۀ تخم مرغ بخور».

این کار را انجام دادم و از آن، سود بردم.

۵/۹

نهی از افراط در خوردن تخم مرغ

۱۵۷۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: سه چیز است که چاق می‌کند و سه چیز است که لاغر

می‌کند... اما آن سه چیز که لاغر می‌کند، عبارت‌اند از: اعتیاد به خوردن تخم مرغ، ماهی، و شکوفۀ خرما.

۱۵۷۱. امام رضا علیه السلام: خوردن همیشگی تخم مرغ، سبب پیدایش کنجدک (کک‌مک)

در صورت می‌شود.^۱

۱۵۷۲. امام رضا علیه السلام: تخم مرغ بسیار خوردن و معتاد شدن به آن، بیماری سپرز

می‌آورد و ایجادکننده بادهایی در سرِ معده است، و زیاد خوردن تخم مرغ آب‌پز، نفَس‌تنگی و نفَس‌بریدگی می‌آورد.

۱. در طب الرضا علیه السلام، به جای «تخم مرغ»، «پیاز» آمده است.

۶/۹

فَاَيَحِلُّكَ مِنَ الْبَيْضِ فَاَيَحْرُمُ مِنْهُ

۱۵۷۳. رسول الله ﷺ - في وصاياه لِعَلِيِّ ﷺ :- يا عَلِيُّ، كُلْ مِنَ الْبَيْضِ مَا اخْتَلَفَ طَرَفَاهُ.^۱

۱۵۷۴. الكافي عن زُرارة : وَاللهُ مَا رَأَيْتُ مِثْلَ أَبِي جَعْفَرٍ ﷺ قَطُّ! وَذَلِكَ أَنِّي سَأَلْتُهُ فَقُلْتُ: أَصَلَحَكَ اللهُ مَا يُؤْكَلُ مِنَ الطَّيْرِ؟ فَقَالَ: كُلْ مَا دَفَّ وَلَا تَأْكُلْ مَا صَفَّ.

قُلْتُ: الْبَيْضُ فِي الْأَجَامِ؟

فَقَالَ: مَا اسْتَوَى طَرَفَاهُ فَلَا تَأْكُلْهُ وَمَا اخْتَلَفَ طَرَفَاهُ فَكُلْ.

قُلْتُ: فَطَيْرُ الْمَاءِ؟

قَالَ: مَا كَانَتْ لَهُ قَانِصَةٌ فَكُلْ، وَمَا لَمْ تَكُنْ لَهُ قَانِصَةٌ فَلَا تَأْكُلْ.^۲

۱۵۷۵. الإمام الباقر والإمام الصادق ﷺ: إِذَا دَخَلْتَ أَجَمَةً فَوَجَدْتَ بَيْضًا فَلَا تَأْكُلْ مِنْهُ إِلَّا مَا اخْتَلَفَ طَرَفَاهُ.^۳

۱. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۴، ص ۳۶۶، ح ۵۷۶۲ عن حماد بن عمرو وأنس بن محمد عن أبيه، مكارم الأخلاق، ج ۲، ص ۳۳۰، ح ۲۶۵۶ كلاهما عن الإمام الصادق عن أبيه عن جده عن الإمام عليّ ﷺ، الفقه المنسوب للإمام الرضا ﷺ، ص ۲۹۵ عن الإمام الرضا ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۷، ح ۱۸.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۴۸، ح ۳، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۲۱، ح ۴۱۴۶، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۵۵، ح ۱۱۵۷، الفصول المختارة، ص ۱۰۷ عن الإمام الصادق ﷺ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۵، ص ۱۸۲، ح ۲۵.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۲۴۸، ح ۱ عن محمد بن مسلم وص ۲۴۹، ح ۲ عن زرارة عن الإمام الباقر ﷺ نحوه، تهذيب الأحكام، ج ۹، ص ۱۵، ح ۵۷ عن محمد بن مسلم، المناقب لابن شهر آشوب، ج ۴، ص ۲۰۴ عن الإمام الباقر ﷺ نحوه وراجع الخصال، ص ۱۴۰، ح ۱۵۹.

۶/۹

تخم مرغ های حلال و تخم مرغ های حرام

۱۵۷۳. پیامبر خدا ﷺ - در سفارش هایی به امام علی ؑ: - ای علی! از میان تخم ها [ی پرندگان]، آنهایی را بخور که دو سرشان، فرق می کنند.

۱۵۷۴. الکافی - به نقل از زراره -: به خداوند سوگند، هرگز همانند امام باقر ؑ ندیده ام؛ چرا که از او پرسیدم و گفتم: خدایت به سامان دارد! از پرندگان، کدام ها خورده می شوند؟

فرمود: آن را که [هنگام پرواز کردن،] بال می زند، بخور و آن را که بال های خویش را صاف نگه می دارد (بال نمی زند)، نخور.

پرسیدم: تخمی که در نیزار است، چه طور؟

فرمود: «آنچه را دو سویش همانند است، مخور و آنچه را دو سویش ناهمگونه است، بخور».

گفتم: پرندگان آب، چه طور؟

فرمود: «آنچه را چینه دان دارد، بخور و آنچه را چینه دان ندارد، مخور».

۱۵۷۵. امام باقر و امام صادق ؑ: اگر به نیزاری درآمدی و تخم پرنده ای یافتی، از آن مخور، مگر آنچه دو سویش ناهمسان است.

١٥٧٦. الإمام الصادق عليه السلام : يُؤْكَلُ مِنَ الْبَيْضِ مَا اخْتَلَفَ طَرَفَاهُ، وَلَا يُؤْكَلُ مَا اسْتَوَى طَرَفَاهُ.^١

١٥٧٧. عنه عليه السلام : كُلُّ مَا اخْتَلَفَ طَرَفَاهُ فَحَلَالٌ أَكَلُهُ، وَمَا اسْتَوَى طَرَفَاهُ فَحَرَامٌ أَكَلُهُ.^٢

١٥٧٨. الكافي عن مسعدة بن صدقة : سَمِعْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام يَقُولُ : كُلُّ مِنَ الْبَيْضِ مَا لَمْ يَسْتَوِ رَأْسَاهُ.

وَقَالَ : مَا كَانَ مِنْ بَيْضِ طَيْرِ الْمَاءِ مِثْلَ بَيْضِ الدَّجَاجِ وَعَلَى خِلْقَتِهِ أَحَدُ رَأْسَيْهِ مُقَرَّطُحٌ، وَإِلَّا فَلَا تَأْكُلُ.^٣

١٥٧٩. الكافي عن أبي الخطاب : سَأَلْتُهُ - يَعْنِي أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام - عَنْ رَجُلٍ يَدْخُلُ الْأَجَمَةَ

فَيَجِدُ فِيهَا بَيْضاً مُخْتَلِفاً لَا يَدْرِي بَيْضُ مَا هُوَ، أُبَيْضُ مَا يُكْرَهُ مِنَ الطَّيْرِ أَوْ يُسْتَحَبُّ؟

فَقَالَ : إِنَّ فِيهِ عِلْماً لَا يَخْفَى، أَنْظِرْ إِلَى كُلِّ بَيْضَةٍ تَعْرِفُ رَأْسَهَا مِنْ أَسْفَلِهَا

فَكُلْ، وَمَا يَسْتَوِي فِي ذَلِكَ فَدَعَهُ.^٤

مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

١. الخصال، ص ٦١٠، ح ٩ عن الأعمش، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥، ح ٤.

٢. تحف العقول، ص ٣٣٨ و ص ٤٢٢ عن الإمام الرضا عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٥، ح ٦.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٩، ح ٤، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ١٦، ح ٦١، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣،

ص ٣٢٢، ح ٤١٥١ عن عبدالله بن سنان نحوه، قرب الإسناد، ص ٤٩، ح ١٦٠ وفيه «سئل عن بيض طير الماء

فقال: ما كان...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٣، ح ١.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٩، ح ٣، تهذيب الأحكام، ج ٩، ص ١٥، ح ٥٨ وراجع: دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٢٣،

ح ٤١٨ والمفصلة، ص ٥٧٧.

۱۵۷۶. امام صادق علیه السلام: از تخم‌های پرندگان، آنچه دو سویش ناهمسان است، خورده می‌شود و آنچه دو سویش همسان است، خورده نمی‌شود.

۱۵۷۷. امام صادق علیه السلام: آنچه دو سویش با هم تفاوت دارد، خوردنش حلال است و آنچه دو سویش همسان است، خوردنش حرام است.

۱۵۷۸. الکافی - به نقل از مسعدة بن صدقه - : از امام صادق علیه السلام شنیدم که می‌فرمود: «از تخم‌های پرندگان، آنچه را دو سرش ناهمسان است، بخور».

نیز فرمود: «از تخم‌های پرندگان دریایی، آنچه همانند و هم‌شکل تخم مرغ است (یعنی یکی از دو سرش پهن‌تر است)، خوردنی است، وگرنه مخور».

۱۵۷۹. الکافی - به نقل از ابو الخطاب - : از امام صادق علیه السلام پرسیدم که: مردی به نيزار درمی‌آید و آن‌جا تخم‌های پرندگان گوناگونی می‌یابد و نمی‌داند که تخم چه پرنده‌ای است: از آن پرندگان ناخوشایند است و یا پرندگان خوشایند؟ فرمود: «در آنها، نشانه‌ای پنهان ناشدنی است. بنگر! هر تخمی را که سر و ته آن را از هم باز شناختی، بخور و هر چه را از این نظر همسان بود، واگذار».

الفصل العاشر

التُّفَّاحُ

١/١٠ خَوَاصُّ التُّفَّاحِ

١٥٨٠. الإمام علي عليه السلام: كُلُّوا التُّفَّاحَ؛ فَإِنَّهُ يَدْبِغُ الْمَعِدَّةَ.^١

١٥٨١. الإمام الصادق عليه السلام: التُّفَّاحُ نَضُوحُ الْمَعِدَّةِ.^٢

١٥٨٢. المحاسن عن إسحاق بن مطهر عن الإمام الصادق عليه السلام: التُّفَّاحُ يُفَرِّجُ الْمَعِدَّةَ.

وقال: كُلِّ التُّفَّاحَ؛ فَإِنَّهُ يُطْفِئُ الْحَرَارَةَ، وَيُبْرِدُ الْجَوْفَ، وَيَذْهَبُ بِالْحُمَى.

وفي حديث آخر: يَذْهَبُ بِالْوَبَاءِ.^٣

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٧، ح ١١ عن مسمع بن عبد الملك عن الإمام الصادق عليه السلام.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٥، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٧٠، ح ٢٢٩٥ كلاهما عن إسماعيل بن جابر وح ٢٢٩٤

عن الحسن بن راشد، الخصال، ص ٦١٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن

آبائه عليه السلام، تحف العقول، ص ١٠١ وفيهما «أَكَلُ التُّفَّاحِ نَضُوحُ الْمَعِدَّةِ»، الجعفریات، ص ٢٤٤ عن الإمام

الكاظم عن آبائه عليه السلام، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٣، ح ٣٧٣ وفيهما «عليكم بِأَكْلِ التُّفَّاحِ فَإِنَّهُ نَضُوحُ الْمَعِدَّةِ»

والخمسة الأخيرة عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٨، ح ٦.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٨، ح ٢٢٨٤، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٩٣، ح ١ و ج ٦٦، ص ١٧١، ح ٢٠.

فصل دهم سیب



۱۵۸۰. امام علی علیه السلام: سیب بخورید، که معده را می پالاید.

۱۵۸۱. امام صادق علیه السلام: سیب، پالاینده و خوش بوکننده معده است.

۱۵۸۲. المحاسن - به نقل از اسحاق بن مطهر، از امام صادق علیه السلام - : «سیب، معده را گشایش می دهد».

همچنین فرمود: «سیب بخور؛ چرا که حرارت را فرو می نشاند، درون را سرد می کند و تب را می برد».

در حدیث دیگری است که فرمود: «وبا را از میان می برد».

١٥٨٣. الإمام الصادق عليه السلام : أَطْعِمُوا مَحْمُومِيكُمُ التُّفَّاحَ ؛ فَمَا مِنْ شَيْءٍ أَنْفَعَ مِنَ التُّفَّاحِ ١.
١٥٨٤. عنه عليه السلام : لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي التُّفَّاحِ ، مَا دَاوَوْا مَرَضَاهُمْ إِلَّا بِهِ ، أَلَا وَإِنَّهُ أَسْرَعُ شَيْءٍ مَنفَعَةً لِلْفُؤَادِ خَاصَّةً ، وَإِنَّهُ نَضُوحُهُ ٢.
١٥٨٥. دعائم الإسلام : عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ عليه السلام أَنَّ رَجُلًا كَتَبَ إِلَيْهِ مِنْ أَرْضٍ وَبَيْتِهِ يُخْبِرُهُ بِوَبَيْتِهَا .

فَكَتَبَ إِلَيْهِ : عَلَيْكَ بِالتُّفَّاحِ فَكُلْهُ . فَفَعَلَ ذَلِكَ فَعُوفِي ٣.

وَقَالَ : التُّفَّاحُ يُطْفِئُ الْحَرَارَةَ وَيُبْرِدُ الْجَوْفَ وَيَذْهَبُ بِالْحُمَى .

١٥٨٦. الكافي عن محمد بن الفيض : قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام : يَمْرُضُ مِنَّا الْمَرِيضُ قِيَامُ مَرَّةٍ الْمُعَالِجُونَ بِالْحِمِيَّةِ .

فَقَالَ : لَكِنَّا أَهْلُ بَيْتٍ لَا نَحْتَمِي إِلَّا مِنَ التَّمْرِ ، وَتَتَدَاوَى بِالتُّفَّاحِ وَالْمَاءِ الْبَارِدِ ٤.

١٥٨٧. الكافي عن دُرُسْتِ بْنِ أَبِي مَنْصُورٍ : بَعَثَنِي الْمُفَضَّلُ بْنُ عَمْرِو بْنِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام بِطَلْفٍ ٥ ، فَدَخَلْتُ عَلَيْهِ فِي يَوْمٍ صَائِفٍ وَقَدَّامَهُ طَبَقٌ فِيهِ تَفَّاحٌ أَخْضَرٌ ، فَأَوَّلَهُ

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٥٧، ح ١٠، المعحسن، ج ٢، ص ٣٦٨، ح ٢٢٨٧، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٦٣ عن سماعه وفيه «محموميكم» بدل «محموميكم»، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٩٣، ح ٣.

٢. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٥ عن محمد بن مسلم وص ٥٣، الكافي، ج ٦، ص ٢٥٧، ح ١٠، المعحسن، ج ٢، ص ٣٦٨، ح ٢٢٨٦ وليس فيها «ألا وإنه أسرع شيء» منفعة للفؤاد خاصة وإنه نضوحه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٥، ح ٣٣.

٣. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٨، ح ٥٢٥.

٤. الكافي، ج ٨، ص ٢٩١، ح ٤٤١، ج ٦، ص ٣٥٦، ح ٩، المعحسن، ج ٢، ص ٣٦٨، ح ٢٢٨٥ كلاهما عن المفضل بن عمر نحوه، علل الشرائع، ص ٤٦٤، ح ١١، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥٩ عن محمد بن العيص، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٤، ح ١٢٤٧ عن الإمام الكاظم عن أبيه عن جده عليه السلام نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٤٠، ح ٢.

٥. قوله: «بلطف» - بضم اللام وفتح الطاء - : جمع لطفة - بالضم - بمعنى الهدية كما ذكره الفيروزآبادي، أو بضم اللام وسكون الطاء : أي بعثني لطلب لطفٍ وبرٍّ وإحسان، والأول أظهر (مرآة العقول، ج ٢٢، ص ١٩٦).

۱۵۸۳. امام صادق علیه السلام: به تباران خود، سیب بدهید؛ چرا که هیچ چیز، سودمندتر از سیب نیست.

۱۵۸۴. امام صادق علیه السلام: اگر مردم می‌دانستند در سیب چیست، بیمارانشان را جز به آن، درمان نمی‌کردند. بدانید که سیب، بویژه، سودمندترین چیز برای قلب و مایه شست‌وشوی آن است.

۱۵۸۵. دعائم الإسلام: درباره امام صادق علیه السلام روایت شده است که: مردی از سرزمینی وبا زده به ایشان نامه نوشت و از وبای آن جا خبر داد.

امام علیه السلام در پاسخ نوشت: «هر تو باد سیب. آن را بخور».

او هم این کار را انجام داد و عافیت یافت.

و فرمود: «سیب، حرارت را فرو می‌نشاند و درون را خنک می‌کند و تب را می‌برد».

۱۵۸۶. الکافی - به نقل از محمد بن فیض - : به امام صادق علیه السلام گفتم: کسی از ما که بیمار می‌شود، درمانگران، او را به پرهیز، توصیه می‌کنند.

امام علیه السلام فرمود: «اما ما خاندان، جز از خرما، پرهیز نمی‌کنیم و [بیماران خویش را] با سیب و آب سرد، درمان می‌سازیم».

۱۵۸۷. الکافی - به نقل از درست بن ابی منصور - : مفضل بن عمر، مرا با هدیه‌هایی^۱ نزد امام صادق علیه السلام فرستاد.

در روزی تابستانی و در حالی که سینی‌ای از سیب سبز نزد امام صادق علیه السلام بود، بر ایشان وارد شدم. به خداوند سوگند، بی‌درنگ به او گفتم: فدایت شوم! آیا در حالی که مردم، این را خوش نمی‌دارند، از آن می‌خوری؟

۱. [در متن عربی، واژه «لطف» آمده است که] درباره آن، دو احتمال وجود دارد: یکی، «لُطْف» که جمع «لُطْفَه» به معنای هدیه است (چنان که فیروزآبادی آورده است)، و دیگری، «لُطْف» است [و در حدیث مذکور]، بدین معنا که امام علیه السلام مرا در پی لطف (نیکی و احسان) فرستاد. از این دو احتمال، احتمال نخست، ظهور بیشتری دارد (مرآة العقول: ج ۲۲ ص ۱۹۶).

إِنْ صَبَرْتُ أَنْ قُلْتُ لَهُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! أَتَأْكُلُ مِنْ هَذَا وَالنَّاسُ يَكْرَهُونَهُ؟
فَقَالَ لِي كَأَنَّهُ لَمْ يَزَلْ يَعْرِفُنِي: وَعِكَتُ فِي لَيْلَتِي هَذِهِ فَبَعَثْتُ فَأَتَيْتُ بِهِ
فَأَكَلْتُهُ، وَهُوَ يَقْلَعُ الْحُمَى، وَيُسْكِنُ الْخَرَارَةَ، فَقَدِمْتُ فَأَصَبْتُ أَهْلِي
مَحْمُومِينَ فَأَطَعَمْتُهُمْ، فَأَقْلَعْتُ الْحُمَى عَنْهُمْ.^۱

۱۵۸۸. الكافي عن الْمُفَضَّل بن عُمَرَ عن الإمام الصادق عليه السلام، قال: ذَكَرَ لَهُ الْحُمَى،
فَقَالَ عليه السلام: إِنَّا أَهْلُ بَيْتٍ لَا نَتَدَاوِي إِلَّا بِإِفَاضَةِ الْمَاءِ الْبَارِدِ يُصَبُّ عَلَيْنَا، وَأَكْلِ الثُّفَاحِ.^۲
۱۵۸۹. الإمام الكاظم عليه السلام: الثُّفَاحُ يَنْفَعُ مِنْ خِصَالٍ عِدَّةٍ: مِنَ السَّمِّ، وَالسُّحْرِ، وَاللَّعْمِ
يَعْرِضُ مِنْ أَهْلِ الْأَرْضِ^۳، وَالْبَلْغَمِ الْغَالِبِ، وَلَيْسَ شَيْءٌ أَسْرَعَ مِنْهُ مَنَفَعَةً.^۴
۱۵۹۰. الكافي عن زياد بن مَرَّوان: أَصَابَ النَّاسَ وَبَاءٌ بِحَكَّةٍ، فَكَتَبْتُ إِلَى
أَبِي الْحَسَنِ عليه السلام، فَكَتَبَ إِلَيَّ: كُلِّ الثُّفَاحِ.^۵

راجع: ص ۲۸۴ (سویق الثفاح).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

خَوَاصُّ الثُّفَاحِ عَلَى الرِّيقِ وَبِالْإِسْحَارِ

۱۵۹۱. رسول الله صلی الله علیه و آله: كُلُوا الثُّفَاحَ عَلَى الرِّيقِ؛ فَإِنَّهُ نَضُوحُ الْمَعِدَةِ.^۶

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۵، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۸، ح ۲۲۸۸ و ۲۲۸۹، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۴، ح ۱۲۴۵ كلاهما عن سليمان بن درستويه الواسطي نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۹۳، ح ۵.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۹، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۸، ح ۲۲۸۵، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۴، ح ۱۲۴۷ عن الإمام الكاظم عن أبيه عن جده عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۱، ح ۲۱.
۳. من أهل الأرض: أي الجن (مرآة العقول، ج ۲۲، ص ۱۹۵).
۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۵، ح ۲ عن الجعفري.
۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۵، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۹، ح ۲۲۹۰ عن القندي مضمرأ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۳، ح ۲۶.
۶. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۵، ح ۱۲۴۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۷، ح ۲۷.

در حالی که گویا مرا از دیرباز می‌شناخته است، به من فرمود:
«همین امشب تبار شدم. کسی فرستادم و آن را نزد من آوردند و آن را
خوردم. آن، تب را ریشه‌کن می‌سازد و حرارت را فرو می‌نشاند».
من به‌سوی نزدیکان خویش باز گشتم و دیدم آنان تبارند. به آنها
سیب دادم و تب را از آنان ریشه‌کن ساختم.

۱۵۸۸. الکافی - به نقل از مفضل بن عمر، درباره‌ی امام صادق علیه السلام :- نزد ایشان از
سیب، یاد کردند. فرمود: «ما خاندان، جز به آب سردی که بر بدن ما
ریخته می‌شود و جز به خوردن سیب، درمان نمی‌کنیم».

۱۵۸۹. امام کاظم علیه السلام : سیب برای چند چیز، سودمند است، برای: زهر، افسون،
دیوانگی‌ای که از سوی ساکنان زمین^۱ به کسی می‌رسد، و بلغمی که
چیرگی یافته است. هیچ چیزی زودتر از آن، اثر نمی‌بخشد.

۱۵۹۰. الکافی - به نقل از زیاد بن مروان - : در مکه، مردم به وبایی گرفتار آمدند. من
به امام کاظم علیه السلام نوشتم. ایشان در پاسخ من نوشت: «سیب بخور».

همچنین، ر.ک: ص ۳۸۵ (شوریای سیب).

۲/۱۰

خواص خوردن سیب در حالت ناشتایا در سحرگاهان

۱۵۹۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : سیب را ناشتا بخورید؛ چرا که تمیزکننده‌ی معده است.

۱. مقصود، چنان‌اند (مرآة العقول: ج ۲۲ ص ۱۹۵).

١٥٩٢. عنه عليه السلام: أَرْبَعَةٌ تَزِيدُ فِي الْعُمُرِ: ... وَأَكْلُ التُّفَاحِ بِالْأَسْحَارِ^١.

٣/١٠

شَمُّ التُّفَاحِ قَبْلَ الْإِكْلِ

١٥٩٣. الإمام الباقر عليه السلام: إِذَا أَرَدْتَ أَكْلَ التُّفَاحِ فَشُمَّهُ ثُمَّ كُلَّهُ؛ فَإِنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ أَخْرَجَ مِنْ جَسَدِكَ كُلَّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ، وَيُسَكِّنُ مَا يَوْجَدُ مِنْ قِبَلِ الْأَرْوَاحِ كُلِّهَا^٢.

٤/١٠

كَرَاهَةُ أَكْلِ التُّفَاحِ الْحَامِضِ

١٥٩٤. رسول الله صلى الله عليه وآله: إِمْنَعِ الْعُرُوسَ فِي أَشْجُوْعَهَا مِنْ: الْأَلْبَانِ وَالْحَلِّ وَالْكُزْبَرَةِ وَالتُّفَاحِ الْحَامِضِ...؛ لِأَنَّ الرَّحِمَ تَعْقِمُ وَتَبْرُدُ مِنْ هَذِهِ الْأَرْبَعَةِ الْأَشْيَاءِ عَنِ الْوَلَدِ، وَلِتَحْصِرَ فِي نَاحِيَةِ الْبَيْتِ خَيْرٌ مِنْ امْرَأَةٍ لَا تَلِدُ... وَالتُّفَاحُ الْحَامِضُ؛ يَقْطَعُ حَيْضَهَا فَيَصِيرُ دَاءً عَلَيْهَا^٣.

راجع: ج ١، ص ٢٥٤ (ما يورث النسيان).

١. المواعظ العددية، ص ٢١١. انظر الحديث بتمامه في: ج ١، ص ١٠٠ إرشادات طبيّة مستفردة / أسباب طول العمر.

٢. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٢٥ عن أبي بصير، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٥، ح ٢٣.

٣. كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٥٥٢، ح ٤٨٩٩، علل الشرائع، ص ٥١٥، ح ٥، الاختصاص، ص ١٢٢. كلّها عن أبي سعيد الخدري، بحار الأنوار، ج ١٠٣، ص ٢٨٠، ح ١.

۱۵۹۲. پیامبر خدا ﷺ: چهار چیز، عمر را می‌افزاید: ... و خوردن سیب در سحرگاهان.^۱

۳/۱۰

بوسیدن سیب پیش از خوردن

۱۵۹۳. امام باقر ﷺ: هنگامی که خواستی سیب بخوری، آن را ببوی و سپس بخور. اگر این کار را انجام دادی، هر درد و عارضه‌ای از تحت بیرون می‌رود و همه آنچه از سوی ارواح، در انسان ایجاد می‌شود، فرو می‌نشیند.

۴/۱۰

مکروه بودن خوردن سیب ترش

۱۵۹۴. پیامبر خدا ﷺ: عروس را در هفته اولش از شیر، سرکه، گشنیز، و سیب ترش، باز بدار؛ زیرا از این چهار چیز، زهدان، سترون و سرد می‌شود... و پلاسی افتاده در گوشه خانه، از زنی که بچه نمی‌آورد، بهتر است... سیب ترش نیز حیض شدن زن را قطع می‌کند و این برای وی یک بیماری می‌شود.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۵۵ (آنچه فراموشی می‌آورد).

۱. برای دیدن متن کامل این حدیث، ر.ک: ج ۱، ص ۱۰۱ (توصیه‌های طبّی / عوامل طول عمر).

الفصل الحادي عشر

التَّلبِينةُ

١٥٩٥. رسول الله ﷺ : إِنَّ التَّلْبِينَةَ تُجَمُّ فَوَادَ الْمَرِيضِ ، وَتَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزَنِ^١.
١٥٩٦. الإمام الصادق عليه السلام : قَالَ النَّبِيُّ ﷺ لَوْ أَغْنَى عَنِ الصَّوْتِ شَيْءٌ لَأَغْنَتِ التَّلْبِينَةُ . فَقِيلَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، وَمَا التَّلْبِينَةُ ؟
قَالَ : الْحَسُو بِاللِّبَنِ ، الْحَسُو بِاللِّبَنِ ، وَكَرَّرَهَا ثَلَاثًا^٢.
١٥٩٧. رسول الله ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْبَغِضِ النَّافِعِ : التَّلْبِينَةُ ، وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ ، إِنَّهَا لَتَغْسِلُ بَطْنَ أَحَدِكُمْ كَمَا يَغْسِلُ الْوَسِيعُ عَنْ وَجْهِهِ الْمَاءُ^٣.
١٥٩٨. الإمام الصادق عليه السلام : إِنَّ التَّلْبِينَةَ يَجْلُو الْقَلْبَ الْحَزِينَ ، كَمَا تَجْلُو الْأَصَابِعُ الْعَرَقَ مِنْ الْجَبِينِ^٤.

١. صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢١٥٤، ح ٥٣٦٥، ص ٢٠٦٧، ح ٥١٠١، صحيح مسلم، ج ٤، ص ١٧٣٦، ح ٢٢١٦، السنن الكبرى، ج ٩، ص ٥٨١، ح ١٩٥٧٣، المعجم الأوسط، ج ٩، ص ١٩، ح ٩٠٠١، الفردوس، ج ٢، ص ٧٦، ح ٢٢٢٦، كلها عن عائشة.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٢١، ح ٣ عن مسع بن عبد الملك، المحاسن، ج ٢، ص ١٧١، ح ١٤٧٦، عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام عن رسول الله ﷺ وليس فيه «وكررها ثلاثاً»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٩٦، ح ٧.

٣. السنن الكبرى للنسائي، ج ٤، ص ٣٧٢، ح ٧٥٧٥، مستدرك حنبل، ج ١٠، ص ٨٥، ح ٢٦١٠٩، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢٢٨، ح ٧٤٥٥، السنن الكبرى، ج ٩، ص ٥٨١، ح ١٩٥٧٤، كلها عن عائشة، كنز العمال، ج ١٠، ص ٣٧، ح ٢٨٢٤٥.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٠، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ١٧١، ح ١٤٧٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٩٦، ح ٦.

فصل یازدهم

تلبینه

۱۵۹۵. پیامبر خدا ﷺ: تلبینه^۱ دل بیمار را آرامش می‌دهد و بخشی از اندوه را می‌برد.
۱۵۹۶. امام صادق علیه السلام: «اگر چیزی وجود داشت که انسان را در برابر مرگ، سود می‌بخشید، تلبینه سود می‌بخشید». پرسیده شد: تلبینه چیست؟
- فرمود: «شوربای فراهم آمده با شیر. شوربای فراهم آمده با شیر» و این را سه بار تکرار کرد.
۱۵۹۷. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد آن ناخوشایند سودمند: تلبینه. سوگند به آن که جان محمد در دست اوست، آن، شکم را می‌شوید، چنان که کسی از شما چرک را با آب از صورت خود فرو می‌شوید.
۱۵۹۸. امام صادق علیه السلام: تلبینه، غم را از دل غمگین می‌زداید، همچنان که انگشتان، عرق را از پیشانی کنار می‌زنند.

۱. آشی که از سبوس و شیر و عسل سازند (لغت‌نامه دهخدا: ج ۴ ص ۶۰۷۲).

ابن اثیر در النهاية (ج ۴ ص ۲۲۹) آورده است: تلبینه و تلین، شوربایی است که از آرد یا سبوس فراهم می‌سازند و گاه نیز قدری عسل بدان می‌آمیزند. این شوربا به سبب شباهت به شیر (لبن) و نیز غلظت کم آن، «تلبین» نام گرفته که اسم مرّه است از «تلین»، مصدر «أَلَبَنُ القوم» به معنای: به آنان شیر نوشاند. در قاموس (ج ۴ ص ۲۶۵) نیز آمده است: «تلبین» و همین واژه با افزوده «هاء» در آخر آن، شوربایی است فراهم آمده از: سبوس، شیر و عسل و یا فقط از سبوس.

الفصل الثاني عشر

التَّمَرُ

١/١٢

خَوَاصُّ التَّمَرِ

١٥٩٩. رسول الله ﷺ: قَالَ جَبْرِئِيلُ: التَّمَرُ الْبَرِّيُّ... يَزِيدُ فِي مَاءٍ فَقَارِ الظَّهْرِ.^١
١٦٠٠. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْبَرِّيِّ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْإِعْيَاءِ، وَيُدْفِئُ مِنَ الْقُرِّ، وَيُشْبِعُ مِنَ الْجُوعِ، وَفِيهِ اثْنَانِ وَسَبْعُونَ بَاباً مِنَ الشِّفَاءِ.^٢
١٦٠١. عنه ﷺ: الْعَجْوَةُ مِنَ الْجَنَّةِ، وَفِيهَا شِفَاءٌ مِنَ السَّمِّ.^٣
١٦٠٢. الإمام عليّ عليه السلام: كُلُّوا التَّمَرَ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنَ الْأَدْوَاءِ.^٤

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٤٥، ح ٢١٨٩، بحار الأنوار، ج ١٠٤، ص ٨٢، ح ٣٦.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٥، ح ١٢٠٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤١، ح ٥٨.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٤٢، ح ٢١٧٨، عن عبدالرحمن بن زيد بن أسلم، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٧، ح ٥١٨، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٤، ح ١١٩٥، عن الإمام الصادق عليه السلام وفيه «السحر» بدل «السّم» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٣٣، ح ٢٩، سنن الترمذي، ج ٤، ص ٤٠١، ح ٢٠٦٦، عن أبي هريرة، السنن الكبرى للنسائي، ج ٤، ص ١٦٥، ح ٦٧١٥، عن أبي سعيد الخدري وجابر بن عبد الله، كثر العمال، ج ١٠، ص ٢٨، ح ٢٨٢٠٢، نقلاً عن ابن النجار عن ابن عباس.

٤. الخصال، ص ٦١٥، ح ١٠، عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، تحف العقول، ص ١٠٦، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٣، ح ١١٩٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤١، ح ٥٨.

فصل دوازدهم

خرما



۱۵۹۹. پیامبر خدا ﷺ: جبرئیل گفت: «خرمای بُرنی^۱ ... آب ستون فقرات را می‌افزاید».

۱۶۰۰. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد برنی؛ چرا که خستگی را از میان می‌برد، در برابر سوز سرما گرمی می‌دهد، در برابر گرسنگی سیر می‌کند و در آن، هفتاد و دو باب شفاست.

۱۶۰۱. پیامبر خدا ﷺ: عَجْوَه^۲ از بهشت است و درمان زهر، در آن است.

۱۶۰۲. امام علی علیه السلام: خرما بخورید؛ چرا که شفای دردها در آن است.

۱. بُرنی، نوعی از خرمای مرغوب است که به شکل دایره و به رنگ سرخ مایل به زرد است (المعجم الوسیط: ج ۱ ص ۵۲).

۲. عَجْوَه، نوعی از خرمای مدینه است، بزرگ‌تر از خرمایی به نام صیحانی، و رنگ آن، سرخ تیره مایل به سیاه و از کاشته‌های پیامبر ﷺ است (النهاية: ج ۳ ص ۱۸۸).

١٦٠٣. الكافي عن أبي عمرو عن رجل عن الإمام الصادق عليه السلام : خَيْرُ ثَمَرِكُمُ الْبَرْنِيُّ ؛ يَذْهَبُ بِالدَّاءِ وَلَا دَاءَ فِيهِ ، وَيَذْهَبُ بِالْإِعْيَاءِ وَلَا ضَرَرَ لَهُ ، وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ ، وَمَعَ كُلِّ تَمْرَةٍ حَسَنَةٌ .

وفي رواية أخرى : يُهْنِي وَيُعْرِئُ ، وَيَذْهَبُ بِالْإِعْيَاءِ وَيُشْبِعُ^١ .

١٦٠٤. الإمام الصادق عليه السلام : إِنْ وَفَدَ عَبْدُ الْقَيْسِ قَدِمُوا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ ، قَالَ : فَوَضَعُوا بَيْنَ يَدَيْهِ جُلَّةَ تَمْرٍ .

فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : أَصْدَقَةٌ أَمْ هَدِيَّةٌ ؟

قالوا : بَلْ هَدِيَّةٌ .

فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ : أَيُّ تَمَرَاتِكُمْ هَذِهِ ؟

قالوا : هُوَ الْبَرْنِيُّ يَا رَسُولَ اللَّهِ ﷺ .

فَقَالَ هَذَا جَبْرَائِيلُ يُخْبِرُنِي أَنَّ فِي تَمَرَاتِكُمْ هَذِهِ تِسْعَ خِصَالٍ : تُخَبِّلُ الشَّيْطَانَ ، وَتُقَوِّي الظَّهَرَ ، وَتَزِيدُ فِي الْمُجَامَعَةِ ، وَتَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ ، وَتُقَرِّبُ مِنَ اللَّهِ ، وَتُبَاعِدُ عَنِ الشَّيْطَانِ ، وَتَهْضِمُ الطَّعَامَ ، وَتَذْهَبُ بِالدَّاءِ ، وَتُطَيِّبُ النَّكْهَةَ^٢ .

١٦٠٥. دعائم الإسلام : عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ عليه السلام أَنَّ رَجُلًا مِنْ أَصْحَابِهِ أَكَلَ عِنْدَهُ طَعَامًا

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٥، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ٣٤٣، ح ٢١٨٤ وليس فيه ذيله، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٣٣، ح ٢٣ وراجع: المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢٢٧، ح ٧٤٥١.

٢. المحاسن، ج ١، ص ٧٦، ح ٣٧ و ج ٢، ص ٣٤٤، ح ٢١٨٨ كلاهما عن الحسين بن علوان، الخصال، ص ٢١٦، ح ٨ عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٦، ح ١٢٠٧، مشکاة الأنوار، ص ٢٦٢، ح ٧٧٧ كلها نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٢٨، ح ١١.

۱۶۰۳. الکافی - به نقل از ابو عمرو، از مردی، از امام صادق علیه السلام :- «بهترین خرمای شما، خرمای برنی است. دردها را می برد و خود، بیماری نمی زاید، خستگی را می زداید و زیانی در بر ندارد، بلغم را از میان می برد و با هر خرمایی، سازگار است».

در روایتی دیگر است که فرمود: «غذا را] گوارا و سبک می کند، خستگی را می برد، و سیر می کند».

۱۶۰۴. امام صادق علیه السلام : هیئت بنی عبد القیس بر پیامبر خدا وارد شدند. پس، ظرف خرمایی بافته از شاخه های خرما پیش روی ایشان نهادند.

پیامبر خدا پرسید: «صدقه است، یا هدیه؟».

گفتند: هدیه است.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «این خرماها از کدام نوع است؟».

گفتند: ای پیامبر خدا! از خرمای برنی است.

فرمود: «این، جبرئیل است. به من خبر می دهد که در این خرمایتان، نه ویژگی است: شیطان را به دیوانگی می افکند؛ پشت را قوی می کند؛ بر توان آمیزش می افزاید؛ بینایی و شنوایی را افزون می سازد؛ انسان را به خدا نزدیک می کند؛ انسان را از شیطان، دور می سازد؛ غذا را هضم می کند؛ درد را می برد؛ و دهان را خوش بو می نماید».

۱۶۰۵. دعائم الإسلام؛ درباره امام صادق علیه السلام نقل شده که یکی از یارانش نزد

فَلَمَّا رَفَعَ الطَّعَامُ، قَالَ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ عليه السلام :

يَا جَارِيَّةُ، إِيْتِينَا بِمَا عِنْدَكَ.

فَأَتَتْهُ بِتَمْرٍ.

فَقَالَ الرَّجُلُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! هَذَا زَمَانُ الْفَاكِهَةِ وَالْأَعْنَابِ! وَكَانَ صَيْفًا.

فَقَالَ: كُلْ؛ فَإِنَّهُ خُلِقَ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: الْعَجْوَةُ لَا دَاءَ

وَلَا غَائِلَةَ.^١

١٦٠٦. الإمام الصادق عليه السلام: نِعَمَ التَّمْرُ الصَّرْفَانُ؛ لَا دَاءَ وَلَا غَائِلَةَ.^٢

راجع: ج ١، ص ٤٠٤ (ما ينفع لعلاج البخر).

٢/١٢

أَفْضَلُ السَّحُورِ وَالْفُطُورِ

١٦٠٧. رسول الله ﷺ: نِعَمَ السَّحُورُ الْكَبِيرُ عليه السلام.

١٦٠٨. عنه ﷺ: إِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ صَائِمًا فَلْيُفْطِرْ عَلَى التَّمْرِ، فَإِنْ لَمْ يَجِدِ التَّمَرَ فَعَلَى

الْمَاءِ؛ فَإِنَّ الْمَاءَ طَهُورٌ.^٣

١٦٠٩. عنه ﷺ: إِنَّ اللَّهَ - تَبَارَكَ وَتَعَالَى - وَمَلَائِكَتُهُ يُصَلُّونَ عَلَى الْمُسْتَغْفِرِينَ

١. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١١، ح ٣٦٤.

٢. المحاسن، ج ٢، ص ٣٤٩، ح ٢٢٠٣ عن عبدالله بن سنان، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٢٨، ح ٤٩.

٣. المعجم الكبير، ج ٧، ص ١٥٩، ح ٦٦٨٩ عن السائب بن يزيد، كنز العمال، ج ٨، ص ٥٢٦، ح ٢٣٩٨١ نقلاً عن صحيح ابن حبان والسنن الكبرى عن أبي هريرة وفيه «سحور المؤمن» بدل «السحور»؛ طب النبي ﷺ، ص ٧ وفيه «للمؤمن» بعد «السحور»، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٦.

٤. سنن أبي داود، ج ٢، ص ٣٠٥، ح ٢٢٥٥، المستدرک علی الصحیحین، ج ١، ص ٥٩٧، ح ١٥٧٥ كلاهما عن سلمان بن عامر، السنن الكبرى للنسائي، ج ٢، ص ٢٥٤، ح ٢٣٢٤ عن سليمان بن عامر من دون إسناد إليه ﷺ، كنز العمال، ج ٨، ص ٥٠٩، ح ٢٣٨٧٤.

ایشان غذایی خورد. چون سفره غذا را برچیدند، امام علیه السلام گفت: «ای کنیزک! آنچه داری، بیاور». او نیز خرما آورد.

آن مرد گفت: قربانت شوم! اکنون، هنگام میوه (ی سردرختی) و انگور است! و آن هنگام، تابستان بود.

فرمود: «بخور، که این از خوی پیامبر خداست. پیامبر خدا فرمود: در عَجْوَه، نه بیماری‌ای هست و نه عارضه‌ای».

۱۶۰۶. امام صادق علیه السلام: صَرَفَان،^۱ نیکو خرمایی است؛ نه در آن بیماری‌ای هست و نه عارضه‌ای.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۰۵ (آنچه برای درمان بوی بد دهان، سودمند است).



۱۶۰۷. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خرما، چه خوش سحری‌ای است!^۲

۱۶۰۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر کسی از شما روزه بود، با خرما روزه بگشاید و اگر خرما ندید، با آب؛ چرا که آب، پاک‌کننده است.

۱۶۰۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خداوند - تبارک و تعالی - و فرشتگان او، بر استغفارکنندگان

۱. صَرَفَان، نوعی خرماست. به سان خرمای پُر نی، سرخ رنگ است، با این تفاوت که جویدن آن، قدری سخت‌تر است و حالتی سقز مانند دارد (لسان العرب: ج ۹، ص ۱۹۳).

۲. در طَبِّ النَّبِيِّ صلی الله علیه و آله، پس از واژه «سحری‌ای»، «برای مؤمن» آمده است.

وَالْمُتَسَحِّرِينَ بِالسَّحَارِ، فَلْيَتَسَحَّرْ أَحَدُكُمْ وَلَوْ بِشَرِبَةِ مِنْ مَاءٍ، وَأَفْضَلُ السَّحُورِ السَّوِيقُ وَالتَّمْرُ.^۱

۱۶۱۰. الإمام الصادق عليه السلام: أَفْضَلُ سَحُورِكُمُ السَّوِيقُ وَالتَّمْرُ.^۲

۳/۱۲

خَوَاضِعُ الرُّطَبِ التَّمْرِ لِلْحَامِلِ وَالنَّفْسَانِ

۱۶۱۱. رسول الله صلى الله عليه وآله: أَطْعِمُوا الْمَرْأَةَ فِي شَهْرِهَا الَّذِي تَلِدُ فِيهِ، التَّمْرَ؛ فَإِنَّ وَلَدَهَا يَكُونُ حَلِيمًا نَقِيًّا.^۳

۱۶۱۲. عنه عليه السلام: أَطْعِمُوا نِسَاءَكُمْ الْوُلْدَ الرُّطَبَ، فَإِنْ لَمْ يَكُنْ رُطَبُ فَالتَّمْرَ، وَلَيْسَ مِنَ الشَّجَرِ شَجَرَةٌ أَكْرَمُ عَلَى اللَّهِ مِنْ شَجَرَةٍ نَزَلَتْ تَحْتَهَا مَرْيَمُ بِنْتُ إِمْرَانَ.^۴

۱۶۱۳. عنه عليه السلام: إِذَا وَلَدَتِ الْمَرْأَةُ فَلْيَكُنْ أَوَّلُ مَا تَأْكُلُ، الرُّطَبَ، فَإِنْ لَمْ يَكُنْ رُطَبُ فَتَمْرٌ؛ فَإِنَّهُ لَوْ كَانَ شَيْءٌ أَفْضَلَ مِنْهُ أَطْعَمَهُ اللَّهُ مَرْيَمَ عليها السلام حِينَ وَلَدَتْ عِيسَى عليه السلام.^۵

۱۶۱۴. عنه عليه السلام: أَطْعِمُوا نِسَاءَكُمْ فِي نَفَاسِهِنَّ التَّمْرَ؛ فَإِنَّهُ مَنْ كَانَ طَعَامُهَا فِي نَفَاسِهَا التَّمْرَ خَرَجَ وَلَدُهَا ذَلِكَ حَلِيمًا، فَإِنَّهُ كَانَ طَعَامَ مَرْيَمَ حِينَ وَلَدَتْ عِيسَى، وَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ طَعَامًا هُوَ خَيْرٌ لَهَا مِنَ التَّمْرِ أَطْعَمَهَا إِيَّاهُ.^۶

۱. کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۲، ص ۱۳۶، ح ۱۹۶۱ عن الإمام علی عليه السلام، روضة الواعظین، ص ۳۷۴ نحوه.

۲. تهذیب الأحکام، ج ۴، ص ۱۹۸، ح ۵۶۷، المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۰، ح ۱۹۴۹ کلاهما عن حفص بن البختري، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۹، ح ۱۴۲۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۸۰، ح ۲۱.

۳. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۶۵، ح ۱۲۰۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۴۱، ح ۵۸.

۴. مستد أبي يعلى، ج ۱، ص ۲۴۱، ح ۴۵۱ عن عروة بن رويم عن الإمام علی عليه السلام، كنز العمال، ج ۱۲، ص ۳۳۸، ح ۳۵۳۰۰ نقلاً عن أبي نعيم في الطب عن الإمام علی عليه السلام عنه عليه السلام.

۵. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۵۰۸، ح ۱۷۶۴، طب النبوی عليه السلام، ص ۷ وفيه «الرطب الحلو والتمر» بدل «الرطب، فإن لم يكن رطب فتمر». بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۵.

۶. تاریخ بغداد، ج ۸، ص ۲۶۶ الرقم ۴۴۶۵، تاریخ دمشق، ج ۷۰، ص ۹۳، ح ۱۳۷۹۰ کلاهما عن سلمة بن قیس، كنز العمال، ج ۱۲، ص ۳۴۰، ح ۳۵۳۱۳.

و سحری خوران در سحرگاهان، درود می‌فرستند. پس، بایسته است هر کدامتان سحری بخورید، هر چند به جرعه‌ای آب باشد. اما بهترین سحری‌ها، سَویق^۱ و خرماست.

۱۶۱۰. امام صادق علیه السلام: بهترین سحری‌های شما، سویق و خرماست.

۳/۱۲

خواص خرما برای زن باردار و ماه‌زاده

۱۶۱۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: به زن، در ماهی که فرزند به دنیا می‌آورد، خرمای تازه بدهید؛ چرا که در این صورت، کودک وی بردبار و پاک خواهد بود.

۱۶۱۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: به زنان زائوی خود، خرمای تازه بدهید و اگر خرمای تازه نبود، خرمایی دیگر. نزد خداوند، هیچ درختی عزیزتر از آن درخت که مریم (دختر عمران) در زیر آن فرود آمد، نیست.

۱۶۱۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: چون زن فرزند به دنیا آورد، باید نخستین چیزی که می‌خورد، خرمای تازه باشد و اگر خرمای تازه در اختیار نبود، خرمایی دیگر؛ چرا که اگر چیزی برتر از آن وجود می‌داشت، خداوند آن را به مریم، هنگامی که عیسی علیه السلام را زاد، می‌خوراند.

۱۶۱۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: به زنان خود در دوره نزدیک زایمان، خرما بدهید؛ زیرا هر کس که در دوره نزدیک زایمان غذایش خرما باشد، فرزندش بردبار زاده خواهد شد. خوراک مریم، هنگامی که عیسی را زاد، همین بود، در حالی که اگر خدا غذایی بهتر از خرما برای او سراغ داشت، همان را به وی می‌خوراند.

۱. معنای سویق در صفحه ۳۷۵ خواهد آمد.

۱۶۱۵. الإمام علي عليه السلام: «ما تأكل الحامل من شيء ولا تتداوى به أفضل من الرطب»، قال الله تعالى لمريم عليه السلام: «وهزئي إليك بجزء النخله تسقط عليك رطباً جنيئاً» فكلّي وأشربي وقرّي عنيّاً^۱.

۱۶۱۶. عنه عليه السلام: «خير ثمر لكم البرني؛ فأطعموه نساءكم في نفاسهنّ تخرج أولادكم زكياً حليماً»^۲.

۱۶۱۷. الإمام الصادق عليه السلام: «أطعموا نساءكم التمر البرني في نفاسهنّ، تجملوا أولادكم»^۳.
۱۶۱۸. عنه عليه السلام: «أطعموا البرني نساءكم في نفاسهنّ تحلم أولادكم»^۴.

راجع: ج ۱، ص ۶۷۸ (الجنين / غذاء النفساء).

۴/۱۲

أكل الرطب بالطبخ والقضاء

۱۶۱۹. الإمام الصادق عليه السلام: «كان رسول الله صلى الله عليه وآله يأكل الرطب بالخبز»^۵.
۱۶۲۰. سنن ابن ماجه عن سهل بن سعد: «كان رسول الله صلى الله عليه وآله يأكل الرطب بالطبخ»^۶.
۱۶۲۱. صحيح البخاري عن عبدالله بن جعفر بن أبي طالب: «رأيت النبي صلى الله عليه وآله يأكل

الخصال، ص ۶۳۷، ح ۱۰ عن أبي بصير و محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، تحف العقول، ص ۱۲۴ وفيه «ولا تبدأ» بدل «ولا تتداوى»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۲۸، ح ۱۰.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۲، ح ۳ عن زرارة عن الإمام الصادق عليه السلام.
۳. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۶۶، ح ۱۲۰۶، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۴۱، ح ۵۸.
۴. الكافي، ج ۶، ص ۲۲، ح ۵، المحاسن، ج ۲، ص ۳۴۵، ح ۲۱۹۰ كلاهما عن صالح بن عقبة، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۳۴، ح ۳۸ و ج ۱۰۴، ص ۱۱۵، ح ۳۹.
۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۱، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۳۷۵، ح ۲۳۱۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۳، ح ۳.
۶. سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۱۰۴، ح ۳۳۲۶، السنن الكبرى للنسائي، ج ۴، ص ۱۶۶، ح ۶۷۲۲ عن عائشة، كنز العمال، ج ۷، ص ۱۰۶، ح ۱۸۱۹۰ نقلاً عن المعجم الأوسط والمستدرک علی الصحیحین وأبی نعیم فی الطب عن أنس نحوه: بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۸۴.

۱۶۱۵. امام علی علیه السلام: باردار، هیچ خوراکی نمی خورد و هیچ دارویی به کار نمی گیرد که برتر از خرماي تازه باشد. خداوند تعالی به مریم فرموده است: ﴿و تنه درخت خرما را به سوی خود تکان بده تا بر تو خرماي تازه فرو ریزد﴾ پس، بخور و بیاشام و دیده روشن دار^۱.

۱۶۱۶. امام علی علیه السلام: برنی، بهترین خرماي شماست. آن را در دوره نزدیک زایمان، به زنان خویش بدهید تا فرزندان پاک و بردبار [به دنیا] آیند.

۱۶۱۷. امام صادق علیه السلام: به زنان خود در دوران زایمان، خرماي برنی بدهید تا فرزندان خویش را زیبا سازید.

۱۶۱۸. امام صادق علیه السلام: به زنان خود در دوران زایمان، خرماي برنی بدهید تا فرزندان بردبار شوند.

ر.ک: ج ۱، ص ۶۷۹ (جنین / خوراک تازه زا).

مرکز تحقیقات طب سنتی
۴/۱۲

خوردن خرما با خربزه و خیار

۱۶۱۹. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا، خرماي تازه همراه با خربزه^۲ می خورد.

۱۶۲۰. سنن ابن ماجه - به نقل از سهل بن سعد -: پیامبر خدا، خرماي تازه با خربزه می خورد.

۱۶۲۱. صحیح البخاری - به نقل از عبد الله بن جعفر بن ابی طالب -: پیامبر صلی الله علیه و آله را

۱. مریم: آیه ۲۵ و ۲۶.

۲. ظاهراً این کار، به دلیل شیرین نبودن خربزه های آن سامان بوده است.

الرُّطْبُ بِالْقَتَاءِ^۱

۵/۱۲

تَحْنِثُكَ الْمَلُوكُ بِاللَّهْرِ

۱۶۲۲. الإمام علي عليه السلام: حَنُكُوا أَوْلَادَكُمْ بِالثَّمَرِ، هَكَذَا فَعَلَ النَّبِيُّ ﷺ بِالْحَسَنِ وَالْحُسَيْنِ عليه السلامين^۲.



مرکز تحقیقات و نشر اسلامی

-
۱. صحیح البخاری، ج ۵، ص ۲۰۷۳، ح ۵۱۲۴، المصنّف لابن أبي شيبة، ج ۵، ص ۵۷۰، ح ۴، مسند الحميدي، ج ۱، ص ۲۴۸، ح ۵۴۰؛ مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۷۲، ح ۹۶ عن أنس وفيه «القَتَاءُ بالرطب» بدل «الرطب بالقَتَاء»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۵۳، ح ۳.
 ۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۴، ح ۵ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عليه السلام، تهذيب الأحكام، ج ۷، ص ۴۳۷، ح ۱۷۴۱ عن أبي بصير، الخصال، ص ۶۳۷، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، تحف العقول، ص ۱۲۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۲۸، ح ۱۰.

دیدم که خرمای تازه را همراه با خیارچنبر می خورَد.

۵/۱۲

گشودن کام نوزاد با خرما

۱۶۲۲. امام علی علیه السلام: کام کودکان خویش را با خرما بگشایید. پیامبر صلی الله علیه و آله با حسن و حسین، چنین کرد.



مرکز تحقیقات و نشر اسلامی

الفصل الثالث عشر

التين

١٦٢٣. مكارم الأخلاق عن أبي ذر: أَهْدِي إِلَى النَّبِيِّ ﷺ طَبَقٌ عَلَيْهِ تَيْنٌ، فَقَالَ لِأَصْحَابِهِ: كُلُوا، فَلَوْ قُلْتُ: فَاكِهَةٌ نَزَلَتْ مِنَ الْجَنَّةِ، لَقُلْتُ هَذِهِ؛ لِأَنَّهَا فَاكِهَةٌ بِلا عَجَمٍ فَكَلُوهَا؛ فَإِنَّهَا تَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ، وَتَنْفَعُ مِنَ النَّقْرِسِ.^١

١٦٢٤. رسول الله ﷺ: كُلُوا التَّيْنَ الرُّطْبَ وَالْيَابِسَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ، وَيَنْفَعُ مِنَ النَّقْرِسِ وَالْإِبْرَدَةِ.^٢

١٦٢٥. الإمام علي عليه السلام: أَكُلُ التَّيْنِ يُلَيِّنُ^٣ السُّدَدَ وَهُوَ نَافِعٌ لِرِيَّاحِ الْقَوْلَنْجِ، فَأَكْثَرُوا مِنْهُ بِالنَّهَارِ، وَكُلُوهُ بِاللَّيْلِ، وَلَا تُكْثَرُوا مِنْهُ.^٤

١٦٢٦. الإمام الرضا عليه السلام: التَّيْنُ يَذْهَبُ بِالْبَخَرِ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ حَتَّى لَا يُحْتَاجَ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ.^٥

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٦، ح ١٢٥١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٦، ح ٤، الفردوس، ج ٣، ص ٢٤٣، ح ٤٧١٦ نحوه، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٢، ح ٢٨٢٨٠.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٧، ح ١٢٥٤ عن كعب، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٦، ح ٦.

٣. في المصدر: «تَلَيِّنُ»، والتصويب من بحار الأنوار.

٤. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٢٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٦، ح ٣.

٥. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٦، ح ١٢٥٢.

فصل سیزدهم

انجیر

۱۶۲۳. مکارم الأخلاق - به نقل از ابوذر - : سینی‌ای از انجیر به پیامبر ﷺ هدیه شد.

به اصحابش فرمود: «بخورید؛ چرا که اگر بنا بود بگویم میوه‌ای از بهشت است، همین میوه را می‌گفتم؛ زیرا میوه‌ای است بدون هسته. آن را بخورید؛ زیرا بواسیر را ریشه‌کن می‌سازد و برای نقرس^۱ سودمند است».

۱۶۲۴. پیامبر خدا ﷺ: انجیر، تازه و خشک، بخورید؛ چرا که بر قدرت همبستری می‌افزاید، بواسیر را ریشه‌کن می‌کند، و برای درمان نقرس و سردی مزاج، سودمند است.

۱۶۲۵. امام علی علیه السلام: خوردن انجیر، انسدادها را نرم می‌کند و برای بادهای قولنج، سودمند است. در روز، از آن فراوان بخورید و آن را در شب هم بخورید؛ اما فراوان، نه.

۱۶۲۶. امام رضا علیه السلام: انجیر، بوی بد دهان را می‌برد، استخوان‌ها را استحکام می‌بخشد، درد را می‌برد و با وجود آن، دیگر به دارویی نیاز نیست.

۱. نقرس، ورمی است همراه با درد که در مفاصل پایین پا و انگشتان، بروز می‌کند (مجمع البحرین: ج ۳ ص ۱۸۲۳).

۱۶۲۷. الکافي عن أحمد بن محمد بن أبي نصر عن الإمام الرضا عليه السلام: التَّيْنُ يَذْهَبُ

بِالْبَخْرِ، وَيَشُدُّ الْفَمَ وَالْعَظْمَ، وَيُنَبِّتُ الشَّعْرَ، وَيَذْهَبُ بِالْدَّاءِ وَلَا يُحْتَاجُ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ.

وقال عليه السلام: التَّيْنُ أَشْبَهُ شَيْءٍ بِنَبَاتِ الْجَنَّةِ.^۱

۱۶۲۸. طَبُّ الْأُئِمَّةِ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَرْفَةَ: كُنْتُ بِخُرَاسَانَ أَيَّامَ الرَّضَا عليه السلام وَالْمَأْمُونِ، فَقُلْتُ

لِلرَّضَا عليه السلام: يَا بْنَ رَسُولِ اللَّهِ، مَا تَقُولُ فِي أَكْلِ التَّيْنِ؟

قَالَ: هُوَ جَيِّدٌ لِلْقَوْلَنِجِ فَكُلُوهُ.^۲

۱۶۲۹. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَرِقَّ قَلْبُهُ، فَلْيُؤَمِّنْ أَكْلَ الْبَلَسِ.^۳

راجع: ج ۱، ص ۳۴۶ (ما یبفع لأوجاع الكبـد / لبن التین).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. الکافي، ج ۶، ص ۳۵۸، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۷۲، ح ۲۲۹۸ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۵، ح ۲.

۲. طَبُّ الْأُئِمَّةِ لِابْنِ بَسْطَامٍ، ص ۱۳۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۵، ح ۳.

۳. غريب الحديث لابن قتيبة، ج ۲، ص ۳۰۳ عن ابن عباس: مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۶، ح ۱۲۵۳ وفيه «في الحديث: من أراد أن يرق قلبه فليؤمِّن من أكل البلس وهو التين» بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۷، ح ۷ نقلًا عن الفردوس عن ابن عباس عليه السلام وزاد في آخره «يعني التين» و ص ۱۸۶، ح ۶.

۱۶۲۷. الکافی - به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر، از امام رضا علیه السلام :- «انجیر، بوی بد دهان را می برد، دهان و استخوان ها را استحکام می بخشد، مو برمی رویاند، درد را می برد و با وجود آن، دیگر به دارویی نیاز نیست».

همچنین فرمود: «انجیر، همانندترین چیز به گیاهان بهشت است».

۱۶۲۸. طب الأئمة علیهم السلام - به نقل از محمد بن عَرفه - : در روزگار امام رضا علیه السلام و مأمون، در خراسان بودم. [یک بار،] از امام رضا علیه السلام پرسیدم: ای پسر پیامبر خدا! درباره انجیر، چه می گویی؟

فرمود: «برای قولنج، سودمند است. آن را بخورید».

۱۶۲۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس دوست دارد دلش نازک باشد، بَلَس^۱ بخورد.^۲

ر.ک: ج ۱، ص ۴۴۷ (انجیر برای دردهای کبد، سودمند است / شیر انجیر).



مرکز تحقیقات کتب و اسناد

۱. علامه مجلسی می گوید: جوهری می گوید: «بَلَس»، چیزی است همانند انجیر که در یمن، فراوان یافت می شود. در قاموس آمده است: «میوه ای است همانند انجیر، و خود انجیر است». در النهایة آمده است: «در حدیث است که: هر کس دوست دارد دلش نازک باشد، پیوسته بلس بخورد. و بَلَس، همان انجیر است. نیز گفته شده: چیزی است همانند انجیر که در یمن پائیده می شود. همچنین گفته اند: همان عدس است. برخی نیز گفته اند: بَلَس، (با ضمه باء و لام) خوانده شود. از همین قبیل است حدیث ابن جریج که در آن گفته: از عطاء درباره زکات غلات پرسیدم. گفت: همه آنها زکات دارند. او پس از آن، از: ذرت، تنباکو، بلس و کنجد، نام برد. برخی هم به جای آن، بلس گفته اند».

می گویم: گویا در این جا مقصود از بلس، همان عدس است؛ چرا که این مضمون، به روایت هایی دیگر نیز نقل شده است. نیز دور نیست که به جای «بلس»، واژه «بلسن» باشد. [فیروزآبادی] در قاموس گفته است: «بلسن» [یر وزن کُنْذَر] همان عدس، یا دانه ای دیگر همانند عدس است (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۱۸۶).

۲. در مکارم الأخلاق آمده است: «در حدیث است که هر کس می خواهد دلش نازک باشد، پیوسته بلس - که همان انجیر است - بخورد». در بحار الأنوار (ج ۶۶ ص ۱۸۷ ح ۷) با افزوده «یعنی انجیر» در آخر آن، آمده است.

الفصل الرابع عشر

الثَّوْمُ

١٦٣٠. رسول الله ﷺ: كُلُوا الثَّوْمَ وَتَدَاوُوا بِهِ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً.^١

١٦٣١. عنه ﷺ - مِنْ وَصَايَاهُ لِعَلِيِّؑ - : يَا عَلِيُّ، كُلِ الثَّوْمَ؛ فَلَوْلَا أَنِّي أَنَا جِي الْمَلِكُ لَأَكَلْتُهُ.^٢

١٦٣٢. الإمام الصادق عليه السلام: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ أَكَلَ هَذِهِ الْبَقْلَةَ فَلَا يَقْرُبَ مَسْجِدَنَا»، وَلَمْ يَقُلْ: إِنَّهَا حَرَامٌ.^٣

١٦٣٣. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَلَّا يُصِيبَهُ رِيحٌ، فَلْيَأْكُلِ الثَّوْمَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ.^٤

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٤، ح ١٣٣٥؛ الفردوس، ج ٣، ص ٢٤٥، ح ٤٧٢١ كلاهما عن الإمام علي عليه السلام، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٧١، ح ٤٠٩٣٩.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٤، ح ١٣٣٦ عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥١، ح ١٤؛ تاريخ دمشق، ج ٦٤، ص ٢٠٤، ح ١٣١٤٥ عن حبة، الفردوس، ج ٥، ص ٣٣٠، ح ٨٢٤١ نحوه وزاد فيه «ثباتاً» بعد «الثوم» وكلاهما عن الإمام علي عليه السلام، كنز العمال، ج ١٥، ص ٤٤٠، ح ٤١٧٢٨.

٣. علل الشرائع، ص ٥٢٠، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٣٣١، ح ٢١٣٢ كلاهما عن داوود بن فرقد، دعائم الإسلام، ج ١، ص ١٥٠ وليس فيه ذيله، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٤٧، ح ٢.

٤. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٤١، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢٥.

فصل چهاردهم

سیر

۱۶۳۰. پیامبر خدا ﷺ: «سیر» بخورید و بدان درمان کنید؛ چرا که درمان هفتاد درد در آن هست.

۱۶۳۱. پیامبر خدا ﷺ: از سفارش های ایشان امام علی علیه السلام: - ای علی! «سیر» بخور. اگر نبود که من با فرشته هم سخن می شوم، «سیر» می خوردم.

۱۶۳۲. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا فرمود: «هر کس این سبزی را خورد، به مسجد ما نزدیک نشود»؛ اما نفرمود: این، حرام است.

۱۶۳۳. امام رضا علیه السلام: هر کس می خواهد بادی دامنگیر او نشود، در هر هفت روز، [یک بار] «سیر» بخورد.

۱. علامه مجلسی می گوید: سیر، بر دو گونه است: بیابانی و باغی. جالینوس می گوید: «گرم و خشک و در زمرة طبع سوم است و برخی هم گفته اند از چهارم». برای رفع تیرگی رنگ خون، سودمند است. شپش و تخم شپش را می کشد و از آن روی که حل کنندگی و خشک کنندگی قوی ای دارد، چنانچه بیش از اندازه پیاز مصرف شود، سردرد می آورد و به چشم زیان می رساند. برای درد پشت و سرین، سودمند است و در برابر گاز گرفتن درندگان، برای افرادی که دارای طبع سرد هستند، کار تریاک را می کند. در کل، برای حفظ سلامت سرد طبعان و پیران، بسیار مفید است؛ حرارت غریزی آنان را تقویت می کند، بادهای سخت را از بدن می برد و برای بهبود ریزش قطره قطره ای پیشاب پیران، سودمند است. بهترین روش آماده کردن آن، این است که در آب و نمک جوشانده، سپس از آب، بیرون آورده و با روغن بادام پخته و آن گاه خورده شود و پس از آن هم انار و سیب، مکیده شود. اگر هم آن را بسوزانند و بسایند و با عسل، خمیر کنند و بر روی محل مارگزیدگی بگذارند، بهبود می بخشد. سیر، در کشتن کرم کدو هم منفعت شگفت آوری دارد (بحار الاثوار: ج ۶۶ ص ۲۵۱).

الفصل الخامس عشر

الجُبْنُ



١٦٣٢. رسول الله ﷺ: كُلُوا الْجُبْنَ؛ فَإِنَّهُ يورِثُ النَّعَاسَ، وَيَهْضِمُ الطَّعَامَ.^١

١٦٣٥. الإمام الصادق عليه السلام: نِعَمَ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ؛ تُعَذِّبُ الْفَمَ، وَتُطَيِّبُ النَّكْهَةَ، وَتَهْضِمُ مَا قَبْلَهُ، وَتُشْهِي الطَّعَامَ، وَمَنْ يَعْتَمِدُ أَكْلَهُ رَأْسَ الشَّهْرِ أَوْشَكَ أَنْ لَا تُرَدَّ لَهُ حَاجَةٌ.^٢

١٦٣٦. الإمام الصادق عليه السلام: نِعَمَ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ؛ يُطَيِّبُ الشَّرْبَةَ^٣، وَيَهْضِمُ مَا قَبْلَهُ، وَيُمرِّئُ مَا بَعْدَهُ.^٤

١. طب النبي ﷺ، ص ١١، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٠٠، مستدرک الوسائل، ج ١٦، ص ٣٧٦، ح ٢٠٢٣٦ وفيه «يذهب» بدل «يورث».

٢. الدرر والواقية، ص ٢٢ عن سماعة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٥، ح ١١.

٣. في بحار الأنوار: «يطيب النكهة».

٤. الدعوات، ص ١٥٢، ح ٤١٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٥، ح ١٠.

فصل پانزدهم

پنیر



۱۶۳۴. پیامبر خدا ﷺ: پنیر بخورید؛ چرا که خواب می‌آورد و غذا را هضم می‌کند.^۱

۱۶۳۵. امام صادق علیه السلام: چه نیکو لقمه‌ای است پنیر! دهان را تر و تازه می‌کند، بوی

دهان را خوش می‌سازد، غذای پیشین را هضم می‌کند و برای پس از

خود، اشتها آور است. هر کس آن را سر هر ماه بخورد، نزدیک است که

هیچ حاجت او بی پاسخ نماند.

۱۶۳۶. امام صادق علیه السلام: پنیر، چه نیکو لقمه‌ای است! نوشیدن انسان را خوش‌بو

می‌سازد، آنچه را پیش از آن هست، هضم می‌کند و آنچه را پس از آن

باشد، دوست‌داشتنی می‌سازد.^۲

۱. در مستدرک الوسائل، به جای «خواب می‌آورد»، «خواب را می‌برد» آمده است.

۲. در بحار الأنوار، به جای «نوشیدن»، «بوی دهان» آمده است.

۱۶۳۷. الإمام الصادق عليه السلام: الْجُبْنُ يَهْضِمُ الطَّعَامَ قَبْلَهُ، وَيُشْهِي بَعْدَهُ.^۱

۲/۱۵

أَكْلُ الْجُبْنِ بِالْجَوْزِ

۱۶۳۸. رسول الله صلى الله عليه وآله: الْجُبْنُ دَاءٌ، فَإِذَا أَكَلَ بِالْجَوْزِ فَهُوَ شِفَاءٌ.^۲

۱۶۳۹. عنه عليه السلام: الْجُبْنُ دَاءٌ، وَالْجَوْزُ دَاءٌ، فَإِذَا اجْتَمَعَا مَعًا صَارَا دَوَاءً.^۳

۱۶۴۰. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّ الْجَوْزَ وَالْجُبْنَ إِذَا اجْتَمَعَا كَانَا دَوَاءً، وَإِذَا افْتَرَقَا كَانَا دَاءً.^۴

۱۶۴۱. عنه عليه السلام: الْجُبْنُ وَالْجَوْزُ إِذَا اجْتَمَعَا فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا شِفَاءٌ، وَإِنْ افْتَرَقَا كَانَ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا دَاءً.^۵

۳/۱۵

أَكْلُ الْجُبْنِ بِالْبُطِيخِ

۱۶۴۲. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَا مِنْ أَمْرَاءٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتِ الْبُطِيخَ بِالْجُبْنِ إِلَّا يَكُونُ مَوْلُودُهَا حَسَنَ الْوَجْهِ وَالْخُلُقِ.^۶

۱۶۴۳. طَبَّ النَّبِيِّ صلى الله عليه وآله: كَانَ عليه السلام يَأْكُلُ الْقِثَاءَ بِالْمِلْحِ، وَيَأْكُلُ الْبُطِيخَ بِالْجُبْنِ.^۷

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۷، ح ۱۹۸۱، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۱، ح ۱۳۹۰ وليس فيه «الطعام»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۰۵، ح ۹.

۲. تاريخ بغداد، ج ۷، ص ۴۰۳ الرقم ۳۹۴۷ عن ابن عباس: بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

۳. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ۶، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۴۰، ح ۳ عن زرارة، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۰۶، ح ۱۴.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۴۰، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۵، ح ۱۹۷۴ و ص ۲۹۸، ح ۱۹۸۳ كلها عن عبد العزيز العبدی، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۸، ح ۳.

۶. بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۹ نقلاً عن طب النبي صلى الله عليه وآله.

۷. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ۱۰، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۹.

۱۶۳۷. امام صادق علیه السلام: پنیر، غذاهای پیش از خود را گوارش می‌دهد و برای پس از خود، اشتها می‌آورد.

۲/۱۵ خوردن پنیر با گردو

۱۶۳۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: پنیر، درد است؛ اما چون با گردو خورده شود، درمان است.

۱۶۳۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: پنیر، درد است، گردو هم درد است؛ اما چون با هم در یک جا جمع گردند، درمان می‌شوند.

۱۶۴۰. امام صادق علیه السلام: گردو و پنیر، چون با هم یک جا جمع شوند، درمان‌اند؛ اما اگر از هم جدا باشند، درد می‌شوند.

۱۶۴۱. امام صادق علیه السلام: پنیر و گردو، چون با هم یک جا جمع شوند، در هر یک از آنها درمان است؛ اما اگر از هم جدا شوند، در هر یک از آنها درد است.

مرکز تحقیقات کبیر پزشکی

بیان

علامة مجلسی می‌گوید:

شاید این نهی، به پنیر تازه نمک‌نازده اختصاص داشته باشد که در آن سرزمین‌ها رواج داشته و دارای طبعی سرد است، که گردو با حرارت خویش، آن را تعدیل می‌کند.

۳/۱۵ خوردن پنیر با خربزه

۱۶۴۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هیچ زن بارداری نیست که خربزه با پنیر بخورد، مگر آن‌که کودکش خوش‌روی و خوش‌خوی شود.

۱۶۴۳. طب‌النبی صلی الله علیه و آله: پیامبر صلی الله علیه و آله خیار را با نمک، و خربزه را با پنیر می‌خورد.

٤/١٥

مَضَارُّ الْجُبْنِ^١

١٦٣٣. رسول الله ﷺ: عَشْرُ خِصَالٍ تَوْرِثُ النَّسْيَانَ: أَكْلُ الْجُبْنِ وَ.....^١

١٦٣٥. الإمام الصادق عليه السلام: لَئِنْ كَانَ الْجُبْنُ يَضُرُّ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَلَا يَنْفَعُ، فَإِنَّ السُّكْرَ يَنْفَعُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَلَا يَضُرُّ مِنْ شَيْءٍ^٢.

١٦٣٦. الكافي: رُويَ أَنَّ مَضْرَّةَ الْجُبْنِ فِي قِشْرِهِ^٣.

٥/١٥

الْجُبْنُ فِي الْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ

١٦٣٧. الكافي: عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ الْفَضْلِ الثَّيْسَابُورِيِّ عَنْ بَعْضِ رِجَالِهِ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ: سَأَلَهُ رَجُلٌ عَنِ الْجُبْنِ فَقَالَ: دَاءٌ لَا دَوَاءَ فِيهِ. فَلَمَّا كَانَ بِالْعَشِيِّ دَخَلَ الرَّجُلُ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَنَظَرَ إِلَى الْجُبْنِ عَلَى الْخَوَانِ، فَقَالَ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! سَأَلْتُكَ بِالْغَدَاةِ عَنِ الْجُبْنِ، فَقُلْتَ لِي: إِنَّهُ هُوَ الدَّاءُ الَّذِي لَا دَوَاءَ لَهُ، وَالسَّاعَةَ أَرَاهُ عَلَى الْخَوَانِ!

قَالَ: فَقَالَ لِي: هُوَ ضَارٌّ بِالْغَدَاةِ نَافِعٌ بِالْعَشِيِّ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الظُّهْرِ^٤.

١. طب النبي ﷺ، ص ٦٦، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٥. انظر تمام الحديث في: ج ١، ص ٢٥٤، ح ٣٨٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٣، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٠٢، ح ٢٠٠١ كلاهما عن عبد العزيز العبدى، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٩، ح ٥.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٠ ذيل ح ٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٦، ح ١٢.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٠، ح ٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٦، ح ١٢.

۴/۱۵

زیان‌های پنیر

۱۶۴۴. پیامبر خدا ﷺ: ده چیز، فراموشی می‌آورد: خوردن پنیر...^۱

۱۶۴۵. امام صادق ﷺ: اگر که پنیر برای هر چیزی زیانبار است و هیچ سودی ندارد، شکر برای هر چیزی سودمند است و برای هیچ چیز، زیانی ندارد.

۱۶۴۶. الکافی: روایت شده که زیانباری پنیر، در پوست آن^۲ است.

۵/۱۵

خوردن پنیر در صبحگاهان و شامگاهان

۱۶۴۷. الکافی - به نقل از محمد بن فضل نیشابوری، از یکی از مردانش - : مردی درباره پنیر از امام صادق ﷺ پرسید.

فرمود: «دردی است. درمانی هم در آن نیست».

چون شامگاهان فرا رسید، همان مرد بر امام صادق ﷺ وارد شد و نگاه خود را به پنیری که بر سفره بود، افکند و پرسید: قربانت شوم! صبحگاهان، از تو درباره پنیر پرسیدم و به من گفتی: آن، درد است و درمانی در آن نیست؛ اما اکنون، آن را بر سفره می‌بینم؟!

فرمود: «پنیر، صبحگاهان، زیانبار و شامگاهان، سودمند است و آب کمر را افزون می‌سازد».

۱. برای دیدن متن کامل این حدیث، ر.ک: ج ۱، ص ۲۵۵ ح ۳۸۳.

۲. شاید مقصود از پوست پنیر، لایه‌ای باشد که به هنگام خشک شدن، روی آن قرار می‌گیرد؛ چرا که در زبان عربی، واژه «قشر» به معنای پوسته هر چیز است، خواه در خلقت اولیه آن باشد و خواه به پدید آمدن بعد (الوافی: ج ۱۹ ص ۳۵۶).

در حاشیه نسخه چاپی منبع، آمده است: همان‌گونه که فرموده‌اند، مقصود از پوست پنیر، همان قسمتی است که با دست، تماس می‌گیرد. این احتمال هم وجود دارد که مقصود از آن، پوسته پنیرمایه باشد (حاشیه منبع).

الفصل السادس عشر

الجرجيرة

١/١٦

مَا رَوَى فِي أَهْلِ الْجَرْجِيرِ

١٦٢٨. رسول الله ﷺ: أَكْرَهُ الْجَرْجِيرَ، وَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى شَجَرَتِهَا نَابِتَةً فِي جَهَنَّمَ، وَمَا تَضَلَّعَ مِنْهَا رَجُلٌ بَعْدَ أَنْ يُصَلِّيَ الْعِشَاءَ إِلَّا بَاتَ فِي تِلْكَ اللَّيْلَةِ وَنَفْسُهُ تُنَازِعُهُ إِلَى الْجَذَامِ^١.

١٦٢٩. الإمام الباقر عليه السلام: الْجَرْجِيرُ شَجَرَةٌ عَلَى بَابِ النَّارِ^٢.

١٦٥٠. الإمام الصادق عليه السلام: لِيَنِي أُمِّيَّةٌ مِنَ الْقَوْلِ الْجَرْجِيرِ^٣.

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٤، ح ٢٠٩٧ عن حماد بن زكريا عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٦، ح ٢.

٢. المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٤، ح ٢٠٩٦ عن جابر، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٦، ح ١.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٥، ح ٢١٠٢ عن علي بن أبي حمزة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٧، ح ٤.

فصل شانزدهم

جرجیر

۱/۱۶

آنچه در کتبش جرجیر روایت شده

۱۶۴۸. پیامبر خدا ﷺ: من، جرجیر را خوش نمی‌دارم و گویا درخت آن را می‌نگرم که در دوزخ، روییده است. هیچ کس پس از گزاردن نماز عشا، درون را از آن پُر نمی‌سازد، مگر این که آن شب را در حالی به خواب می‌رود که جان او تا صبح با جذام، دست و پنجه نرم می‌کند.
۱۶۴۹. امام باقر علیه السلام: جرجیر، درختی بر در دوزخ است.
۱۶۵۰. امام صادق علیه السلام: سهم بنی امیه از سبزی‌ها، جرجیر است.

-
۱. جرجیر، گیاهی است که بر آب می‌روید، دارای برگ‌های بریده‌بریده و ساقه سفید است و نوعی از آن، دشتی و نوع دیگر، پستانی (باغی) است (القانون فی الطب: ص ۵۶).
- گیاهی است دارای گل‌های سفید ریز و برگ‌های مرکب و سبز پُررنگ. در خشکی، در مناطق معتدل اروپا و آسیا در نزدیکی چشمه‌ها و آبگیرها می‌روید. در سالاد از آن استفاده می‌شود و به آن، مزه‌ای لذیذ می‌دهد (المنجد: ص ۸۴).
- علامه مجلسی می‌گوید: آنچه از کتاب‌های بیشتر اطناباً برمی‌آید، این است که آنچه در فارس به نام تره‌تیزک [یا شاهی] شناخته شده، همان «جرجیر» عربی نیست؛ بلکه «رشاد» عربی است. ابن بیطار گوید: «جرجیر، دارای دو نوع است: پستانی (باغی) و دشتی، و هر یک از آنها نیز برای خود، »

٢/١٦

مَا رَوَى فِي النَّهْيِ عَنْ أَكْلِ الْجَرَجِيرِ فِي اللَّيْلَةِ

١٦٥١. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ ثُمَّ نَامَ، يُنَارِعُهُ عِرْقُ الْجُدَامِ فِي أَنْفِهِ^١.

١٦٥٢. الإمام الصادق عليه السلام: أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ يورِثُ الْبَرَصَ^٢.

١٦٥٣. عنه عليه السلام: مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ ضَرَبَ عَلَيْهِ عِرْقُ الْجُدَامِ مِنْ أَنْفِهِ وَبَاتَ يُنَزِفُ الدَّمَ^٣.

١٦٥٤. عنه عليه السلام: مَا تَضَلَّعَ الرَّجُلُ مِنَ الْجَرَجِيرِ بَعْدَ أَنْ يُصَلِّيَ الْعِشَاءَ الْآخِرَةَ، فَبَاتَ تِلْكَ اللَّيْلَةَ إِلَّا وَنَفْسُهُ تُنَارِعُهُ إِلَى الْجُدَامِ^٤.



مَآئِرُكَ الْأَخْبَارُ السَّالِفَةُ

١٦٥٥. الكافي عن نصير مولى أبي عبد الله عن^٥ مُوَفَّقِ مَوْلَى أَبِي الْحَسَنِ عليه السلام: كَانَ مَوْلَايَ أَبُو الْحَسَنِ عليه السلام إِذَا أَمَرَ بِشِرَاءِ الْبَقْلِ يَأْمُرُ بِالْكَثَارِ مِنْهُ وَمِنَ الْجَرَجِيرِ، فَيُشْتَرَى لَهُ، وَكَانَ يَقُولُ عليه السلام:

١. الدعوات، ص ١٦٠، ح ٤٤١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٧، ح ٧.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٠، ح ١٣١٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٧، ح ٧.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٨، ح ٢ عن السكوني، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٤، ح ٢٠٩٨ من دون إسناد إلى المعصوم، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٠، ح ١٣١٥ وليس فيه «وبات ينزف الدم»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٦، ح ٢.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٨، ح ١ عن حماد بن زكريا.

٥. في المحاسن، «عن نصير مولى أبي عبد الله عليه السلام أو موفق مولى أبي الحسن عليه السلام». وفي بحار الأنوار: «أو عن موفق».

۲/۱۶

آنچه دینی از خوردن چرجیر بهنگام شب رسیده است

۱۶۵۱. پیامبر خدا ﷺ: هر کس چرجیر بخورد و بخوابد، رگ جذام در بینی او با آن درمی آویزد.

۱۶۵۲. امام صادق ﷺ: خوردن چرجیر در هنگام شب، پیسی می آورد.

۱۶۵۳. امام صادق ﷺ: هر کس شبانگاه چرجیر بخورد، رگ جذام، از بینی وی بر آن یورش می آورد و آن شب را شب خونریزی می کند.

۱۶۵۴. امام صادق ﷺ: هیچ کس پس از گزاردن نماز عشا، درون را از چرجیر پر نمی کند و بر آن نمی خوابد، مگر این که جان وی او را به سوی جذام می کشاند.

۳/۱۶

آنچه احادیث پیشین اوردی کند

۱۶۵۵. الکافی - به نقل از نصیر (خدمتکار امام صادق ﷺ)، از موفق^۱ (خدمتکار امام کاظم ﷺ) - : آقای من، امام کاظم ﷺ، چون به خریدن سبزی فرمان می داد، می فرمود: «از آن و همچنین از چرجیر، فراوان تهیته شود». آنها را برای ایشان می خریدند و ایشان می فرمود:

« دو نوع دارد. یکی از دو نوع چرجیر بستانی، دارای برگ های پهن و پسته ای رنگ است، تندی کمتری دارد و نرم و خوش بو است؛ اما نوع دیگر آن، دارای برگ های نازک است و طعم بسیار تندی دارد».

[بدیعی] در الاختیارات گفته است: «چرجیر، دارای دو نوع: دشتی و باغی است. چرجیر دشتی را آیهقان، و چرجیر باغی را در زبان فارسی، گیگر گویند. چرجیر دشتی را خردل بزی هم می گویند و از بذر آن، به جای خردل استفاده می کنند». همو گفته است: «رشاد، همان حُرف عربی است که در فارسی، آن را سپندان و تره نیزک نیز می گویند» (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۳۸).

۱. در المحاسن آمده است: «از نصیر (خدمتکار امام صادق ﷺ) یا موفق (خدمتکار امام کاظم ﷺ) ... و در بحار الأنوار آمده است: «... یا از موفق ...».

ما أَحَمَقَ بَعْضَ النَّاسِ! يَقُولُونَ: إِنَّهُ يَنْبُثُ فِي وَادٍ فِي جَهَنَّمَ، وَاللَّهُ عَزَّ
يَقُولُ: ﴿وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْجِجَارَةُ﴾^۱ فَكَيْفَ تُنْبِثُ الْبَقْلَ.^۲



۱. البقرة: ۲۴، التحريم: ۶.

۲. الکافی ج ۶، ص ۳۶۸، ح ۴، المحاسن ج ۲، ص ۳۲۵، ح ۲۱۰۳ وفيه «كان إذا أمر بشيء من البقل يأمرنا بالإكثار من الجرجير...» بحار الأنوار ج ۶۶، ص ۲۳۷، ح ۵.

«چه قدر سُبک خَرَدند برخی از مردم، که می گویند جرجیر، در یکی از دره های جهنم می روید، در حالی که خداوند می فرماید: «هیزم آن، مردمان و سنگ هایند»^۱. پس چگونه آن جا سبزی می روید»^۲؟

بیان

همان گونه که ملاحظه شد، احادیثی که درباره جرجیر نقل شده، بر سه گونه اند:

۱. احادیثی که جرجیر را «گیاه دوزخ» می نامند و بر این تصریح می کنند که این گیاه، از آن امویان است؛ یعنی دشمنان اهل بیت، آن را می خورند.
۲. احادیثی که از خوردن جرجیر به هنگام شب یا پیش از خفتن، نهی می کنند.

۳. حدیثی که در آن، امام علیه السلام به صراحت، نامیده شدن این گیاه را به «گیاه دوزخ»، رد کرده و حتی به تهیة مقدار فراوان تری از آن برای خوراک شخصی خود، فرمان داده است.

به نظر می رسد که احادیث دسته نخست، افزون بر ضعف سند، به سبب استدلال موجود در احادیث اخیر، قابل قبول نیستند. وانگهی، اگر فرض کنیم که گیاهی، امکان رویش در کنار دوزخ را دارد، یا غذایی را دشمنان اهل بیت مصرف می کنند، آیا چنین گیاه و غذایی، نکوهیده خواهند بود و دوستداران اهل بیت، نباید از آنها بخورند؟

اما احادیث دسته دوم، احادیثی هستند که به طور اصولی، درباره سند و دلالت آنها اشکالی وجود ندارد. از همین رو، پرهیز از خوردن این گیاه در هنگام شب یا پیش از خواب، با احتیاط طبعی، موافق است، مگر در صورتی که خلاف قطعی این امر، به روش علمی اثبات شود و از این طریق، به عدم صدور این احادیث نیز اطمینان حاصل گردد.

۱. بقره: آیه ۲۴، تحریم: آیه ۶.

۲. در المحاسن، آمده است: «هنگامی که دستور خریدن سبزی ای می داد، به ما می فرمود که جرجیر فراوان بگیریم».

الفصل السابع عشر

الجزر

١٦٥٦. الإمام الصادق عليه السلام: الجزر أمانٌ مِنَ القولنج والبواسير، ويُعينُ عَلَى الجماع.^١

١٦٥٧. عنه عليه السلام: أكل الجزر يُسخنُ الكليتين، ويُقيمُ الذكر.^٢

١٦٥٨. مكارم الأخلاق عن داوود بن فرقد: دخلتُ عَلَى أبي عبد الله عليه السلام^٣ وَبَيْنَ يَدَيْهِ

جزرٌ، قَالَ: فَتَنَاوَلْنِي جَزْرَةً، وَقَالَ: كُلْ.

فَقُلْتُ: إِنَّهُ لَيْسَ لِي طَوَاجِنُ!

فَقَالَ: أَمَا لَكَ جَارِيَةٌ؟

قُلْتُ: بَلَى.

قَالَ: مُرْهَا أَنْ تَسْلُقَهُ لَكَ وَكُلَّهُ؛ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ، وَيُقِيمُ الذَّكَرَ.^٤

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٢، ح ٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٩، ح ١٣٥٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٩، ح ٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٢، ح ١ عن داوود بن فرقد.

٣. في المحاسن، «دخلت عليه»، ويفهم من سياقه أنَّ الضمير يرجع إلى الإمام الكاظم عليه السلام.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٩، ح ١٣٥٧، المحاسن، ج ٢، ص ٣٣٢، ح ٢١٣٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٩، ح ٢.

فصل هفدهم

زردک

۱۶۵۶. امام صادق علیه السلام: زردک، مایه ایمنی از قولنج و بواسیر است و توان نزدیکی را تقویت می کند.

۱۶۵۷. امام صادق علیه السلام: خوردن زردک، کلیه ها را گرم می کند و آلت را راست می گرداند.

۱۶۵۸. مکارم الأخلاق - به نقل از داوود بن فرقد - : بر امام صادق علیه السلام^۱ وارد شدم، در حالی که قدری زردک نزد ایشان بود. امام علیه السلام زردکی به من داد و فرمود: «بخور».

گفتم: من دندان آسیاب ندارم.

فرمود: «آیا کنیز نداری؟».

گفتم: چرا.

فرمود: «به او بگو آن را برایت آب پز کند. سپس آن را بخور؛ چرا که کلیه ها را گرم می کند و آلت را راست می گرداند».

۱. در کتاب المحاسن، عبارت «فَخَلَّتْ عَلَيْهِ» (بر او وارد شدم) آمده و از سیاق آن، چنین فهمیده می شود که ضمیر در «علیه»، به امام کاظم علیه السلام بر می گردد.

۱۶۵۹. الکافی عن داوود بن فرقان: سَمِعْتُ أَبَا الْحَسَنِ عليه السلام يَقُولُ: أَكُلُ الْجَزَرِ يُسَخِّنُ
الْكُلَيْتَيْنِ، وَيَنْصِبُ الذِّكْرَ. قَالَ: فَقُلْتُ لَهُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! كَيْفَ آكُلُهُ وَلَيْسَ لِي
أَسْنَانٌ؟

قَالَ: فَقَالَ لِي: مَرِّ الْجَارِيَةَ تَسْلُقُهُ وَكُلْهُ. ۱



۱. الکافی، ج ۶، ص ۲۷۲، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۲، ح ۲۱۳۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۱۸، ح ۱
و ج ۱۰۴، ص ۸۲، ح ۲۸.

۱۶۵۹. الکافی - به نقل از داوود بن فرق - : از امام کاظم علیه السلام شنیدم که می فرمود: «خوردن زردک، کلیه ها را گرم می کند و آلت را راست می گرداند».

به ایشان گفتم: فدایت شوم! در حالی که دندان ندارم، چگونه آن را بخورم؟

به من فرمود: «به کنیز خود بگو آن را برای آب پز کند. سپس آن را بخور».



الفصل الثامن عشر

الجوز

١٦٦٠. الإمام عليّ عليه السلام: أَكُلُ الْجَوْزِ فِي شِدَّةِ الْحَرِّ؛ يُهَيِّجُ الْحَرَّ فِي الْجَوْفِ، وَيُهَيِّجُ الْقُرُوحَ عَلَى الْجَسَدِ، وَأَكْلُهُ فِي الشِّتَاءِ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ، وَيُدْفَعُ الْبَرْدَ.^١

راجع : ج ٢، ص ٢٦٦ (أكل الجبن بالجوز).

ج ١، ص ٢٢٢ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / الجوز المشوي).
ج ٢، ص ٢٢٢، ح ١٧٥٦.

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٠، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٧، ح ١٩٨٢ عن السكوني عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١١، ح ١٢٩١ عن الإمام الصادق عليه السلام وليس فيه «يهيج الحر في الجوف»، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٨١، ج ٦٦، ص ١٩٨، ح ٢.

فصل هجدهم

گردو

۱۶۶۰. امام علی علیه السلام: خوردن گردو در گرمای شدید، حرارت را در بدن برمی انگیزد و زخم‌های تن را تحریک می‌کند؛ اما خوردن آن در زمستان، کلیه‌ها را گرم می‌کند و سرما را می‌راند.  مرکز تحقیقات طب اسلامی

ر.ک: ج ۲، ص ۲۶۷ (خوردن پنیر با گردو).

ج ۱، ص ۴۳۳ (آنچه برای برخی دردهای شکم، سودمند است / گردوی تفه داده).

ج ۲، ص ۳۳۳ ح ۱۷۵۶.

الفصل التاسع عشر

الحَرَمُ الْمَكْرَمُ

١٦٦١. رسول الله ﷺ: مَنْ شَرِبَ الْحَرَمَ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً كُلَّ يَوْمٍ مِثْقَالاً، لَاسْتَنَارَ الْحِكْمَةُ فِي قَلْبِهِ، وَعُوفِيَ مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ دَاءً، أَهْوَنُهُ الْجُدَامُ.^١

١٦٦٢. عنه ﷺ: مَا أَنْبَتَ الْحَرَمُ مِنْ شَجَرَةٍ وَلَا وَرْقَةٍ وَلَا ثَمَرَةٍ إِلَّا وَمَلَكَ مُوَكَّلٌ بِهَا، حَتَّى تَصِلَ إِلَى مَنْ وَصَلَتْ إِلَيْهِ أَوْ تَصِيرَ حُطَاماً. وَإِنَّ فِي أَصْلِهَا وَفُرُوعِهَا لَسِرّاً، وَإِنَّ فِي حَبِّهَا الشِّفَاءَ مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ دَاءً، فَتَدَاوُوا بِهَا وَبِالْكُنْذَرِ.^٢

١. بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٥، ح ٥ نقلًا عن الفردوس.

٢. طب الأئمة لابني بطام، ص ٦٧ عن زيد بن علي رفعه إلى أبيائه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٢.
ح ١٣٧٥ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٣، ح ١.

فصل نوزدهم

هزار اسپند

۱۶۶۱. پیامبر خدا ﷺ: هر کس به مدت چهل روز، هر صبح، یک مثقال هزار اسپند^۱ حل شده در آب بخورد، نور حکمت در دلش روشن می شود و از هفتاد و دو بیماری که کمترین آنها جذام است، ایمنی می یابد.

۱۶۶۲. پیامبر خدا ﷺ: هزار اسپند، هیچ بوته و برگ و میوه ای نمی رویاند، مگر این که فرشته ای بر آن [بوته و برگ و میوه] گماشته شده است، تا زمانی که بدان کس که می رسد، برسد یا خرد شود.

در تنه و ریشه های آن، رازی نهفته است و در دانه آن، درمان هفتاد و دو درد است. با آن و با گنذر، درمان کنید.

۱. هزار اسپند: خرمل، اسفند، سفند، اسپند و سپند سوختنی. چیزی است که سوزند دفع چشم زخم را. حمد الله مستوفی گوید: «حرمل: سپند و در دفع چشم بد، سپند سوختن، مجرب است» و صاحب الاختیارات گوید: «ابن سمحون گوید: دو نوع است: سرخ و سفید؛ و نوع سپید، که خرمل عربی خوانند و به یونانی مولی و در پارسی، صندل و انج، و ورق آن، مانند ورق بید بود و کوچک تر، و گل وی، مانند یاسمن، مطلق و سپید و خوش بوی بود و به سریانی بسپاسا خوانند. و نوع دیگر، سرخ که حرمل عامی خوانند و در پارسی، اسپند گویند و به شیرازی نیوند و هزار اسپند نیز گویند» (ر.ک: لغت نامه دهخدا: ج ۶ ص ۷۷۹).

١٦٦٣. الإمام علي عليه السلام: ما من شجرة حرملٍ نبتت إلا ومعها ملائكة يحرسونها، حتى تصل إلى من وصلت. وفي أصل الحرملِ نثرة، وفي فرعهِ شفاءٌ من اثنين وسبعين داءً.^١

١٦٦٤. الإمام الصادق عليه السلام - وقد سُئِلَ عَنِ الْحَرْمَلِ وَاللَّبَانِ فَقَالَ -: أَمَّا الْحَرْمَلُ فَمَا يُقْلَقُ لَهُ عِرْقٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فَرْعٌ فِي السَّمَاءِ، إِلَّا وَكَلَّ بِهِ مَلَكٌ حَتَّى يَصِيرَ حُطَاماً وَيَصِيرَ إِلَى مَا صَارَتْ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ لَيَتَنَكَّبُ سَبْعِينَ دَاراً دُونَ الدَّارِ الَّتِي هُوَ فِيهَا، وَهُوَ شِفَاءٌ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً أَهْوَنُ الْجُدَامِ، فَلَا تَغْفُلُوا عَنْهُ.^٢

١٦٦٥. مكارم الأخلاق عن محمد بن الحكم: شكا نبيي إلى الله ﷻ جُبن أُمّتي، فأوحى الله ﷻ إليهِ: مَرُّ أُمَّتِكَ بِأَكْلِ الْحَرْمَلِ.

وفي رواية: مُرَّهُمْ فَلْيَسْفُوا الْحَرْمَلَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ الرَّجُلَ شَجَاعَةً.^٣

راجع: ج ١، ص ٥٩٦ (ما ينفع لعلاج تقطير البول).

مرکز تحقیقات طب و تریاک

١. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٥٠، ح ٥٣٥، الجعفریات، ص ٢٤٤ عن الإمام الكاظم عن آبائه عنه عليه السلام وفيه «سيرة» بدل «نشرة».

٢. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٦٨، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٤، ح ١٣٧٧ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٤، ح ٢.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٤، ح ١٣٧٦، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٤، ح ٣.

۱۶۶۳. امام علی علیه السلام: هیچ بوته‌ای از بوته‌های هزار اسپند نمی‌روید، مگر این که فرشتگانی با آن هستند و آن را تا هنگامی که بدان کس که می‌رسد، برسد، حفاظت می‌کنند. ریشه هزار اسپند، نشاط‌آور و شاخه آن، درمان هفتاد و دو درد است.

۱۶۶۴. امام صادق علیه السلام - در پاسخ پرسشی درباره هزار اسپند و کُنْدَر - : اما هزار اسپند، هیچ ریشه‌ای از آن در زمین فرو نمی‌رود و هیچ شاخه‌ای از آن به آسمان بلند نمی‌شود، مگر این که خداوند تعالی فرشته‌ای را بر آن می‌گمارد، تا آن هنگام که خشک می‌شود یا به سرنوشتی دیگر در می‌آید.

شیطان نیز از خانه‌ای که در آن، هزار اسپند است، هفتاد خانه دور می‌شود. و آن، شفای هفتاد بیماری است که کمترین آنها، جذام است. پس، از آن غفلت نورزید.

۱۶۶۵. مکارم الأخلاق - به نقل از محمد بن حکم - : یکی از پیامبران الهی از ترسو بودن امت خود، به درگاه خداوند تعالی تالید. خداوند تعالی به او چنین وحی فرستاد: «به امت فرمان بده که هزار اسپند بخورند».

در روایتی دیگر است: «به آنان بفرما که هزار اسپند بگیرند و بخورند؛ چرا که مرد را شجاعت می‌افزاید».

ر.ک: ج ۱، ص ۵۹۷ (آنچه برای درمان ریزش قطره قطره پیشاب، سودمند است).

الفصل العشرون

الحُلْبَةُ

١٦٦٦. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْحُلْبَةِ وَلَوْ بَيْعَ وَزْنِهَا ذَهَباً.^١

١٦٦٧. عنه ﷺ: تَدَاوُوا بِالْحُلْبَةِ؛ فَلَوْ تَعْلَمُ أُمَّتِي مَا لَهُمْ فِي الْحُلْبَةِ، لَتَدَاوَوْا بِهَا وَلَوْ بِوَزْنِهَا ذَهَباً.^٢

١٦٦٨. الإمام الكاظم عليه السلام: مِنَ الرِّيحِ الشَّائِكَةِ وَالْحَامِّ وَالْإِبْرَدَةِ فِي الْمَفَاصِلِ، تَأْخُذُ

١. جامع الأحاديث للقمي، ص ١٠٠، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٢٣، ح ١.

٢. الجعفریات، ص ٢٤٥ عن الإمام الكاظم عن آبائه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٧، ح ١٣٨٠، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٥٠، ح ٥٢٤، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٢٣، ح ٣.

فصل بیستم

شنبليله

۱۶۶۶. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد شنبليله^۱، هر چند همسنگ طلا فروخته شود.

۱۶۶۷. پیامبر خدا ﷺ: به شنبليله درمان بجوئيد. اگر امت من می دانستند که شنبليله برایشان چه سودهایی دارد، با آن درمان می کردند، هر چند همسنگ آن، طلا می دادند.

۱۶۶۸. امام کاظم ع: برای درمان بادِ شابه و حام^۲ و سردی ای که مفاصل را در

۱. شنبليله گیاهی است دارای دانه های زرد. برای درمان، از آن استفاده می گردد و کاشته و خورده می شود. برای درد سینه، سرفه، نفس تنگی، بلغم، بواسیر و درد پست، کبد و مثانه، و برای تقویت توان جنسی سودمند است (تاج العروس: ج ۱ ص ۴۳۹).

۲. علامه مجلسی در شرح این حدیث، چنین آورده است: گویا مقصود از «شابه» بادی است که میان پوست و گوشت، رخ می نماید و آنها را به هم پیوند می زند، یا مقصود، بادی است همانند قولنج که در پست و جاهای دیگر، رخ می نماید و در نتیجه انسان نمی تواند حرکت کند.

برای واژه «حام»، معنایی سراغ نداریم. گویا این واژه، «خام» (با حرف خ) است، به معنای بلغم خام که هنوز به پختگی نرسیده است. شاید هم مقصود از آن، بادی است که پیوسته در بدن شخص جای گرفته باشد، برگرفته شده از «حام الطیر علی الشیء»، یعنی پرنده در جایی مسکن گرفت.

در باره «ابرده»، فیروز آبادی می گوید: «سردی ای در درون است». نیز در النهایه گفته است: «ابرده» (با کسره همزه و راء) بیماری ای است شناخته شده که از چیرگی پرودت و رطوبت بر طبع، حاصل می آید و «

كَفَّ حُلْبَةً وَكَفَّ تَيْنٍ يَابِسٍ تَغْمُرُهُمَا بِالْمَاءِ وَتَطْبُخُهُمَا فِي قِدْرِ نَظِيفَةٍ، ثُمَّ تُصَفَّى
ثُمَّ تُبَرَّدُ، ثُمَّ تَشْرَبُهُ يَوْمًا وَتَغْبُ يَوْمًا، حَتَّى تَشْرَبَ مِنْهُ تَمَامَ أَيَّامِكَ قَدَرِ قَدَحٍ
رَوِي^۱.



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱: الکافی، ج ۸، ص ۱۹۱، ح ۲۲۱ عن بکر بن صالح، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۸۷، ح ۳.

بر می‌گیرد و بدانها درمی‌پیچد، یک مشت شنبلیله و یک مشت انجیر خشک برمی‌داری و در آب می‌خیسانی و در دیگی تمیز می‌پزی. سپس آن را از صافی می‌گذرانی و آن‌گاه سرد می‌کنی و یک روز در میان، از آن می‌خوری و این کار را تا هنگامی که یک کاسه پُر مصرف شود، ادامه می‌دهی.



✽ انسان را از آمیزش، ناتوان می‌سازد.

در القانون آمده است: «شنبلیله در آخر فصل نخست، گرم و در طول فصل نخست، خشک است؛ از رطوبتی شگفت، تهی نیست؛ نضج‌دهنده و نرم‌کننده است؛ ورم‌های بلغمی و پستی را از میان می‌برد؛ شکم کلن‌ها را نرم می‌کند و به آستانه باز شدن می‌رساند؛ سینه و حلق را نرم می‌کند و پویژه هنگامی که با عسل یا خرما و یا انجیر پخته شود، سرفه و نفس‌تنگی را فرو می‌نشاند. بهتر، آن است که شنبلیله را با قدری خرما بیامیزند و بفشردند و عصاره آن را بگیرند و سپس با مقدار زیادی عسل درآمیزند و آن‌گاه بر روی حرارتی معتدل، گرم کنند و قبل از غذا (با فاصله زیاد) آن را بخورند. پخته آن در سرکه، برای ضعف معده، سودمند است و آب‌پز شده آن نیز برای دل‌پیچه و شکم‌زوی، خوب است» (بحار الأنوار: ج ۶۲ ص ۱۸۷ ح ۳).

الفصل الحادي والعشرون

الحلواء

١٦٦٩. رسول الله ﷺ: الْمُؤْمِنُ عَذْبٌ يُحِبُّ الْعَذْوَةَ، وَالْمُؤْمِنُ حُلُوٌّ يُحِبُّ الْحَلَاوَةَ.^١
١٦٧٠. عنه ﷺ: قَلْبُ الْمُؤْمِنِ حُلُوٌّ يُحِبُّ الْحَلَاوَةَ.^٢
١٦٧١. عنه ﷺ: إِنَّ فِي بَطْنِ الْمُؤْمِنِ زَاوِيَةً لَا يَمْلُؤُهَا إِلَّا الْحَلَوَاءُ.^٣
١٦٧٢. الإمام عليّ عليه السلام: إِنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ لَا يَرُدُّ الطَّيِّبَ وَالْحَلَوَاءُ.^٤
١٦٧٣. الإمام الكاظم عليه السلام: إِنَّا أَهْلُ بَيْتٍ يُحِبُّ الْحَلَوَاءُ.^٥
١٦٧٤. الكافي عن هارون بن مَوْفَّق المديني: بَعَثَ إِلَيَّ الْمَاضِي عليه السلام يَوْمًا فَأَكَلْتُ عَنْدَهُ، وَأَكْثَرَ مِنَ الْحَلَوَاءِ، فَقُلْتُ: مَا أَكْثَرَ هَذِهِ الْحَلَوَاءِ!
- فَقَالَ ﷺ: إِنَّا وَشِيعَتُنَا خُلِقْنَا مِنَ الْحَلَاوَةِ؛ فَنَحْنُ نُحِبُّ الْحَلَوَاءَ.^٦

١. المحاسن، ج ٢، ص ١٧٥، ح ١٤٩٢ عن أبي الحسن الأحمسي عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٥، ح ٢.

٢. تاريخ بغداد، ج ٣، ص ١١٣، ح ١١٢٢ عن أبي موسى، كنز العمال، ج ١، ص ١٤٦، ح ٧١٢: طَبَّ النَّبِيُّ ﷺ.

ص ٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٥.

٣. مجمع البيان، ج ٣، ص ٣٦٥، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ١١٣.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٥١٣، ح ٤ عن عيسى بن عبد الله عن أبيه عن جده.

٥. المحاسن، ج ٢، ص ١٧٦، ح ١٤٩٦ عن علي بن أبي حمزة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٦، ح ٥.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٢١، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ١٧٥، ح ١٤٩٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٥، ح ٣.

فصل بیست و یکم شیرینی

۱۶۶۹. پیامبر خدا ﷺ: مؤمن، نوشین است و نوشین را دوست دارد، و مؤمن،

شیرین است و شیرینی را دوست دارد.

۱۶۷۰. پیامبر خدا ﷺ: دل مؤمن، شیرین است و او شیرینی را دوست دارد.

۱۶۷۱. پیامبر خدا ﷺ: در دل مؤمن، گنجی است که جز شکرینه، آن را پُر نمی‌کند.

۱۶۷۲. امام علی علیه السلام: پیامبر ﷺ، عطر و شیرینی را بر نمی‌گرداند.

۱۶۷۳. امام کاظم علیه السلام: ما خاندانی هستیم که شیرینی را دوست داریم.

۱۶۷۴. الکافی - به نقل از هارون بن موفق مدینی - : روزی، امام کاظم علیه السلام در پی من

فرستاد. من نزد امام علیه السلام غذا خوردم و ایشان، شکرینه فراوان خورد.

گفتم: چه قدر، این شکرینه فراوان است!

فرمود: «ما و پیروانمان، از شیرینی آفریده شده‌ایم و از همین روی،

ما شکرینه را دوست داریم».

الفصل الثاني والعشرون

الْحِمَّصُ

١٦٧٥. الإمام الصادق عليه السلام - وَقَدْ ذَكَرَ عِنْدَهُ الْحِمَّصُ فَقَالَ -: هُوَ جَيِّدٌ لَوْ جَعِ الظَّهْرُ.^١

١٦٧٦. الكافي عن نادر الخادم: كَانَ أَبُو الْحَسَنِ عليه السلام يَأْكُلُ الْحِمَّصَ الْمَطْبُوخَ قَبْلَ الطَّعَامِ وَيَعْدُهُ.^٢

١٦٧٧. الكافي عن أحمد بن محمد بن أبي نصر عن الإمام الرضا عليه السلام: الْحِمَّصُ جَيِّدٌ لَوْ جَعِ الظَّهْرُ.

وكان يدعو به قبل الطعام وبعده.^٣

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٨، ح ١٣٨٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٤، ح ٤، وفيه «الصدر» بدل «الظهر».

٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٢، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٧، ح ٢٠٢٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٣، ح ٢.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٤٣، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٧، ح ٢٠٢٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٦٣، ح ١.

فصل بیست و دوم

نخود

۱۶۷۵. امام صادق علیه السلام - هنگامی که نزد ایشان از نخود^۱ نام بردند - : برای درد کمر، سودمند است.^۲

۱۶۷۶. الکافی - به نقل از نادر خدمت گزار - : امام کاظم علیه السلام، پیش و پس از غذا، نخود پخته می خورد.

۱۶۷۷. الکافی - به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر، از امام رضا علیه السلام - : «نخود برای کمر درد، خوب است».

نیز درباره ایشان آمده است که پیش و پس از غذا، نخود می طلبید.

۱. علامه مجلسی در این باره آورده است: صاحب بحر الجواهر گفته: «نخود، دارای انواع: سفید، سرخ و سیاه است». بقراط گفته: «در طبع نخست، گرم و مرطوب است»؛ اما اسحاق می گوید: «در طبع نخست، گرم و خشک است». اگر با گوشت پخته شود، به پخت بهتر آن کمک می کند. اگر لکه خون با آن شسته شود، این لکه از پارچه پاک می شود. اگر آن را آرد کنند و با گلاب گرم بپایزند و پمادی از آن بر کمر بمالند، برای کمر درد سودمند است. پیشاب و خون قاعدگی را به جریان می اندازد، با سینه و ریه سازگار است، نیروی جنسی را برمی انگیزد، شکم را نرم می کند؛ اما برای زخم های کلیه و مثانه زیان دارد. بیشتر از هر چیز، ریه را تقویت می کند و پخته آن، برای کمر درد، استسقا و یرقان، سودمند است.

بدان که توان آمیزش جنسی به سه چیز، نیازمند است و این هر سه، در نخود، یکجا گرد آمده است: نخست، خوراکی که در آن، حرارتی افزون بر حرارت طبیعی بدن وجود داشته باشد و بتواند نیروی انسان را برای آمیزش برانگیزد؛ دوم، غذایی که از چنان تغذیه کنندگی و رطوبتی برخوردار باشد که بتواند به بدن رطوبت دهد و منی را افزون سازد؛ و سوم، غذایی که در آن از پادها و نفخ باشد که بتواند تهی گامها و اندام های آلت را پُر کند. اینها همه در نخود وجود دارند (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۶۴).

۲. در بحار الأنوار، به جای «کمر»، واژه «سینه» آمده است.

الفصل الثالث والعشرون

الخَيْرُ

١ / ٢٣

خَوَاصُّ الْخَيْرِ

١٦٧٨. رسول الله ﷺ: اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي الْخَيْرِ وَلَا تَفَرِّقْ بَيْنَنَا وَبَيْنَهُ، فَلَوْلَا الْخَيْرُ مَا صُمْنَا وَلَا صَلَّيْنَا وَلَا أَدِينَا فَرَايَضَ رَبَّنَا ﷻ^١.

١٦٧٩. عنه ﷺ: خَيْرُ طَعَامِكُمُ الْخَيْرُ^٢.

١٦٨٠. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّمَا يُنْيِي الْجَسَدُ عَلَى الْخَيْرِ^٣.

١. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٧، ح ٦٠٥، ص ٧٣، ح ١٣، المحاسن، ج ٢، ص ٤١٦، ح ٢٤٦٠، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٣٣، ح ١٠٧١.
٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٧٧، ح ١٢٥٨ عن عائشة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤٩، ح ١٢، الفردوس، ج ٢، ص ١٧٦، ح ٢٨٨٣ عن عائشة، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٨٤، ح ٤١٠١٩.
٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٨٦، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٤١٥، ح ٢٤٥٦ كلاهما عن الوليد بن صبيح، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٣٤، ح ١٠٧٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٠، ح ٣.

فصل بیست و سوم

نان



۱۶۷۸. پیامبر خدا ﷺ: خداوند ابرای ما به نان، برکت بده و میان ما و آن، جدایی میفکن. اگر نان نبود، نه روزه گرفته بودیم، نه نماز خوانده بودیم و نه واجبات پروردگار خود را انجام داده بودیم.
۱۶۷۹. پیامبر خدا ﷺ: نان، بهترین خوراکی شماست.
۱۶۸۰. امام صادق علیه السلام: تن، بر نان، استوار شده است.

٢ / ٢٣

خِصَاصُ خُبْرِ الشَّعِيرِ

١٦٨١. كنز العمال عن عائشة : ما أَكَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ حَتَّى لَقِيَ اللَّهَ إِلَّا خُبْزَ شَعِيرٍ^١.

١٦٨٢. الإمام الصادق عليه السلام : لَوْ عَلِمَ اللَّهُ فِي شَيْءٍ شِفَاءً أَكْثَرَ مِنَ الشَّعِيرِ ، مَا جَعَلَهُ غِذَاءَ الْأَنْبِيَاءِ ﷺ^٢.

١٦٨٣. الإمام الرضا عليه السلام : فَضَّلُ خُبْزِ الشَّعِيرِ عَلَى الْبُرِّ كَفَضْلِنَا عَلَى النَّاسِ ، وَمَا مِنْ نَبِيٍّ إِلَّا وَقَدْ دَعَا لِأَكْلِ الشَّعِيرِ وَبَارَكَ عَلَيْهِ ، وَمَا دَخَلَ جَوْفًا إِلَّا وَأَخْرَجَ كُلُّ دَاءٍ فِيهِ ، وَهُوَ قَوْتُ الْأَنْبِيَاءِ وَطَعَامُ الْأَبْرَارِ ، أَيْ اللَّهُ تَعَالَى أَنْ يَجْعَلَ قَوْتَ أَنْبِيَائِهِ إِلَّا شَعِيرًا^٣.



خِصَاصُ خُبْرِ الْأُرْزِ

١٦٨٤. الإمام الصادق عليه السلام : أَطْعِمُوا الْمَبْطُونِ خُبْزَ الْأُرْزِ ؛ فَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمَبْطُونِ شَيْءٌ أَنْفَعَ مِنْهُ ، أَمَا إِنَّهُ يَدْبَغُ الْمَعِدَّةَ وَيَسْلُ الدَّاءَ سَلًّا^٤.

١٦٨٥. عنه عليه السلام : لَيْسَ يَبْقَى فِي الْجَوْفِ مِنْ عُذْوَةٍ إِلَى اللَّيْلِ إِلَّا خُبْزُ الْأُرْزِ^٥.

-
١. كنز العمال، ج ٧، ص ١٨٨، ح ١٨٦١٣ نقلاً عن الخطيب في المتفق والمفترق.
 ٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٣٤، ح ١٠٧٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٥، ح ١.
 ٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٤، ح ١ عن يونس، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٣٤، ح ١٠٧٤ وفيه «قوت الأنبياء للأشقياء» بدل «قوت أنبيائه إلا شعيراً»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٤، ح ١.
 ٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٥، ح ٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٤، ح ٢.
 ٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٥، ح ٣، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٢٥، ح ١٠٨٠ وفيه «ما من شيء أنفع ولا أبقي في الجوف...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٥، ح ٣ و ٤.

۲/۲۳

خواص نان جو

۱۶۸۱. کنز العمال - به نقل از عایشه - : پیامبر خدا، تا هنگامی که به دیدار خدا شتافت، جز نان جو نخورد.

۱۶۸۲. امام صادق علیه السلام : اگر خداوند در چیزی بیش از جو بهبوددهندگی می‌دید، آن را خوراک پیامبران قرار نمی‌داد.

۱۶۸۳. امام رضا علیه السلام : برتری نان جو برگندم، همانند برتری ما بر دیگر مردمان است. هیچ پیامبری نیست که برای خورنده جو دعا نکرده و برای او برکت نخواستہ باشد و هیچ درونی نیست که جو بدان درآمده و همه دردها از آن بیرون نرفته باشد. آن، خوراک پیامبران و غذای نیکان است. خداوند متعال، جز این را نخواستہ است که خوراک پیامبران خویش را جو قرار دهد.

۳/۲۳

خواص نان برنج

۱۶۸۴. امام صادق علیه السلام : به کسی که شکم درد دارد، نان برنج بدهید؛ چرا که چیزی سودمندتر از آن، به شکم چنین بیماری درنیامده است. آن، معده را پاک می‌کند و درد را به کلی از بدن، بیرون می‌کشد.

۱۶۸۵. امام صادق علیه السلام : تنها، نان برنج است که از صبح تا شب در درون انسان می‌ماند.

۱۶۸۶. الإمام الرضا عليه السلام : ما دَخَلَ جَوْفَ الْمَسْلُوقِ شَيْءٌ أَنْفَعُ لَهُ مِنْ خُبْزِ الْأَرْزِ.^۱

۴/۲۳

خَوَارِجُ خُبْزِ الْجَاوِسِ

۱۶۸۷. الإمام الصادق عليه السلام - في خُبْزِ الْجَاوِسِ -: أَمَا إِنَّهُ لَيْسَ فِيهِ ثَقَلٌ، وَهُوَ بِاللَّبَنِ أَلْيَنُ وَأَنْفَعُ فِي الْمَعِدَةِ.^۲

راجع: ج ۱، ص ۴۲۶ (ما ينفع لعلاج بعض اوجاع البطن / سويق الجاورس).

ج ۲، ص ۵۰۰، ح ۲۰۳۷.



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. الکافی، ج ۶، ص ۲۰۵، ح ۱ عن یونس، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۳۵، ح ۱۰۷۷ نحوه وزاد فيه «إنه یسلّ الداء سلاک»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۴، ح ۳.

۲. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۳۵، ح ۱۰۸۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۵، ح ۵.

۱۶۸۶. امام رضا علیه السلام: چیزی سودمندتر از نان برنج، به درون مسلول در نمی آید.

۴ / ۲۳

خواص نان گاؤزس

۱۶۸۷. امام صادق علیه السلام - درباره خواص نان گاؤزس ^۱ - : هان که در آن، سنگینی ای نیست و چون با شیر خورده شود، معده را بهتر نرم می کند و پدان سود می رساند.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۳۷ (آنچه برای برخی دردهای شکم، سودمند است / آرد گاؤزس).

ج ۲، ص ۵۰۱، ح ۲۰۴۷.



مرکز تحقیقات و نشر متون اسلامی

۱. معنای گاؤزس در ج ۲ ص ۵۰۱ خواهد آمد. همچنین، ر.ک: ج ۱، ص ۴۳۷ (پاورقی ۲).

الفصل الرابع والعشرون

الْخَسْ

١٦٨٨. رسول الله ﷺ: كُلِ الْخَسَّ؛ فَإِنَّهُ يورِثُ النَّعَاسَ، وَيَهْضِمُ الطَّعَامَ.^١

١٦٨٩. الإمام الصادق عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالْخَسِّ؛ فَإِنَّهُ يُصَفِّي الدَّمَ.^٢

١٦٩٠. الإمام الرضا عليه السلام - في البقول - : أَفْضَلُهَا ... الْهَنْدَبَاءُ، وَالْخَسُّ.^٣

مرکز تحقیقات اسلامی

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٦، ح ١٣٤٤ عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٩، ح ٢؛

الفردوس، ج ٣، ص ٢٤٤، ح ٤٧١٧ عن الإمام علي عليه السلام عنه عليه السلام.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٧، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٢١، ح ٢٠٨٤ وفيه «يطلق» بدل «يصفّي» وكلاهما عن

أبي حفص الأبار، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٦، ح ١٣٤٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٩، ح ١ و ٢.

٣. الدعوات، ص ١٥٩، ح ٤٣٦.

فصل بیست و چهارم

کاهو

۱۶۸۸. پیامبر خدا ﷺ: کاهو بخور؛ چرا که خواب می آورد و غذا را هضم می کند.

۱۶۸۹. امام صادق علیه السلام: بر شما باد کاهو؛ چرا که خون را تصفیه می کند.^۱

۱۶۹۰. امام رضا علیه السلام - درباره سبزی ها - : بهترین آنها، کاسنی^۲ و کاهو است.

مرکز تحقیقات طب سنتی

۱. در المحاسن، به جای «تصفیه می کند»، «فرو می نشاند» آمده است.

۲. کاسنی، دارای دو گونه دشتی و باغی است و خود، بر دو نوع است: پهن برگ و نازک برگ. حکم کاهو را دارد (القانون فی الطب: ص ۶۸).

الفصل الخامس والعشرون

الخلق

١ / ٢٥



١٦٩١. رسول الله ﷺ: نِعَمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ ١
١٦٩٢. الإمام علي عليه السلام: نِعَمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ؛ يَكْسِرُ الْمِرَّةَ، وَيُطْفِئُ الصَّفْرَاءَ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ. ٢
١٦٩٣. الإمام الصادق عليه السلام: الْخَلُّ يُسَكِّنُ الْمِرَارَ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ، وَيَقْتُلُ دُودَ الْبَطْنِ، وَيَشُدُّ الْقَمَ ٣.

١. سنن أبي داود، ج ٢، ص ٣٦٠، ح ٣٨٢١، سنن الترمذي، ج ٤، ص ٢٧٨، ح ١٨٢٩، سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١١٠٢، ح ٣٣١٧ كلها عن جابر بن عبدالله، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٨٣، ح ٤٢٠١١: المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٤، ح ١٩٢٠ عن جابر بن عبدالله، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٧.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٩، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٤، ح ١٩٢٤ كلاهما عن أبي بصير عن الإمام الصادق عليه السلام، النخال، ص ٦٣٦، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن أبياته عنه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١٣، ح ١٤٠٠ عن الإمام الصادق عليه السلام وليس فيها «ويطفئ الصفراء»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٠٥، ح ٢٢.

٣. السرائر، ج ٣، ص ١٤١، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٩، ح ٥٣٠، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٧٥.

فصل بیست و پنجم

سرکه

۱/۲۵



۱۶۹۱. پیامبر خدا ﷺ: سرکه، نیکو خورشی است.

۱۶۹۲. امام علی علیه السلام: خوب خورشی است سرکه. تلخه را می شکند، صفرا را خاموش می کند و دل را زنده می گرداند.

۱۶۹۳. امام صادق علیه السلام: سرکه، تلخه را فرو می نشاند، قلب را زنده می سازد، کرم های شکم را می کشد و دهان را استحکام می بخشد.

۱۶۹۴. عنه عليه السلام: نِعَمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ؛ يَكْسِرُ الْمِرَّةَ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ، وَيَشُدُّ اللَّثَّةَ، وَيَقْتُلُ دَوَابَّ الْبَطْنِ.^۱

۱۶۹۵. عنه عليه السلام: الْخَلُّ يَشُدُّ الْعَقْلَ.^۲

۱۶۹۶. عنه عليه السلام: الْخَلُّ يُنِيرُ الْقَلْبَ.^۳

۱۶۹۷. عنه عليه السلام: الْإِصْطِبَاعُ بِالْخَلِّ يَقْطَعُ شَهْوَةَ الزَّوْنِ.^۴

۲/۲۵

خَوَاصُّ خَلِّ الْخَمْرِ

۱۶۹۸. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَا أَقْفَرَ أَهْلُ بَيْتٍ مِنْ أَدَمٍ فِيهِ خَلٌّ، وَخَيْرُ خَلِّكُمْ خَلُّ خَمْرِكُمْ.^۵

۱۶۹۹. الإمام الصادق عليه السلام - وَذَكَرَ عِنْدَهُ خَلُّ الْخَمْرِ فَقَالَ -: إِنَّهُ لَيَقْتُلُ دَوَابَّ الْبَطْنِ، وَيَشُدُّ الْقَمَّ.^۶

۱۷۰۰. عنه عليه السلام: خَلُّ الْخَمْرِ يَشُدُّ اللَّثَّةَ، وَيَقْتُلُ دَوَابَّ الْبَطْنِ، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ.^۷

۱۷۰۱. الإمام الكاظم عليه السلام: خَلُّ الْخَمْرِ يَشُدُّ اللَّثَّةَ.^۸

راجع: ج ۱، ص ۴۵۰ (ما ينفع لعلاج دواب البطن / خل الخمر).

۱. الدعوات، ص ۱۴۶، ح ۳۸۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۴، ح ۱۷.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۹، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۲، ح ۱۹۱۳ كلاهما عن سليمان بن خالد، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۳، ح ۱۳۹۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۱، ح ۱.

۳. المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۴، ح ۱۹۲۵ عن رفاعه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۲، ح ۹.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۰، ح ۱۰.

۵. السنن الكبرى، ج ۶، ص ۶۳، ح ۱۱۲۰۳ عن جابر، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۸۴، ح ۴۱۰۱۳.

۶. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۰، ح ۸ عن حنّان عن أبيه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۲، ح ۱۰.

۷. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۰، ح ۹، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۵، ح ۱۹۲۷ كلاهما عن سماعة، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۲، ح ۱۱.

۸. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۲۴، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۶۲، ح ۷.

۱۶۹۴. امام صادق علیه السلام: سرکه، نیکو خورشی است. تلخه را می شکند، قلب را زنده می سازد، لثه را استحکام می بخشد و جنبندگان شکم را می کشد.
۱۶۹۵. امام صادق علیه السلام: سرکه، عقل را استحکام می بخشد.
۱۶۹۶. امام صادق علیه السلام: سرکه، دل را روشن می کند.
۱۶۹۷. امام صادق علیه السلام: خورش ساختن سرکه، شهوت زنا را ریشه کن می کند.

۲/۲۵

خواص سرکه شراب

۱۶۹۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: کسان هیچ خانه ای که در آن سرکه باشد، نانشان بی خورش نمی ماند. برترین سرکه شما نیز سرکه شرابتان^۱ است.
۱۶۹۹. امام صادق علیه السلام: هنگامی که نزد ایشان از سرکه شراب یاد شد -: آن، جنبندگان شکم را می کشد و دهان را استحکام می بخشد.
۱۷۰۰. امام صادق علیه السلام: سرکه شراب، لثه را تقویت می کند، جنبندگان شکم را می کشد و عقل را استحکام می بخشد.
۱۷۰۱. امام کاظم علیه السلام: سرکه شراب، لثه را استحکام می بخشد.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۵۱ (آنچه برای درمان کرم های شکم، سودمند است / سرکه شراب).

۱. علامه مجلسی می گوید: گفته شده: مقصود از سرکه شراب، آن شرابی است که با عمل آوری، به سرکه تبدیل می شود، یا مقصود، هر سرکه ای است که در اصل، شراب بوده است، البته مشروط به آنکه تبدیل انگور به سرکه، بدون آنکه تبدیل به شراب شود، امکان پذیر باشد، چنانکه این گونه بسیار ادعا می شود.

[فیروزآبادی] در القاموس گفته است: «سرکه، حالت اسیدی شده آب انگور و مانند آن است. بهترین نوع آن هم سرکه شراب است، ترکیب یافته از دو جوهر: گرم و سرد، و سودمند برای: معده، لثه، زخم های بدخیم، خارش، نیش زدگی گزندگان، [درمان] افیون خواری، سوختگی با آتش، دندان درد، بخارهای داغ درونی حاصل از استسقا، و سرانجام [درمان] دشواری شترابی، پیچیدن صدا در گوش، و وزوز کردن آن».

ظاهراً مقصود از سرکه شراب، سرکه ای است که از شراب انگور حاصل می آید؛ چرا که آن را غالباً به همین نام «شراب» می خوانند.

صاحب بحر الجواهر گفته است: «سرکه شراب، آن است که [در تهیه اش] از شراب، افشردای بسازند و از صافی بگذرانند و به هر ده رطل از صدر رطل، یک رطل سرکه انگور درجه یک بیفزایند و آن گاه آن را در خمره ای قیراندود، در آفتاب بگذارند». (بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۶۲)

۳/۲۵

اِفْتِتَاحُ الطَّعَامِ بِالْخَلِّ

۱۷۰۲. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّا لَنَبْدَأُ بِالْخَلِّ عِنْدَنَا، كَمَا تَبْدَوْنَ بِالْمِلْحِ عِنْدَكُمْ؛ فَإِنَّ الْخَلَّ لَيَشُدُّ الْعَقْلَ.^۱

۱۷۰۳. الكافي عن محمد بن عليّ الهمداني: إِنَّ رَجُلًا كَانَ عِنْدَ الرِّضَا عليه السلام بِخُرَاسَانَ، فَقَدِّمَتْ إِلَيْهِ مَائِدَةٌ عَلَيْهَا خَلٌّ وَمِلْحٌ، فَافْتَتَحَ عليه السلام بِالْخَلِّ، فَقَالَ الرَّجُلُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! أَمَرْتَنَا أَنْ نَفْتَتِحَ بِالْمِلْحِ!

فَقَالَ: هَذَا مِثْلُ هَذَا - يَعْنِي الْخَلَّ - وَإِنَّ الْخَلَّ يَشُدُّ الذَّهْنَ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ.^۲

راجع: ج ۲، ص ۸۰ (آداب أكل الطعام / افتتاح الطعام بالملح واختتامه به أو بالخل).



مرکز تحقیقات کتابخانه و اسناد ملی

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۹، ح ۵، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۳، ح ۱۹۱۵ كلاهما عن إسماعيل بن جابر، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۳، ح ۱۳۹۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۸، ح ۱۶.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۹، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۶، ح ۱۹۳۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۳، ح ۱۴.

۳/۲۵

آغاز کردن غذا با سرکه

۱۷۰۲. امام صادق علیه السلام: ما [غذا را] با سرکه آغاز می‌کنیم، چنان که شما با نمک آغاز می‌کنید؛ چرا که سرکه، عقل را استحکام می‌بخشد.

۱۷۰۳. الکافی - به نقل از محمد بن علی همدانی - : مردی در خراسان نزد امام رضا علیه السلام بود. در این هنگام، نزد امام سفره‌ای گسترده‌ای که در آن، سرکه و نمک بود. امام علیه السلام با سرکه آغاز کرد.

آن مرد گفت: فدایت شوم! به ما فرموده‌ای که با نمک، آغاز کنیم!

فرمود: «این، همانند آن (یعنی نمک) است. سرکه، ذهن را استحکام می‌بخشد و عقل را افزون می‌کند».

ر.ک: ج ۲، ص ۸۱ (آداب غذا خوردن / آغاز کردن غذا با نمک و به پایان بردن آن با نمک یا سرکه).

الفصل السادس والعشرون

الرَّيْطَانُ

١ / ٢٦

سَيِّدُ الْفَوَائِدِ

١٧٠٤. رسول الله ﷺ: الرُّيْطَانُ سَيِّدُ الْفَاكِهَةِ، وَمَنْ أَكَلَ رُمَانَهُ أَغْضَبَ شَيْطَانَهُ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً.^١

مرکز تحقیقات کتب و مطبعه رسدی

١٧٠٥. الإمام الصادق عليه السلام: الْفَاكِهَةُ مِئَةٌ وَعِشْرُونَ لَوْنًا، سَيِّدُهَا الرُّيْطَانُ.^٢

٢ / ٢٦

خَوَاصُّ الرُّيْطَانِ

١٧٠٦. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ رُمَانَهُ حَتَّى يَسْتَيْمَهَا، نَوَّرَ اللَّهُ قَلْبَهُ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً.^٣

١٧٠٧. عنه عليه السلام: كُلُّوا الرُّيْطَانَ؛ فَلَيْسَتْ مِنْهُ حَبَّةٌ تَقَعُ فِي الْمَعِدَةِ إِلَّا أَنْارَتْ الْقَلْبَ،

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٥٩، ح ٢٢٤٩ عن مسعدة بن زياد عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام، مكارم الأخلاق،

ج ١، ص ٣٧٠، ح ١٢٢١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٣، ح ٤٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٥٢، ح ٢ عن مسعدة بن زياد.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧١، ح ١٢٢٤ عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٥، ح ٥٠.

فصل بیست و هشتم

انار

۱/۲۶



۱۷۰۴. پیامبر خدا ﷺ: انار، مهتر همه میوه‌هاست و هر کس یک انار بخورد، چهل پگاه، شیطان خویش را به خشم می‌آورد.

۱۷۰۵. امام صادق علیه السلام: میوه، صد و بیست گونه است و مهتر همه آنها، انار است.

۲/۲۶

خواص انار

۱۷۰۶. پیامبر خدا ﷺ: هر کس اناری را کامل بخورد، خداوند قلب او را چهل شب، نورانی می‌دارد.

۱۷۰۷. پیامبر خدا ﷺ: انار بخورید؛ زیرا هیچ دانه‌ای از آن در معده جای نمی‌گیرد،

وَأَخْرَجَتِ الشَّيْطَانَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا^۱.

۱۷۰۸. الإمام علي عليه السلام: فِي كُلِّ حَبَّةٍ مِنَ الرُّمَّانِ إِذَا اسْتَقَرَّتْ فِي الْمَعِدَةِ حَيَاةٌ لِلْقَلْبِ،

وِإِنَارَةٌ لِلنَّفْسِ، وَتُمْرِضُ وَسْوَاسَ الشَّيْطَانِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً^۲.

۱۷۰۹. عنه عليه السلام: أَرْبَعَةُ يَعْدِلُنَ الطَّبَائِعُ: الرُّمَّانُ السُّورَانِيُّ، وَالْبُسْرُ الْمَطْبُوحُ، وَالْبَنْفَسَجُ،

وَالْهَنْدَبَاءُ^۳.

۱۷۱۰. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ أَكَلَ رُمَّانًا عِنْدَ مَنَامِهِ فَهُوَ آمِنٌ فِي نَفْسِهِ إِلَى أَنْ يُصْبِحَ^۴.

۱۷۱۱. عنه عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالرُّمَّانِ؛ فَإِنَّهُ لَمْ يَأْكُلْهُ جَانِعٌ إِلَّا أَجْزَأُهُ، وَلَا شَبَعَانٌ إِلَّا أَمْرَأَهُ^۵.

۱۷۱۲. عنه عليه السلام: مَنْ أَكَلَ الرُّمَّانَ طَرَدَ عَنْهُ شَيْطَانُ الْوَسْوَسةِ^۶.

۱۷۱۳. عنه عليه السلام: مَنْ أَكَلَ حَبَّةً مِنَ رُمَّانٍ، أَمْرَضَتْ شَيْطَانُ الْوَسْوَسةِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا^۷.

مرکز تحقیقات کتب و اسناد پزشکی

۱. عبون أخبار الرضا عليه السلام، ج ۲، ص ۳۵، ح ۸۰ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ۱۰۶.

ح ۵۷، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۱، ح ۱۲۲۶ وفيهما «أخرست الشيطان» وكلها عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۵۴، ح ۱؛ كنز العمال، ج ۱۴، ص ۱۸۷، ح ۲۸۳۱۹ نقلاً عن علي بن الفرج الصقلي في فوائده عن أسد عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام نحوه.

۲. النخصال، ص ۶۳۶، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم، طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۳۴ عن إسماعيل بن جابر وفيه «تقرض» بدل «تمرض» و«صباحاً» بدل «ليلة» وكلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۵۶، ح ۸.

۳. النخصال، ص ۲۴۹، ح ۱۱۳، روضة الواعظين، ص ۳۴۰ وفيه «السوادي» بدل «السوراني»، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۲۱، ح ۱ و ج ۶۶، ص ۱۲۴، ح ۱.

۴. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۳۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۴، ح ۴۹.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۲، ح ۱ عن إبراهيم بن عبد الحميد.

۶. المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۹، ح ۲۲۴۷ عن عبدالله بن سنان، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۳، ح ۴۱.

۷. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۳، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۶، ح ۲۲۲۳ وفيه «صباحاً» بدل «يوماً» وكلاهما عن منصور بن حازم، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۰، ح ۲۸.

مگر این که چهل روز، قلب را نورانی می‌سازد و شیطان را برون می‌راند.

۱۷۰۸. امام علی علیه السلام: در هر دانهٔ انار، چون در معده جای می‌گیرد، حیاتی برای قلب و فروغی برای نفس است و شیطانی را که «وسواس» نام دارد، چهل شب، بیمار (زمینگیر) می‌کند.

۱۷۰۹. امام صادق علیه السلام: چهار چیز، طبع را اعتدال می‌بخشد: انار سورانی،^۱ خرما، نارس پخته‌شده، بنفشه، و کاسنی.

۱۷۱۰. امام صادق علیه السلام: هر کس در هنگام خفتن، یک انار بخورد، تا صبح، جانفش در امان است.

۱۷۱۱. امام صادق علیه السلام: بر شما باد انار؛ چرا که هیچ گرسنه‌ای آن را نمی‌خورد، مگر این که وی را بسنده است و هیچ سیری آن را نمی‌خورد، مگر این که غذا را بر وی گوارا می‌سازد.

۱۷۱۲. امام صادق علیه السلام: هر کس انار بخورد، انار، شیطان و سوسه را از او دور می‌سازد.

۱۷۱۳. امام صادق علیه السلام: هر کس یک دانه از انار بخورد، آن یک دانه، شیطان و سوسه را تا چهل روز، بیمار (زمینگیر) می‌سازد.

۱. سورانی، منسوب است به سورا: جایی در عراق در سرزمین بابل و نزدیک جله. ابراهیم بن نصر سورانی به همین جا نسبت داده می‌شود (معجم البلدان: ج ۳ ص ۲۷۸).

۱۷۱۴. مکارم الأخلاق عن زيد الشحام: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَدَعَا بِالْحَجَّامِ، فَقَالَ لَهُ:

إِغْسِلْ مَحَاجِمَكَ وَعَلِّقْهَا، وَدَعَا بِرُمَانَةٍ فَأَكَلَهَا، فَلَمَّا فَرَغَ مِنَ الْحِجَامَةِ دَعَا بِرُمَانَةٍ أُخْرَى فَأَكَلَهَا، وَقَالَ: هَذَا يُطْفِئُ الْمِرَارَ.^۱

۱۷۱۵. الكافي عن يزيد بن عبد الملك النوفلي: دَخَلْتُ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام وَفِي يَدِهِ رُمَانَةٌ، فَقَالَ: يَا مُعْتَبُ، أَعْطِيهِ رُمَانَةً؛ فَإِنِّي لَمْ أَشْرِكْ فِي شَيْءٍ أَبْغَضَ إِلَيَّ مِنْ أَنْ أَشْرَكَ فِي رُمَانَةٍ.

ثُمَّ احْتَجَمَ وَأَمَرَنِي أَنْ أَحْتَجِمَ فَاحْتَجَمْتُ، ثُمَّ دَعَا بِرُمَانَةٍ أُخْرَى، ثُمَّ قَالَ: يَا زَيْدُ، أَيُّمَا مُؤْمِنٍ أَكَلَ رُمَانَةً حَتَّى يَسْتَوِفِيهَا؛ أَذْهَبَ اللَّهُ عنه الشَّيْطَانَ عَنْ إِنْارَةِ قَلْبِهِ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً، وَمَنْ أَكَلَ اثْنَتَيْنِ؛ أَذْهَبَ اللَّهُ عنه الشَّيْطَانَ عَنْ إِنْارَةِ قَلْبِهِ مِئَةَ يَوْمٍ، وَمَنْ أَكَلَ ثَلَاثاً حَتَّى يَسْتَوِفِيهَا؛ أَذْهَبَ اللَّهُ عنه الشَّيْطَانَ عَنْ إِنْارَةِ قَلْبِهِ سَنَةً، وَمَنْ أَذْهَبَ اللَّهُ عنه الشَّيْطَانَ عَنْ إِنْارَةِ قَلْبِهِ سَنَةً لَمْ يُذْنِبْ، وَمَنْ لَمْ يُذْنِبْ دَخَلَ الْجَنَّةَ.^۲

۱۷۱۶. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ أَكَلَ رُمَانَةً يَوْمَ الْجُمُعَةِ عَلَى الرَّيْقِ نَوَّرَتْ قَلْبَهُ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً، فَإِنْ أَكَلَ رُمَانَتَيْنِ فَثَمَانِينَ يَوْماً، فَإِنْ أَكَلَ ثَلَاثاً فَمِئَةَ وَعِشْرِينَ يَوْماً وَطُرِدَتْ عَنْهُ وَسْوَسةُ الشَّيْطَانِ، وَمَنْ طُرِدَتْ عَنْهُ وَسْوَسةُ الشَّيْطَانِ لَمْ يَعْصِ

۱. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۱۷۰، ح ۴۹۴، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۲۴، ح ۶۱.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۵۳، ح ۹، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۸، ح ۲۲۴۳، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۰، ح ۱۲۲۰ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۲، ح ۲۸.

۱۷۱۴. مکارم الأخلاق - به نقل از زید شحام - : نزد امام صادق علیه السلام بودم که حجامتگری را طلبید. پس به او گفتم: «ابزارهای حجامت خود را بشوی و بیاویز» و آن‌گاه، اناری طلبید و خورد.

چون حجامت را نیز به پایان برد، اناری دیگر طلبید و خورد و فرمود: «این کار، تلخه را فرو می‌نشاند».

۱۷۱۵. الکافی - به نقل از یزید بن عبد الملك نوفلی - : بر امام صادق علیه السلام وارد شدم، در حالی که اناری در دست داشت. فرمود: «ای مُعْتَبَر! یک انار هم به این مرد بده؛ چرا که در [خوردن] هیچ چیز، کسی با من شریک نشده است که برایم ناخوشایندتر از شریک شدن در [خوردن] انار باشد».

سپس، حجامت کرد و به من فرمود که حجامت کنم. من هم حجامت کردم. آن‌گاه، اناری دیگر خواست و پس از آن فرمود: «ای یزید! هر مؤمنی که انار بخورد و آن را تمام کند، خداوند تعالی تا چهل پگاه، شیطان را از [آسیب‌رسانی به] فروغ دل او دور می‌سازد؛^۱ و هر کس دو انار بخورد، خداوند تعالی تا صد روز، شیطان را از [آسیب‌رسانی به] فروغ دل او دور می‌سازد؛ و هر کس سه انار بخورد، خداوند تعالی تا یک سال، شیطان را از [آسیب‌رسانی به] فروغ دل او دور می‌سازد و هر کس خداوند، شیطان را برای یک سال از [آسیب رساندن به] فروغ دل او دور سازد، گناه نمی‌کند و هر کس گناه نکند، به بهشت درمی‌آید».

۱۷۱۶. امام کاظم علیه السلام : هر کس روز جمعه یک انار بخورد، آن انار، دل او را تا چهل پگاه، نورانی می‌دارد؛ اگر دو انار بخورد، تا هشتاد روز؛ و اگر سه انار بخورد، تا صد و بیست روز؛ و نیز وسوسه شیطان از او دور می‌شود و هر کس وسوسه شیطان از او

۱. علامه مجلسی در این باره می‌گوید: «از فروغ دل او (عن إنارة قلبه)»، یعنی آن‌که [خداوند، شیطان را] از زیان رساندن به روشنگری دل (یا از باز داشتن دل از روشنگری و اخلاص رساندن به آن [دور می‌سازد]. هم گفته شده است: مقصود، آن است که دور شدن شیطان، حاصل فروغ دل است؛ یعنی خداوند، دل او را روشن می‌کند تا شیطان از آن برون رود. این وجه را نمی‌توان بعید ندانست. در بیشتر نسخه‌های مکارم الأخلاق، این عبارت با «إثارة» (با ثاء) نقل شده که به معنای برانگیختن است و خود، به وسوسه باز می‌گردد (بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۲).

الله ﷻ، وَمَنْ لَمْ يَعِصِ اللَّهَ أَدْخَلَهُ اللَّهُ الْجَنَّةَ ١.

۱۷۱۷. الإمام الكاظم ﷺ: مِمَّا أَوْصَى بِهِ آدَمُ ﷺ هِبَةً اللَّهُ أَنْ قَالَ لَهُ:

عَلَيْكَ بِالرُّمَانِ؛ فَإِنَّكَ إِنْ أَكَلْتَهُ وَأَنْتَ جَائِعٌ أَجْزَأَكَ، وَإِنْ أَكَلْتَهُ وَأَنْتَ شَبَعَانُ أَمْرَأَكَ ٢.

۳/۲۶

خَوَاصُّ الرُّمَانِ الْخُلُوعِ

۱۷۱۸. الإمام الصادق ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالرُّمَانِ الْخُلُوعِ فَكُلُوهُ؛ فَإِنَّهُ لَيْسَتْ مِنْ حَبَّةٍ تَقَعُ فِي

مَعِدَةٍ مُؤْمِنٍ إِلَّا أَبَادَتْ دَاءً، وَأَطْفَأَتْ شَيْطَانَ الْوَسْوَاسِ عَنْهُ ٣.

۱۷۱۹. الكافي عن عمرو بن إبراهيم عن الخراساني: أَكُلْ الرُّمَانِ الْخُلُوعِ يَزِيدُ فِي مَاءِ

الرَّجُلِ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ٤.

۱۷۲۰. الإمام العسكري ﷺ: كُلِ الرُّمَانَ بَعْدَ الْحِجَامَةِ رُمَانًا خُلُوعًا؛ فَإِنَّهُ يُسَكِّنُ الدَّمَ،

وَيُصَفِّي الدَّمَ فِي الْجَوْفِ ٥.

راجع: ج ۱، ص ۴۲۰، ح ۷۰۴.

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۵، ح ۱۶، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۸، ح ۲۲۴۴ كلاهما عن زياد بن مروان، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۰، ح ۱۲۲۲ عن الإمام الصادق عن أبيه عن علي بن الحسين ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۲، ح ۳۹.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۲، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۱، ح ۲۲۱۳ كلاهما عن إبراهيم بن عبد الحميد، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۵۶، ح ۱۱.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۴، ح ۱۰، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۹، ح ۲۲۴۶ وفيه «أنتارنها» بدل «أبادت داء» وكلاهما عن عبد الله بن سنان، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۳، ح ۴۱.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۵، ح ۱۷ عن عمرو بن إبراهيم.

۵. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۵۹، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۲۳، ح ۵۲.

دور شود، خداوند ﷻ را نافرمانی نمی‌کند و هر کس خداوند را نافرمانی نکند، خدائی او را به بهشت درمی‌آورد.

۱۷۱۷. امام کاظم ﷺ: از جمله چیزهایی که آدم به [فرزندش] هبه الله سفارش کرد، این بود که به وی فرمود: «بر تو باد انار؛ چرا که اگر گرسنه باشی و آن را بخوری، بسنده‌ات کند، و اگر در حالی که سیری، آن را بخوری، غذا را بر تو گوارا می‌سازد».

۳/۲۶

خواص انار شیرین

۱۷۱۸. امام صادق ﷺ: بر شما باد انار شیرین، آن را بخورید؛ چرا که هیچ دانه‌ای از آن به معده مؤمنی در نمی‌آید، مگر این که بیماری‌ای از آن ریشه‌کن می‌کند و شیطان و سوسه را از او دور می‌سازد.

۱۷۱۹. الکافی - به نقل از عمرو بن ابراهیم، از خراسانی^۱ - : خوردن انار شیرین، آب مرد را افزون می‌کند و فرزند را نکو می‌سازد.

۱۷۲۰. امام عسکری ﷺ: پس از حجامت، انار بخور، اناری شیرین؛ چرا که خون را فرو می‌نشاند و خون را در درون، تصفیه می‌کند.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۲۱، ح ۷۰۴.

۱. علامه مجلسی می‌گوید: ظاهراً خراسانی، کنایه از امام رضا ﷺ است و به سبب تقیّه، با این نام از ایشان یاد شده است (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۱۶۴).

٤/٢٦

خَوَاصُّ الرُّمَّانِ الْمَرْزُوقَةِ

١٧٢١. الكافي عن الوليد بن صبيح عن الإمام الصادق عليه السلام، قال: ذَكَرَ الرُّمَّانَ الْحُلُوَّ فَقَالَ: الْمَرْزُ أَوْلَحُ فِي الْبَطْنِ.^١

١٧٢٢. الإمام الرضا عليه السلام: اِمْتَصَّ مِنَ الرُّمَّانِ الْمَرْزُوقَةِ فَإِنَّهُ يُقَوِّي النَّفْسَ، وَيُحْيِي الدَّمَ.^٢

٥/٢٦

خَوَاصُّ أَكْلِ الرُّمَّانِ بِشَحْمِهِ

١٧٢٣. رسول الله صلى الله عليه وآله: كُلُوا الرُّمَّانَ بِقَشَرِهِ؛ فَإِنَّهُ دِبَاحُ الْبَطْنِ.^٣

١٧٢٤. الإمام علي عليه السلام: كُلُوا الرُّمَّانَ بِشَحْمِهِ؛ فَإِنَّهُ دِبَاحُ الْمَعِدَةِ، وَمَا مِنْ حَبَّةٍ اسْتَقَرَّتْ فِي مَعِدَةٍ أَمْرِيٍّ مُسْلِمٍ إِلَّا أَنْصَرَتْهَا وَنَفَتِ الشَّيْطَانُ وَالْوَسْوَسةُ عَنْهَا أَرْبَعِينَ صَبَاحاً.^٤

١٧٢٥. المحاسن: عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ خَالِدِ الْبَرْقِيِّ عَنْ بَعْضِ أَصْحَابِنَا رَفَعَهُ إِلَى صَعْصَعَةَ بْنِ صَوْحَانَ فِي حَدِيثٍ أَنَّهُ دَخَلَ عَلَى أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام وَهُوَ عَلَى الْعِشَاءِ فَقَالَ: يَا صَعْصَعَةُ، أَدْنُ فَكُلْ.

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٤، ح ١٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣٥٦، ح ٢٢٣٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٠، ح ٢٩.

٢. بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢٠، نقلاً عن طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٦١ وفيه «الإليسي» بدل «المرز».

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٥٦، ح ٢٢٣٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٠، ح ٣١.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٩، ح ١٢١٧، عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٣٥٥، ح ٢٢٣١، عن النوفلي بإسناده وفيه «وأمرضت شيطان وسوستها» بدل «ونفت الشيطان والوسوسة عنها»، طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٦، عن إسماعيل بن جابر عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام نحوه وفيه «وفي كل حبة منها إذا استقرت في المعدة حياة للقلب وإنارة للنفس»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٦، ح ٨.

۴/۲۶

خواص انار ترش و شیرین (ملس)

۱۷۲۱. الکافی - به نقل از ولید بن صبیح - : امام صادق علیه السلام از انار شیرین یاد کرد و فرمود: «ترش و شیرین در شکم، سازگارتر است».

۱۷۲۲. امام رضا علیه السلام : انار ترش و شیرین بمک؛ چرا که انسان را نیرو می‌دهد و خون را زنده می‌سازد.^۱

۵/۲۶

خواص خوردن انار با پیه آن

۱۷۲۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : انار را با پیه^۲ آن بخورید؛ چرا که شست‌وشو دهنده معده است.

۱۷۲۴. امام علی علیه السلام : انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را پاک می‌کند. و هیچ دانه‌ای [از انار] در معده انسانی مسلمان، جای نمی‌گیرد، مگر این که آن را روشن می‌سازد^۳ و تا چهل پگاه، شیطان و وسوسه را از آن دور می‌کند.

۱۷۲۵. المحاسن - به نقل از محمد بن خالد برقی، از یکی از شیعیان، در حدیثی که سندش را به معصوم رساند - : از صعصعة بن صوحان نقل شده است که وی، هنگامی که امیر مؤمنان در حال شام خوردن بود، بر ایشان وارد شد. امام علیه السلام فرمود: «ای صعصعة! پیش آی و بخور».

۱. در طب الإمام الرضا علیه السلام، به جای «العز» (ترش و شیرین)، واژه «الإملیسی (مَلَس)» آمده است.

۲. پیه انار، سپیدی‌ای است که در درون انار است و دانه‌ها بر آن تعبیه شده است (لغت‌نامه ده

۳. علامه مجلسی می‌گوید: گویا نسبت «روشن ساختن» و «وسوسه» به معده، مجاز است و «

روشن ساختن دل و همچنین وسوسه دل است، بدان اعتبار که درستی دل و صلاح قلب،

معهده است (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۱۶۰).

قَالَ: قُلْتُ: قَدْ تَعَشَيْتُ، وَبَيْنَ يَدَيْهِ نِصْفُ رُمَانَةٍ، فَكَسَرَ لِي وَنَاوَلَنِي بَعْضَهُ، وَقَالَ:

كُلْهُ مَعَ قِشْرِهِ - يُرِيدُ مَعَ شَحْمِهِ - فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْحَفَرِ، وَبِالْبَخَرِ، وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ^۱.

۱۷۲۶. الإمام الصادق عليه السلام: كُلُوا الرُّمَانَ بِشَحْمِهِ؛ فَإِنَّهُ يَدْبَغُ الْمَعِدَةَ، وَيَزِيدُ فِي الدَّهْنِ^۲.

راجع: ج ۱، ص ۴۱۸ (ما يدبغ المعدة ويقوّ بها / الرمان).



۱. المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۶، ح ۲۲۳۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۱، ح ۳۲.
 ۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۵۲، ح ۱۲ عن صالح بن عقیبة، المحاسن، ج ۲، ص ۳۵۶، ح ۲۲۳۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۰، ح ۲۷.

[صعصعه می‌گوید:]گفتم: شام خورده‌ام.

در این هنگام، نیمه‌ای از یک انار، نزد امام علیه السلام بود. تگه‌ای از آن را شکست و به دستم داد و فرمود: «آن را با پیهش بخور؛ چرا که زردشدگی دندان‌ها و یدبویی دهان را می‌برد و انسان را پاک می‌سازد».

۱۷۲۶. امام صادق علیه السلام: انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را می‌پالاید و ذهن را افزون می‌کند.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۱۹ (آنچه معده را می‌پالاید و تقویت می‌کند / انار).



مرکز تحقیقات و نشر علوم اسلامی

الفصل السابع والعشرون

الزَّيْبُ



١٧٢٧. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالزَّيْبِ، فَإِنَّهُ يُطْفِئُ الْمِرَّةَ، وَيُسَكِّنُ الْبَلْغَمَ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيُذْهِبُ النَّصَبَ، وَيُحَسِّنُ الْقَلْبَ.^١
١٧٢٨. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالزَّيْبِ؛ فَإِنَّهُ يَكْشِفُ الْمِرَّةَ، وَيُذْهِبُ الْبَلْغَمَ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيُذْهِبُ الْإِعْيَاءَ، وَيُحَسِّنُ الْخُلُقَ، وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ، وَيُذْهِبُ بِالْغَمِّ.^٢
١٧٢٩. الاختصاص عن أبي هند الدَّارِي: أَهْدَيْ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ طَبَقٌ^٣ مُغَطَّى، فَكَشَفَ الْغِطَاءَ عَنْهُ، ثُمَّ قَالَ:
- كُلُوا بِاسْمِ اللَّهِ، نِعَمَ الطَّعَامُ الزَّيْبُ؛ يَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيُذْهِبُ بِالْوَصَبِ،

١. طب النبي ﷺ، ص ٩، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٨.

٢. الخصال، ص ٣٤٣، ح ٩ عن أحمد الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه ﷺ، روضة الواعظين، ص ٣٤٠، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٠، ح ١٢٧٢ نحوه وفيه «... ويصحَّ الجسم و...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥١، ح ١؛ كنز العمال، ج ١٠، ص ٤١، ح ٢٨٢٦٥ نقلاً عن أبي نعيم عن الإمام علي عليه السلام عنه ﷺ.

٣. في المصدر: «طَبَقاً»، والتصويب من بحار الأنوار وتاريخ دمشق.

فصل بیست و هفتم

مویز

۱ / ۲۷



۱۷۲۷. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد مویز؛ چرا که تلخه را خاموش می‌کند، بلغم را فرو می‌نشاند، پی را استحکام می‌بخشد، خستگی را می‌برد و قلب را نیکو می‌سازد.

۱۷۲۸. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد مویز؛^۱ چرا که تلخه را می‌زداید، بلغم را می‌برد، پی را استحکام می‌بخشد، رنجیدگی و خستگی را از میان برمی‌دارد، خوی را خوش می‌سازد، دل را پاک (پیراسته) می‌دارد و اندوه (پریشانی) را می‌برد.

۱۷۲۹. الاختصاص - به نقل از ابو هندی داری - : طَبَقِي رَوَى پوشیده به پیامبر خدا اهدا کردند. ایشان، پوشش را از آن برداشت و سپس فرمود: «به نام خدا

۱. این حدیث، در: عیون أخبار الرضا (ج ۲ ص ۳۵ ح ۸۱)، صحیفه الإمام الرضا (ص ۱۰۷ ح ۵۸)، مکارم الأخلاق (ج ۱ ص ۴۱۵ ح ۱۴۰۵)، و الدعوات (ص ۱۴۷ ح ۳۸۶) هم وجود دارد؛ لیکن در آنها به جای «زیب (مویز)»، واژه «زیت (روغن زیتون)» آمده که با توجه به نزدیک بودن نگارش این دو کلمه به همدیگر در زبان عربی، احتمال تصحیف در یکی از آن دو، وجود دارد و چون خواص و آثار ذکر شده در این حدیث، کم و بیش در احادیث دیگر درباره مویز هم وارد شده، ما نسخه زیب را ترجیح داده، حدیث را در این فصل آوردیم و در فصل زیتون نیاوردیم.

وَيُطْفِئُ الْغَضَبَ، وَيَرْضِي الرَّبَّ، وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ، وَيُطَيِّبُ النَّكْهَةَ، وَيُصَفِّي
الْلَّوْنَ.^١

١٧٣٠. الإمام علي عليه السلام: إِنَّ الزَّيْبَ يَشُدُّ الْقَلْبَ وَيَذْهَبُ بِالْمَرَضِ، وَيُطْفِئُ الْحَرَارَةَ،
وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ.^٢

١٧٣١. الإمام الصادق عليه السلام: الزَّيْبُ يَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيَذْهَبُ بِالنَّصَبِ، وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ.^٣
١٧٣٢. عنه عليه السلام: إِذَا أَصَابَتْكُمْ مَجَاعَةٌ فَاعْبَثُوا بِالزَّيْبِ.^٤

٢ / ٢٧

خَوَاصُّ إِذَا أَكَلَ الزَّيْبَ عَلَى الرِّيقِ

١٧٣٣. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَنْ أَدَمَّنَ أَكَلَ الزَّيْبَ عَلَى الرِّيقِ، رُزِقَ الْفَهْمَ وَالْحِفْظَ وَالذَّهْنَ،
وَنَقَّصَ مِنَ الْبَلْغَمِ.^٥

١٧٣٤. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَنْ يَزِيدَ فِي حِفْظِهِ فَلْيَأْكُلْ سَبْعَ مَثَاقِيلَ زَيْبًا بِالْعَدَاةِ
عَلَى الرِّيقِ.^٦

راجع: العنوان الآتي (خواص أكل إحدى وعشرين زيبية).

١. الاختصاص، ص ١٢٤، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١٥، ح ١٦٠٦ نحوه، وفيه «الزيت» بدل «الزيب»، بحار
الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٣، ح ١١؛ تاريخ دمشق، ج ٢١، ص ٦٠، ح ٤٧٢٤ وليس فيه «ويرضي الرب»،
الفردوس، ج ٤، ص ٢٦٥، ح ٦٧٨٠، كنز العمال، ج ١٠، ص ٢١، ح ٢٨٢٦٦ نقلاً عن غير واحد.

٢. الأمالي للطوسي، ص ٣٦٢، ح ٧٥١ عن علي بن علي بن رزين عن الإمام الرضا عن أبياته عليه السلام عن النزال بن
سيرة، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٠، ح ١٢٧٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٢، ح ٥.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٢، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٤، ح ٢٢٦٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٣، ح ٨.

٤. الكافي، ج ٥، ص ٣٠٨، ح ١٨، تهذيب الأحكام، ج ٧، ص ١٦٣، ح ٧٢٣ وفيه «فاعتثوا» بدل «فاعبثوا»
وكلاهما عن الحسين بن ثوير.

٥. بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٧١، ح ٧٠ نقلاً عن كتاب الجنة للكفعمي عن ابن مسعود.

٦. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٦، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢٤.

بخورید. مویز، چه نیکو خوراکی است! پی را استحکام می‌بخشد، بیماری را از میان می‌برد، خشم را فرو می‌نشاند، پروردگار را خشنود می‌سازد، بلغم را می‌برد، بوی دهان را خوش می‌سازد و رنگ را صفا می‌دهد.

۱۷۳۰. امام علی علیه السلام: مویز، قلب را استحکام می‌بخشد، بیماری را می‌برد، حرارت را خاموش می‌سازد و دل را خوشی می‌دهد.

۱۷۳۱. امام صادق علیه السلام: مویز، پی را استحکام می‌بخشد، خستگی را می‌برد و دل را خوشی می‌دهد.

۱۷۳۲. امام صادق علیه السلام: اگر قحطی‌ای به شما رسید، با مشغول داشتن خویش به مویز،^۱ خود را سیر کنید.

۲/۲۷ خواص خوردن مویز در حالت ناشتا

۱۷۳۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس به خوردن مویز در حالت ناشتا عادت کند، فهم و حافظه و ذهن، روزی او می‌شود و بلغم وی می‌کاهد.

۱۷۳۴. امام رضا علیه السلام: هر کس که می‌خواهد به حافظه‌اش افزوده شود، صبحگاهان در حالت ناشتا، هفت مثقال مویز بخورد.

ر.ک: عنوان بعدی (خواص خوردن پیست و یک دانه مویز).

۱. عبارت عربی، «فاعتَبُوا بِالزَّيْبِ» است. علامه مجلسی، در این باره می‌گوید: «فاعتَبُوا»، کنایه از خوردن اندک اندک و تدریجی مویز است؛ زیرا با اندکی مویز، شدت گرسنگی، فروکش می‌کند. در برخی از نسخه‌ها نیز «فاعتَبُوا» از مصدر «اعتناء» به معنای اهتمام و توجه آمده است. کسانی نیز این واژه را «فاعتَبُوا» خوانده‌اند که به همین معنای اخیر است (مرآة العقول، ج ۱۹، ص ۴۲۴).

٣ / ٢٧

خَوَاصُّ أَكْلِ الْخَدَى وَعِشْرِينَ زَيْبَةً

١٧٣٥. الإمام علي عليه السلام: مَنْ أَكَلَ إِحْدَى وَعِشْرِينَ زَيْبَةً حَمَاءَ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ، دَفَعَ اللَّهُ عَنْهُ كُلَّ مَرَضٍ وَسُقْمٍ.^١

١٧٣٦. عنه عليه السلام: مَنْ أَكَلَ إِحْدَى وَعِشْرِينَ زَيْبَةً حَمَاءَ عَلَى الرَّيْقِ، لَمْ يَجِدْ فِي جَسَدِهِ شَيْئاً يَكْرَهُهُ.^٢

١٧٣٧. عنه عليه السلام: إِحْدَى وَعِشْرُونَ زَيْبَةً حَمَاءَ فِي كُلِّ يَوْمٍ عَلَى الرَّيْقِ تَدْفَعُ جَمِيعَ الْأَمْرَاضِ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ.^٣

١٧٣٨. عنه عليه السلام: مَنْ اصْطَبَحَ بِإِحْدَى وَعِشْرِينَ زَيْبَةً حَمَاءَ لَمْ يَمْرَضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ إِنْ شَاءَ اللَّهُ.^٤

١٧٣٩. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ أَدَمَّنَ إِحْدَى وَعِشْرِينَ زَيْبَةً حَمَاءَ، لَمْ يَمْرَضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ.^٥

١. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٧ عن المفضل عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٣، ح ٩.

٢. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٤١، ح ١٣٣ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، الأمالي للطوسي، ص ٣٦١، ح ٧٥٠ عن علي بن علي بن رزين عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام عن النزال بن سبرة، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٠، ح ١٢٦٩ وليس فيهما «على الريق»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥١، ح ٣؛ كنز العمال، ج ١٠، ص ٨٦، ح ٢٨٤٧٢ نقلاً عن المصنف لعبد الرزاق.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٢، ح ٢ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عليه السلام، الخصال، ص ٦١٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، تحف العقول، ص ١٠١، الأمالي للطوسي، ص ٣٦٠، ح ٧٢٩ عن علي بن علي بن رزين عن الإمام الرضا عن آبائه عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٢، ح ٦.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٥١، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٤، ح ٢٢٦٧ عن السكوني عن الإمام الصادق عن أبيه عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥٢، ح ٧.

٥. المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٣، ح ٢٢٦٦ عن ابن سنان، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٥١، ح ٤.

۳/۲۷

خواص خوردن بیست و یک دانه مویز

۱۷۳۵. امام علی علیه السلام: هر کس در ابتدای روز، بیست و یک مویز سرخ بخورد، خداوند هر بیماری و ناتن درستی‌ای را از او دور می‌کند.

۱۷۳۶. امام علی علیه السلام: هر کس در حالت ناشتا بیست و یک مویز سرخ بخورد، در تن خویش، چیزی ناخوشایند نخواهد یافت.^۱

۱۷۳۷. امام علی علیه السلام: [خوردن] بیست و یک مویز سرخ در هر صبح در حالت ناشتا، همه بیماری‌ها را دور می‌کند، مگر بیماری مرگ را.

۱۷۳۸. امام علی علیه السلام: هر کس بیست و یک مویز سرخ را خورش خود بگیرد، به خواست خداوند، به هیچ بیماری‌ای مگر بیماری مرگ، مبتلا نمی‌شود.

۱۷۳۹. امام صادق علیه السلام: هر کس به خوردن بیست و یک مویز سرخ عادت کند، به بیماری‌ای جز بیماری مرگ، مبتلا نمی‌شود.

۱. در الأمالی و مکارم الأخلاق، عبارت «در حالت ناشتا» وجود ندارد.

الفصل الثامن والعشرون

الزيتون

١ / ٢٨

خواص الزيتون

١٧٣٠. رسول الله ﷺ: نِعَمَ السَّوَاكُ الزَّيْتُونُ، مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ؛ يُطَيِّبُ الْقَمَمَ، وَيَذْهَبُ

بِالْحَفَرِ، هُوَ سِوَاكِي وَسِوَاكُ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي.^١

١٧٣١. الإمام الصادق عليه السلام: الزَّيْتُونُ يَزِيدُ فِي الْمَاءِ.^٢

١٧٣٢. الكافي عن إبراهيم بن محمد الزارع البصري عن رجل عن الإمام الصادق عليه السلام،

قال: ذَكَرْنَا عِنْدَهُ الزَّيْتُونُ، فَقَالَ الرَّجُلُ: يَجْلِبُ الرِّيَّاحُ.

فَقَالَ: لَا، بَلْ يَطْرُدُ الرِّيَّاحَ.^٣

١. المعجم الأوسط، ج ١، ص ٢١٠، ح ٦٧٨، مسند الشاميين: ج ١، ص ٥٠، ح ٤٦، تفسير القرطبي: ج ٢٠،

ص ١١٠، الفردوس، ج ٤، ص ٢٦٠، ح ٦٧٦٧، كلها عن معاذ بن جبل، كنز العمال، ج ٩، ص ٣٢١،

ح ٢٦٢٢٨، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ١١٥، ح ٢٦١، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ١٣٥، ح ٤٨.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٢، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٠، ح ١٩٠٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٢، ح ١٥.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٣١، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٠، ح ١٩٠٢ وفيه «الزَّارِع» بدل «الزَّارِع»، بحار

الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨١، ح ١٥.

فصل بیست و هشتم

زیتون

۱/۲۸



۱۷۴۰. پیامبر خدا ﷺ: چه نیکو مسواکی است زیتون، از درختی خجسته! دهان را خوشبو می‌کند، چرم دندان را می‌برد، و مسواک من و پیامبران پیش از من است.

۱۷۴۱. امام صادق علیه السلام: زیتون، آب = (منی) را افزون می‌سازد.

۱۷۴۲. الکافی - به نقل از ابراهیم بن محمد زارع بصری، درباره مردی - : نزد امام صادق علیه السلام از زیتون، سخن به میان آوردیم. آن مرد گفت: بادهای را به بدن درمی‌آورد.

امام علیه السلام فرمود: «نه؛ بلکه بادهای را می‌راند».

۱۷۴۳. الکافي عن إسحاق بن عمار أو غيره: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: إِنَّهُمْ يَقُولُونَ: الزَّيْتُونَ يُهَيِّجُ الرِّيَّاحَ.

فَقَالَ: إِنَّ الزَّيْتُونَ يَطْرُدُ الرِّيَّاحَ.^۱

۱۷۴۴. الإمام الكاظم عليه السلام: كَانَ مِمَّا أَوْصَى بِهِ آدَمُ عليه السلام إِلَى هَيْبَةِ اللَّهِ ابْنِهِ أَنْ كُلَّ الزَّيْتُونَ؛ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ.^۲

۲/۲۸

خَوَاصُّ الزَّيْتِ

۱۷۴۵. رسول الله صلى الله عليه وآله: كُلُّوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ؛ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ.^۳

۱۷۴۶. عنه عليه السلام: كُلُّوا الزَّيْتَ؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ، وَاتَّذِمُوا بِهِ وَادَّهِنُوا بِهِ؛ فَإِنَّهُ يَخْرُجُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ.^۴

۱۷۴۷. سنن الترمذي عن زيد بن أرقم: أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله أَنْ نَتَدَاوِيَ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ

۱. الکافي، ج ۶، ص ۲۳۱، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۰، ح ۱۹۰۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۱، ح ۱۶ وفيه «الزيت» بدل «الزيتون» في المورد الأول.

۲. الکافي، ج ۶، ص ۲۳۱، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۰، ح ۱۹۰۴، كلاهما عن إبراهيم بن عبد الحميد، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۲، ح ۱۴.

۳. الکافي، ج ۶، ص ۲۳۱، ح ۱ عن ابن القدّاح، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۵، ح ۱۴۰۸، كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۱، ح ۱۹۰۶ عن ابن القدّاح عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۸۲، ح ۱۶، سنن الترمذي، ج ۴، ص ۲۸۵، ح ۱۸۵۱ عن عمر، مسند ابن حنبل، ج ۵، ص ۴۲۳، ح ۱۶۰۵۴، المستدرک علی الصحيحین، ج ۲، ص ۴۳۲، ح ۲۵۰۴، التاريخ الكبير (كتاب الكنى)، ج ۸، ص ۶، ح ۳۱، أسد الغابة، ج ۶، ص ۱۱ والأربعة الأخيرة عن أبي أسيد.

۴. سنن الدارمي، ج ۱، ص ۵۳۴، ح ۱۹۸۰ عن أبي أسيد الأنصاري، المصنّف لعبد الرزّاق، ج ۱۰، ص ۴۲۲، ح ۱۹۵۶۸ عن زيد بن أسلم عن أبيه وليس فيه «كلوا الزيت فإِنَّهُ مبارك» ، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۷۹، ح ۴۰۹۸۴.

۱۷۴۳. الکافی - به نقل از اسحاق بن عمار یا کسی دیگر - : به امام صادق علیه السلام گفتم :

آنان می گویند که زیتون ، بادهای را برمی انگیزد .

فرمود : «زیتون ، بادهای را می راند» .

۱۷۴۴. امام کاظم علیه السلام : یکی از چیزهایی که آدم علیه السلام به فرزند خود ، هبة الله ، سفارش

کرد ، این بود که : «زیتون بخور ؛ چرا که از درختی خجسته است» .

۲ / ۲۸

خواص روغن زیتون

۱۷۴۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : روغن زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون ، چرب کنید ؛

چرا که آن ، از درختی خجسته است .

۱۷۴۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : روغن زیتون بخورید ؛ چرا که خجسته است . از آن ، خورش

بسازید و از روغن آن بر خویش بمالید ؛ چرا که از درختی خجسته بیرون

می آید .

۱۷۴۷. سنن الترمذی - به نقل از زید بن أرقم - : پیامبر خدا به ما فرمود که ذات الجنب

بِالْقُسْطِ الْبَحْرِيِّ وَالزَّيْتِ ١.

١٧٤٨. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِزَيْتِ الزَّيْتُونِ، فَكُلُوهُ وَادَّهِنُوا بِهِ؛ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ مِنَ الْبَاسُورِ ٢.

١٧٤٩. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِهَذِهِ الشَّجَرَةِ الْمُبَارَكَةِ زَيْتِ الزَّيْتُونِ، فَتَدَاوُوا بِهِ؛ فَإِنَّهُ مَصْحَةٌ

مِنَ الْبَاسُورِ ٣.

١٧٥٠. عنه ﷺ: كُلُوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِهِ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً مِنْهَا الْجُدَامُ ٤.

١٧٥١. عنه ﷺ: الزَّيْتُ دُهْنُ الْأَبْرَارِ وَإِدَامُ الْأَخْيَارِ، بورك فيه مُقْبِلًا وبورك فيه مُدْبِرًا،

إِنْغَمَسَ بِالْقُدْسِ مَرَّتَيْنِ ٥.

١٧٥٢. الإمام علي عليه السلام: ادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ وَاتَّيِدُوا بِهِ؛ فَإِنَّهُ دُهْنَةُ الْأَخْيَارِ وَإِدَامُ الْمُصْطَفَيْنِ،

مُسِخَتْ بِالْقُدْسِ مَرَّتَيْنِ، بوركَتْ مُقْبِلَةً وبوركَتْ مُدْبِرَةً، لَا يَضُرُّ مَعَهَا دَاءٌ ٦.

١٧٥٣. الإمام الصادق عليه السلام: شَرِبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنَبِّئُ اللَّحْمَ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ، وَيُرِقُّ

الْبَشَرَةَ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاءِ ٧.

١٧٥٤. عنه ﷺ: إِنْ خَرَجَ بِالرَّجُلِ مِنْكُمْ الْخَرَاةُ أَوْ الدُّمْلُ فَلْيَرْطِبْهُ، وَلْيَتَدَاوِ بِزَيْتٍ أَوْ سَمْنٍ ٨.

١. سنن الترمذي، ج ٤، ص ٤٠٧، ح ٢٠٧٩، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢٢٤، ح ٧٢٤٣، المعجم

الکبیر، ج ٥، ص ٢٠٢، ح ٥٠٩٠ نحوه، کتالعمال، ج ١٠، ص ٢٤، ح ٢٨١٨٧.

٢. کتالعمال، ج ١٠، ص ٢٧، ح ٢٨٢٩٥ نقلًا عن ابن السنی عن عقبه بن عامر.

٣. المعجم الکبیر، ج ١٧، ص ٢٨١، ح ٧٧٤ عن عقبه بن عامر، کتالعمال، ج ١٠، ص ٢٧، ح ٢٨٢٩٦.

٤. کتالعمال، ج ١٠، ص ٢٨، ح ٢٨٢٩٩ نقلًا عن أبي نعیم فی الطب عن أبي هريرة.

٥. الکافی، ج ٦، ص ٣٣٢، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٢، ح ١٩١٢ کلاهما عن عبدالمؤمن الأنصاري عن

الإمام الباقري عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٣، ح ٢١.

٦. الکافی، ج ٦، ص ٣٣١، ح ٤ عن أبي داود النخعي عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨١،

ح ١٩٠٧ عن أبي داود النخعي عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٢، ح ١٧.

٧. الکافی، ج ٦، ص ٣٠٦، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٧، ح ١٩٣٧ کلاهما عن عبد الله بن مسكان،

بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٦، ح ٦.

٨. الکافی، ج ٤، ص ٣٥٩، ح ٦، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ٢، ص ٣٤٩، ح ٢٦٥٧ وفيه «بالمحرّم» بدل

«بالرجل» و«فليبطه» بدل «فليربطه» وكلاهما عن هشام بن سالم.

را با بُستک دریایی و روغن زیتون، درمان کنیم.

۱۷۴۸. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد روغن زیتون. آن را بخورید و بدن را با آن، چرب کنید؛ چرا که برای درمان باسور، سودمند است.

۱۷۴۹. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد این درخت مبارک، روغن زیتون. با آن، درمان بجوید؛ چرا که مایهٔ سلامت از باسور است.

۱۷۵۰. پیامبر خدا ﷺ: روغن زیتون بخورید و خود را با آن، چرب کنید؛ زیرا در آن، درمان هفتاد درد است که جذام، از جملهٔ آنهاست.

۱۷۵۱. پیامبر خدا ﷺ: روغن زیتون، روغن پاکان و خورش نیکان است. در آن، بدان‌گاه که روی می‌کند و نیز بدان‌گاه که پشت می‌کند، برکت نهاده شده است و دو بار در پاکی، غوطه‌ور شده است.

۱۷۵۲. امام علی علیه السلام: با روغن زیتون، بدن را چرب کنید و با آن، خورش بسازید؛ چرا که روغن نیکان و خورش برگزیدگان است، دو بار به پاکی سوده شده، [و] در آن، بدان هنگام که روی می‌کند و بدان هنگام که پشت می‌کند، برکت نهاده شده است و با وجود آن، هیچ بیماری‌ای زیان نمی‌رساند.

۱۷۵۳. امام صادق علیه السلام: خوردن سَویق^۱ با روغن زیتون، گوشت می‌رویاند، استخوان را استحکام می‌بخشد، پوست را نازک می‌کند و بر توان جنسی می‌افزاید.

۱۷۵۴. امام صادق علیه السلام: اگر از بدن کسی از شما، جوش یا آماسه‌ای بیرون زد، آن را ببندد و با روغن زیتون یا روغن حیوانی، درمان کند.

۱. معنای سَویق، در صفحهٔ ۳۷۵ خواهد آمد.

الفصل التاسع والعشرون

السَّعْتَرُ

١٧٥٥. الإمام الكاظم عليه السلام : كَانَ دَوَاءُ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام السَّعْتَرُ، وَكَانَ يَقُولُ: إِنَّهُ يَصِيرُ

لِلْمَعِدَةِ خَمَلًا كَحَمْلِ الْقَطِيفَةِ ١.

١٧٥٦. مكارم الأخلاق عن الإمام الصادق عليه السلام : أَرْبَعَةُ أَشْيَاءَ تَجْلُو الْبَصَرَ وَيَنْفَعْنَ وَلَا

يَضُرُّرْنَ. مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

فُسَيْلٌ عَنْهُنَّ، فَقَالَ: السَّعْتَرُ وَالْمِلْحُ إِذَا اجْتَمَعَا، وَالنَّائِخَوَاهُ وَالْجَوْرُ إِذَا

اجْتَمَعْنَ.

فَقِيلَ لَهُ: وَلِمَا تَصْلُحُ هَذِهِ الْأَرْبَعَةُ إِذَا اجْتَمَعْنَ؟

فَقَالَ: النَّائِخَوَاهُ وَالْجَوْرُ يُحْرِقَانِ الْبَوَاسِيرَ، وَيَطْرُدَانِ الرِّيحَ، وَيُخَسِّنَانِ

اللُّونَ، وَيُخَسِّنَانِ الْمَعِدَةَ، وَيُسَخِّنَانِ الْكُلَى.

وَالسَّعْتَرُ وَالْمِلْحُ يَطْرُدَانِ الرِّيحَ مِنَ الْفَوَادِ، وَيَفْتَحَانِ الشَّدَدَ، وَيُحْرِقَانِ

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٥، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٦، ح ٢٢٩٣ كلاهما عن زياد بن مروان القندي،

بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٤٤، ح ٢.

فصل بیست و نهم آویشن

۱۷۵۵. امام کاظم علیه السلام: داروی امیر مؤمنان علیه السلام، آویشن^۱ بود. او می فرمود: «آویشن برای معده، پُرسی همانند پُرس پارچه های مخمل می شود».

۱۷۵۶. مکارم الأخلاق: امام صادق علیه السلام فرمود: «چهار چیز، چشم را جلا می دهد،

سودمند است و هیچ زیانی ندارد».

درباره آنها از امام علیه السلام پرسیدند.

فرمود: «آویشن و نمک، وقتی با هم باشند، و نانخواه و گردو، وقتی با هم باشند».

به ایشان گفتند: این چهار چیز، وقتی با هم باشند، به چه کار می آیند؟

فرمود: «نانخواه و گردو، [چون در بر هم قرار گیرند،] بواسیر را

۱. آویشن (سَمْتَر) که گاه برای جلوگیری از اشتباه شدن با شعیر، با حرف صاد نوشته می شود (ص)، نام گیاهی است. گفته اند: انواع فراوانی دارد که از آن جمله است: دشتی، باغی، کوهی، بلندبرگ، گردبرگ، نازک برگ، و پهن برگ. بیشتر این انواع نیز شناخته شده اند.

گیاهی است دارای طبع گرم و خشک در طبع سوم، تلغیف کننده و حلال است، پادها و نفخ را از میان می برد، غذاهای سخت گوار را هضم می کند، رطوبت را از معده می گیرد، پیشاب و خون قاعدگی را روان می سازد، چشمان کم سو را پُرسو می کند و استفاده از آن به صورت نوشیدن و نیز به صورت پماد، برای درد سرین، سودمند است.

الْبَلْغَمَ، وَ يُدِرَّانِ الْمَاءَ، وَيُطَيِّبَانِ النَّكْهَةَ، وَيُلَيِّنَانِ الْمَعِدَةَ، وَيُذْهِبَانِ الرِّيحَ
الْخَبِيثَةَ مِنَ الْفَمِ، وَيُصَلِّبَانِ الذِّكْرَ.^۱

۱۷۵۷. المحاسن: رُوِيَ أَنَّ الصُّعْتَرَ يَدْبُغُ الْمَعِدَةَ.^۲

۱۷۵۸. المحاسن: فِي حَدِيثٍ: إِنَّ الصُّعْتَرَ يُنْبِثُ زُبَرَ الْمَعِدَةِ.^۳

راجع: ج ۱، ص ۲۷۶ (ما يؤمن من اللقوة).



۱. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۱۶، ح ۱۴۱۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۹۸، ح ۴.
۲. المحاسن، ج ۲، ص ۳۲۳، ح ۲۰۹۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۴۳، ح ۱.
۳. المحاسن، ج ۲، ص ۳۲۳، ح ۲۰۹۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۴۳، ح ۱.

می سوزانند، باد را دور می کنند، رنگ پوست را زیبا می سازند، معده را سختی (مقاومت) می دهند و کلیه ها را گرم می کنند.

اما آویشن و نمک، [چون در بر هم قرار گیرند،] بادهای را از دل برون می رانند، انسدادها را می گشایند، بلغم را می سوزانند، آب (منی) را زیاد می گردانند، بوی دهان را خوش می سازند، معده را نرمی می دهند، بوهای بد را از دهان می برند و آلت را سفتی می بخشند».

۱۷۵۷. المحاسن: روایت شده است که آویشن، معده را می پالاید.

۱۷۵۸. المحاسن: در حدیث است که آویشن، پُرز معده را می رویاند.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۷۷ (آنچه از کژدهانی ایمنی می دهد).



مرکز تحقیقات گیاهان دارویی

الفصل الثلاثون

السُّعْدُ

١٧٥٩. الإمام الصادق عليه السلام: اِتَّخِذُوا فِي أَسْنَانِكُمُ السُّعْدَ؛ فَإِنَّهُ يُطَيِّبُ الْفَمَ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ^١.

١٧٦٠. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ اسْتَنْجَى بِالسُّعْدِ بَعْدَ الْغَائِطِ، وَغَسَلَ بِهِ فَمَهُ بَعْدَ الطَّعَامِ، لَمْ تُصِبْهُ عِلَّةٌ فِي فَمِهِ، وَلَمْ يَخَفْ شَيْئًا مِنْ أَرِيَّاحِ الْهَوَاسِيرِ^٢.

١٧٦١. مكارم الأخلاق عن إبراهيم بن نظام: أَخَذَنِي اللَّصُوصُ وَجَعَلُوا فِي فَمِي الْفَالَوْدَجَ الْحَارَّ حَتَّى نَضِجَ، ثُمَّ حَشَوَهُ بِالثَّلْجِ بَعْدَ ذَلِكَ فَتَسَاقَطَتِ أَسْنَانِي وَأَضْرَاسِي، فَرَأَيْتُ الرِّضَا عليه السلام فِي النَّوْمِ فَشَكَّوْتُ إِلَيْهِ ذَلِكَ، فَقَالَ: اِسْتَعْمِلِ السُّعْدَ؛ فَإِنَّ أَسْنَانَكَ تَنْبُتُ.

فَلَمَّا حُمِلَ إِلَى خُرَاسَانَ بَلَغَنِي أَنَّهُ مَارٌّ بِنَا فَاسْتَقْبَلْتُهُ وَسَلَّمْتُ عَلَيْهِ.

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٩، ح ٤ عن أبي عزيز المرادي، الخصال، ص ٦٣، ح ٩١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٠٣، ح ١٦٠١ كلاهما عن فضيل بن عثمان، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٠٢، ح ٩٥٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٣٥، ح ٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٨، ح ٣، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٣٥، ح ٥.

فصل سی‌ام مُشک

۱۷۵۹. امام صادق علیه السلام: مُشکک^۱ را به لابه‌لای دندان‌های خویش درآورید؛ چرا که دهان را خوش‌بو می‌کند و بر توان همبستری می‌افزاید.

۱۷۶۰. امام کاظم علیه السلام: هر کس پس از قضای حاجت، آلودگی مقعد را با مُشکک بزدايد و پس از غذا خوردن نیز دهان خویش را با مُشکک بشوید، نه بیماری‌ای از بیماری‌های دهان به او می‌رسد و نه [باید] از باد بواسیر بترسد.

۱۷۶۱. مکارم‌الأخلاق - به نقل از ابراهیم بن نظام - : دزدان، مرا گرفتند و در دهانم پالودهٔ داغ ریختند تا آن‌که دهانم پخت. پس از آن، دهانم را با یخ، پُر کردند و در نتیجه دندان‌هایم سست شد.^۲

۱. مُشکک یا مُشک‌زمین، گیاهی است از تیرهٔ جگن‌ها که دارای ساقهٔ زیرزمینی بسیار خوش‌بوی و معطر است و به طور خودرو در مزارع می‌روید؛ سَعْد، سَعْد کوفی، طِیلاق، تِیلاق، مِشْت مُشکک، قرقرون و مُشک زیرزمین [نام‌های دیگر آن هستند] (فرهنگ معین).

۲. در منبع «فتساقطت (دندان‌هایم ریخت)» آمده است. ظاهراً مقصود، آن است که دندان‌هایش در آستانهٔ ریختن قرار گرفت. آنچه در برخی از دیگر چاپ‌های کتاب مکارم‌الأخلاق آمده نیز گواه این معناست؛ چرا که در برخی از چاپ‌ها به جای «فتساقطت»، عبارت «فتخلخلت» آمده که خود به معنای سست شدن پایه‌های یک چیز است.

وَذَكَرْتُ لَهُ حَالِي وَإِنِّي رَأَيْتُهُ فِي الْمَنَامِ وَأَمَرَنِي بِاسْتِعْمَالِ السُّعْدِ.

فَقَالَ: وَأَنَا آمُرُكَ بِهِ فِي الْيَقَظَةِ، فَاسْتَعْمَلْتُهُ فَعَادَتْ أَسْنَانِي وَأَضْرَاسِي كَمَا

كَانَتْ.^۱

راجع: ج ۱، ص ۲۷۸، ح ۶۲۵

ج ۱، ص ۴۰۲، ح ۶۷۸ و ۶۷۹



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۶، ح ۱۴۱۲، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۲۵، ح ۱.

پس از چندی، امام رضا علیه السلام را در خواب دیدم. از این پیشامد به نزد ایشان، اظهار ناراحتی کردم.

فرمود: «از مُشکک، بهره بجوی؛ چرا که، در این صورت، دندان‌هایت ثابت خواهند ماند».

هنگامی که ایشان به خراسان آورده شد، به من خبر رسید که بر ما نیز خواهد گذشت. به استقبال ایشان رفتم و به ایشان سلام کردم و حال خویش را و این که ایشان را در خواب دیده بودم و ایشان مرا به استفاده از مشکک سفارش فرموده بود، با ایشان در میان نهادم.

فرمود: «اکنون در بیداری، تو را بدان سفارش می‌کنم».

من نیز از آن، بهره جستیم و دندان‌هایم به وضع پیشین باز گشت.

ر.ک: ج ۱، ص ۳۷۹، ح ۶۳۵.

ج ۱، ص ۴۰۳ ح ۶۷۸ و ۶۷۹.



مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

الفصل الحادي والثلاثون

السَّفَرَجَلُ

١/٣١

خَوَاصُّ السَّفَرَجَلِ

١٧٦٢. رسول الله ﷺ: أَكُلُ السَّفَرَجَلِ يَذْهَبُ ظِلْمَةُ الْبَصَرِ.^١

١٧٦٣. عنه ﷺ: أَكُلُ السَّفَرَجَلِ يَذْهَبُ بِطَخَاءِ الْقَلْبِ.^٢

١٧٦٤. عنه ﷺ: كُلُّوا السَّفَرَجَلَ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْفُؤَادَ. وَمَا بَعَثَ اللَّهُ نَبِيًّا إِلَّا أَطْعَمَهُ مِنْ

سَفَرَجَلِ الْجَنَّةِ، فَيَزِيدُ فِيهِ قُوَّةَ أَرْبَعِينَ رَجُلًا.^٣

١٧٦٥. عنه ﷺ: إِذَا وَجَدَ أَحَدُكُمْ طَخَاءً عَلَى قَلْبِهِ، فَلْيَأْكُلِ السَّفَرَجَلَ.^٤

١٧٦٦. الإمام علي عليه السلام: دَخَلَ طَلْحَةُ بْنُ عُبَيْدٍ اللَّهِ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَفِي يَدِ

١. طب النبي ﷺ، ص ٨، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٦.

٢. كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٠، ح ٢٨٢٦١ نقلاً عن القالي في أماليه عن أنس.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٣، ح ١٢٤٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٧، ح ٣٧.

٤. نثر الدر، ج ١، ص ٢١١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٩، النهاية في غريب الحديث، ج ٣، ص ١١٦.

فصل سی و یکم



۱۷۶۲. پیامبر خدا ﷺ: خوردن به نیرگی چشم را از میان می برد.

۱۷۶۳. پیامبر خدا ﷺ: خوردن به سنگینی سینه را از میان می برد.

۱۷۶۴. پیامبر خدا ﷺ: به بخورید که دل را جلا می دهد. خداوند، هیچ پیامبری را برنگزیده، مگر این که از به بهشت به او خورانده و نیروی چهل مرد را به او افزوده است.

۱۷۶۵. پیامبر خدا ﷺ: هرگاه کسی از شما در قلب خود، سنگینی ای احساس می کند، به بخورد.

۱۷۶۶. امام علی علیه السلام: در حالی که پیامبر خدا یک به در دست داشت، طلحة بن

رَسُولِ اللَّهِ ﷺ سَفَرَجَلَةً قَدْ جَاءَ بِهَا إِلَيْهِ، وَقَالَ: خُذْهَا يَا أَبَا مُحَمَّدٍ؛ فَإِنَّهَا تُجِمُّ الْقَلْبَ.^۱

۱۷۶۷. الإمام الصادق عليه السلام: إِنَّ الزُّبَيْرَ دَخَلَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَبِيَدِهِ سَفَرَجَلَةً.

فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَا زُبَيْرُ، مَا هَذِهِ بِيَدِكَ؟

فَقَالَ لَهُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، هَذِهِ سَفَرَجَلَةٌ.

فَقَالَ: يَا زُبَيْرُ، كُلِ السَّفَرَجَلَ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ.

قَالَ: وَمَا هِيَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟

قَالَ: يُجِمُّ الْقَوَادِ، وَيُسَخِّي الْبَخِيلَ، وَيُسَجِّعُ الْجَبَانَ.^۲

۱۷۶۸. المعجم الكبير عن طلحة: أَتَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ وَهُوَ فِي جَمَاعَةٍ مِنْ أَصْحَابِهِ وَفِي

يَدِهِ سَفَرَجَلَةٌ يُقَلِّبُهَا، فَلَمَّا جَلَسْتُ إِلَيْهِ دَحَا بِهَا نَحْوِي، ثُمَّ قَالَ:

دَوْنَكُمَا أَبَا مُحَمَّدٍ؛ فَإِنَّهَا تَشُدُّ الْقَلْبَ، وَتُطَيِّبُ النَّفْسَ، وَتَذْهَبُ بِطَخَاوَةِ

الصَّدْرِ.^۳

۱۷۶۹. سنن ابن ماجه عن طلحة: دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ وَبِيَدِهِ سَفَرَجَلَةٌ فَقَالَ: دَوْنَكُمَا يَا

طَلْحَةُ؛ فَإِنَّهَا تُجِمُّ الْقَوَادِ.^۴

۱۷۷۰. المحاسن عن طلحة بن عمرو: دَخَلَ طَلْحَةُ بْنُ عُبَيْدِ اللَّهِ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَفِي

۱. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ۲، ص ۴۱، ح ۱۳۲ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام،

الدعوات، ص ۱۵۱، ح ۴۰۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۷، ح ۲۸.

۲. الخصال، ص ۱۵۷، ح ۱۹۹ عن شهاب بن عبد ربّه، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۷، ح ۲۲۷۹، مكارم الأخلاق،

ج ۱، ص ۳۷۱، ح ۱۲۲۹، روضة الواعظين، ص ۳۴۰ كلاهما عن رسول الله ﷺ وفيهما من «كُلِ

السفرجل...»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۶، ح ۲.

۳. المعجم الكبير، ج ۱، ص ۱۱۷، ح ۲۱۹، كنز العمال، ج ۱۰، ص ۴۱، ح ۲۸۲۶۲.

۴. سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۱۱۸، ح ۳۳۶۹، المستدرک علی الصحیحین، ج ۴، ص ۴۵۶، ح ۸۲۶۵، ربيع

الأبرار، ج ۱، ص ۲۶۱، كنز العمال، ج ۱۰، ص ۴۱، ح ۲۸۲۶۳.

عبید الله بر ایشان وارد شد. پیامبر ﷺ آن به را نزدیک طلحه برد و فرمود:
«ای ابو محمد! این را بگیر، که قلب را آرامش و آسایش می دهد».

۱۷۶۷. امام صادق ﷺ: زبیر، در حالی که به در دست داشت، بر پیامبر ﷺ وارد شد.
پیامبر ﷺ از او پرسید: «ای زبیر! این چیست که در دست توست؟»
گفت: ای پیامبر خدا! این، یک به است.

فرمود: «ای زبیر! به بخور؛ چرا که دارای سه ویژگی است».
پرسید: ای پیامبر خدا! آن ویژگی ها چیست؟

فرمود: «قلب را آسایش و آرامش می دهد، بخیل را گشاده دستی
می دهد و ترسو را دلیر می کند».

۱۷۶۸. المعجم الکبیر - به نقل از طلحه - : در حالی که پیامبر ﷺ در جمع شماری از
یاران خویش بود و یک دانه به در دست داشت و می چرخاند، نزد ایشان
رفتم. چون در بر ایشان نشستیم، آن به را به سوی من انداخت و فرمود:
«ابو محمد! بگیر؛ چرا که قلب را تقویت می کند، دل را خوش می دارد و
سنگینی سینه را از میان می برد».

۱۷۶۹. سنن ابن ماجه - به نقل از طلحه - : در حالی که پیامبر ﷺ یک به در دست
داشت، بر ایشان وارد شدم. فرمود: «طلحه! بگیر، که قلب را آرامش و
آسایش می دهد».

۱۷۷۰. المحاسن - به نقل از طلحة بن عمرو - : در حالی که پیامبر خدا یک به در
دست داشت، طلحة بن عبد الله بر ایشان وارد شد. پیامبر ﷺ آن را به

يَدِهِ سَفَرَجَلَةً، فَأَلْقَاهَا إِلَى طَلْحَةَ، وَقَالَ: كُلْهَا؛ فَإِنَّهَا تُجِمُّ الْقَوَادَ.^۱
 ۱۷۷۱. رسول الله ﷺ: كُلُوا السَّفَرَجَلَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الذَّهْنِ، وَيَذْهَبُ بِطَخَاءِ الصَّدْرِ،
 وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ.^۲

۱۷۷۲. الإمام الصادق عليه السلام: كَانَ جَعْفَرُ بْنُ أَبِي طَالِبٍ عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ، فَأَهْدَى إِلَى النَّبِيِّ ﷺ
 سَفَرَجَلٌ، فَقَطَعَ مِنْهُ النَّبِيُّ ﷺ قِطْعَةً وَنَاوَلَهَا جَعْفَرًا، فَأَبَى أَنْ يَأْكُلَهَا.
 فَقَالَ: خُذْهَا وَكُلْهَا؛ فَإِنَّهَا تُدَكِّي الْقَلْبَ، وَتُشَجِّعُ الْجَبَانَ.^۳
 ۱۷۷۳. الإمام الكاظم عليه السلام: كَسَرَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ سَفَرَجَلَةً وَأَطْعَمَ جَعْفَرُ بْنُ أَبِي طَالِبٍ،
 وَقَالَ:

كُلْ؛ فَإِنَّهُ يُصَفِّي اللَّوْنَ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ.^۴
 ۱۷۷۴. الإمام الرضا عليه السلام: أَهْدَى لِلنَّبِيِّ ﷺ سَفَرَجَلٌ، فَضَرَبَ يَدَهُ عَلَى السَّفَرَجَلِ فَقَطَعَهَا،
 وَكَانَ يُحِبُّهَا حُبًّا شَدِيدًا، فَأَكَلَهَا وَأَطْعَمَ مَنْ كَانَ بِحَضْرَتِهِ مِنْ أَصْحَابِهِ.
 ثُمَّ قَالَ: عَلَيْكُمْ بِالسَّفَرَجَلِ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْقَلْبَ، وَيَذْهَبُ بِطَخَاءِ الصَّدْرِ.^۵
 ۱۷۷۵. الإمام علي عليه السلام: أَكَلَ السَّفَرَجَلُ يَزِيدُ فِي قُوَّةِ الرَّجُلِ وَيَذْهَبُ بِضَعْفِهِ.^۶
 ۱۷۷۶. عنه عليه السلام: أَكَلَ السَّفَرَجَلُ قُوَّةً لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَّةَ، وَيَزِيدُ فِي

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۶، ح ۲۲۷۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۱، ح ۱۶.
۲. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۴، ح ۱۲۴۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۷، ح ۳۷.
۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۷، ح ۲ عن السكوني، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۵، ح ۲۲۷۱ عن النوفلي بإسناده من دون إسناده إلى الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۹، ح ۹.
۴. المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۵، ح ۲۲۷۲ عن سليمان بن جعفر الجوهري، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۰، ح ۱۰؛ ربيع الأبرار، ج ۱، ص ۲۶۲ من دون إسناده إلى المعصوم.
۵. المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۴، ح ۲۲۷۰ عن إبراهيم بن عبد الحميد وزياد بن مروان، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۲، ح ۱۲۳۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۶۹، ح ۸.
۶. طب الأنبياء لابني بسطام، ص ۱۳۶ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عن أبيه عن جده عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۵، ح ۳۵.

سوی طلحه افکند و فرمود: «آن را بخور؛ چرا که قلب را آرامش و آسایش می‌دهد».

۱۷۷۱. پیامبر خدا ﷺ: به بخورید؛ چرا که ذهن را افزون می‌سازد، سنگینی سینه را می‌برد و فرزند را نکو می‌کند.

۱۷۷۲. امام صادق علیه السلام: جعفر بن ابی طالب، نزد پیامبر ﷺ بود. برای پیامبر ﷺ یک به، هدیه آوردند. پیامبر ﷺ قطعه‌ای را از آن برید و به جعفر داد. جعفر، از خوردنش خودداری ورزید. فرمود: «بگیر و بخور؛ چرا که قلب را هشیاری می‌دهد و ترسو را دلیر می‌کند».

۱۷۷۳. امام کاظم علیه السلام: پیامبر خدا، یک به را شکست و [پاره‌ای از آن را] به جعفر بن ابی طالب داد و فرمود: «بخور؛ چرا که رنگ را صفا می‌دهد و فرزند را نکو می‌سازد».

۱۷۷۴. امام رضا علیه السلام: یک به، به پیامبر ﷺ هدیه شد. پیامبر ﷺ دست خود را بر به زد و آن را قطعه قطعه کرد. ایشان، به را بسیار دوست داشت. آن را خورد و به کسانی از اصحاب که در محضر ایشان بودند نیز داد. سپس فرمود: «بر شما باد به؛ چرا که قلب را جلا می‌دهد و سنگینی سینه را می‌برد».

۱۷۷۵. امام علی علیه السلام: خوردن به، بر نیروی مرد می‌افزاید و سستی او را می‌برد.

۱۷۷۶. امام علی علیه السلام: خوردن به، نیرویی برای قلبی است که ضعیف شده باشد، معده

قُوَّةُ الْفُؤَادِ، وَيُشَجِّعُ الْجَبَانَ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ.^١

١٧٧٧. الإمام الباقر عليه السلام : السَّفَرَجَلُ يَذْهَبُ بِهِمُ الْحَزِينُ.^٢

١٧٧٨. طَبُّ الْأُئِمَّةِ عَنْ طَلْحَةَ بْنِ زَيْدٍ عَنِ الْإِمَامِ الصَّادِقِ عليه السلام : إِنَّ فِي السَّفَرَجَلِ خَصْلَةً لَيْسَتْ فِي سَائِرِ الْفَوَاكِهِ.

قُلْتُ: وَمَا ذَاكَ يَا بَنَ رَسُولِ اللَّهِ؟

قَالَ: يُشَجِّعُ الْجَبَانَ، هَذَا وَاللَّهُ مِنْ عِلْمِ الْأَنْبِيَاءِ - صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ -.^٣

١٧٧٩. الإمام الصادق عليه السلام : السَّفَرَجَلُ يَذْهَبُ بِهِمُ الْحَزِينُ، كَمَا تَذْهَبُ الْيَدُ بِعَرَقِ الْجَبِينِ.^٤

١٧٨٠. طَبُّ الْأُئِمَّةِ عَنْ طَلْحَةَ بْنِ زَيْدٍ: سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنِ الْحِجَامَةِ يَوْمَ السَّبْتِ، قَالَ: يُضَعَّفُ.

قُلْتُ: إِنَّمَا عَلَّتْنِي مِنْ ضَعْفِي وَقِلَّةِ قُوَّتِي.

قَالَ: فَعَلَيْكَ بِأَكْلِ السَّفَرَجَلِ الْحُلُوِّ مَعَ حَبِّهِ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي الضَّعْفَ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَّةَ، وَيَزَكِّي الْمَعِدَّةَ.^٥

١٧٨١. الإمام الصادق عليه السلام : أَكَلُ السَّفَرَجَلِ قُوَّةٌ لِلْقَلْبِ، وَذِكَاؤٌ لِلْفُؤَادِ، وَيُشَجِّعُ الْجَبَانَ.^٦

١. الخصال، ص ٦١٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن أبياته عليه السلام، تحف العقول،

ص ١٠١ وفيه «ويذكر في الفؤاد» بدل «ويزيد في قُوَّةِ الْفُؤَادِ»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٨، ح ٦.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٣، ح ١٢٤٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٦، ح ٣٧.

٣. طَبُّ الْأُئِمَّةِ لابني بسطام، ص ١٣٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٦، ح ٣٦.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٨، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٧، ح ٢٢٨١ كلاهما عن سفيان بن عيينة، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧١، ح ١٨.

٥. طَبُّ الْأُئِمَّةِ لابني بسطام، ص ١٣٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٥، ح ٣٦.

٦. المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٦، ح ٢٢٧٦ عن أبي بصير، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٠، ح ١٤.

را پاک می‌کند، بر توان دل می‌افزاید، ترسو را دلیر می‌کند و فرزند را نکو می‌سازد.^۱

۱۷۷۷. امام باقر علیه السلام : به ، اندوه اندوهگین را از میان می‌برد.

۱۷۷۸. طب الأئمة علیهم السلام - به نقل از طلحة بن زید - : امام صادق علیه السلام فرمود : «در به ، ویژگی‌ای است که در دیگر میوه‌ها نیست».

پرسیدم : ای پسر پیامبر خدا ! آن چیست؟

فرمود : «ترسو را دلیر می‌کند. به خداوند سوگند، این ، از دانش پیامبران - که دروذهای خداوند بر تمامی آنان باد - است».

۱۷۷۹. امام صادق علیه السلام : به ، اندوه اندوهگین را از میان می‌برد، چنان که دست ، عرق پیشانی را می‌برد.

۱۷۸۰. طب الأئمة علیهم السلام - به نقل از طلحة بن زید - : از امام صادق علیه السلام در باره حجامت

در روز شنبه پرسیدم.  فرمود : «سستی می‌آورد».

گفتم : اصلاً بیماری من ، از ضعف و کم‌قوتی من است.

فرمود : «در این صورت ، به شیرین را با دانه‌اش بخور ؛ زیرا ضعف را از بین می‌برد و معده را خوش‌بو می‌کند و آن را پاک می‌گرداند».

۱۷۸۱. امام صادق علیه السلام : خوردن به ، مایه توان قلب و بیداری دل است و ترسو را دلیر می‌کند.

۱. در تحف العقول، به جای «بر توان دل می‌افزاید»، عبارت «دل را تذکیه می‌کند» آمده است.

١٧٨٢. المحاسن عن السياري رفعه : عَلَيْكُمْ بِالسَّفَرَجَلِ فَكُلُوهُ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ وَالْمُرُوءَةِ.^١

راجع: ج ١، ص ٢٢٢ (ما ينفع لسلامة القلب وقوته / السفرجل).

ج ١، ص ٢٢٠ (ما يديغ المعدة / السفرجل).

٢/٣١

فَوَإِنَّ أَكْلَ السَّفَرَجَلِ عَلَى الرِّيقِ

١٧٨٣. رسول الله ﷺ: كُلُوا السَّفَرَجَلِ عَلَى الرِّيقِ؛ فَإِنَّهُ يُذْهِبُ وَغَرَ الصَّدْرِ.^٢

١٧٨٤. الإمام علي عليه السلام: دَخَلْتُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ يَوْمًا وَفِي يَدِهِ سَفَرَجَلَةٌ، فَجَعَلَ يَأْكُلُ وَيُطْعِمُنِي وَيَقُولُ:

كُلْ يَا عَلِيُّ؛ فَإِنَّهَا هَدِيَّةُ الْجَنَّةِ إِلَيَّ وَإِلَيْكَ.

قَالَ: فَوَجَدْتُ فِيهَا كُلَّ لَذَّةٍ.

فَقَالَ: يَا عَلِيُّ، مَنْ أَكَلَ السَّفَرَجَلَةَ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ عَلَى الرِّيقِ صَفَا ذَهْنُهُ، وَامْتَلَأَ جَوْفُهُ حِلْمًا وَعِلْمًا، وَوُقِيَ مِنْ كَيْدِ إِبْلِيسَ وَجُنُودِهِ.^٣

١٧٨٥. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ أَكَلَ سَفَرَجَلَةً عَلَى الرِّيقِ، طَابَ مَاؤُهُ، وَحَسُنَ وَلَدُهُ.^٤

راجع: ج ٢، ص ٢٥٠، ح ١٩٢٩.

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٧، ح ٢٢٨٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧١، ح ١٩.

٢. كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٠، ح ٢٨٢٥٩ نقلاً عن ابن السني وأبي نعيم، الفردوس، ج ٣، ص ٢٤٢، ح ٤٧١٢ وليس فيه «فإنه يذهب وقر الصدر» وكلاهما عن أنس.

٣. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٧٣، ح ٢٢٨ عن دارم بن قبيصة عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٧٤، ح ١٢٤٤ وفيه من «قال عليه السلام: من أكل السفرجلة...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٦٧، ح ٤.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٧، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٥، ح ٢٢٧٣، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٣، ح ١٢٣٧ وفيه «وجهه» بدل «ولده»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٠، ح ١١.

۱۷۸۲. المحاسن - به نقل از ستاری، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است - : بر شما باد به آن را بخورید، که عقل و مردانگی را افزون می‌سازد.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۳۳ (آنچه برای سلامت قلب و تقویت آن، مفید است / به).
ج ۱، ص ۴۲۱ (آنچه معده را می‌پالاید و تقویت می‌کند / به).

۲/۳۱

فایده‌های ناشتا خوردن به

۱۷۸۳. پیامبر خدا ﷺ: ناشتا به بخورید؛ چرا که حرارت سینه را از میان می‌برد.
۱۷۸۴. امام علی علیه السلام: روزی، در حالی که پیامبر خدا یک به در دست داشت، بر ایشان وارد شدم. ایشان به خوردن به و دادن پاره‌هایی از آن به من پرداخت و می‌فرمود: «ای علی! بخور، که این، هدیه خداوند به من و توست».

من در آن، همه لذت‌ها را دیدم.

پیامبر ﷺ همچنین فرمود: «ای علی! هر کس سه روز ناشتا به بخورد، ذهنش صفا می‌یابد، درونش از دانش و بردباری می‌آگند و از نیرنگ ابلیس و سپاهیان‌ش نکه داشته می‌شود».

۱۷۸۵. امام صادق علیه السلام: هر کس ناشتا یک به بخورد، نطفه‌اش پاکیزه می‌شود و فرزندش نیکو می‌گردد.^۱

ر.ک: ج ۲، ص ۴۵۱، ح ۱۹۴۹.

۱. در مکارم الأخلاق، به جای «فرزندش»، «صورتش» آمده است.

۳/۳۱

قَوْلُكَ أَكْلُ السَّفَرَجَلِ لِلْحَامِلِ

۱۷۸۶. رسول الله ﷺ: أَطْعِمُوا حَبَالَاكُمْ السَّفَرَجَلَ؛ فَإِنَّهُ يُحَسِّنُ أَخْلَاقَ أَوْلَادِكُمْ.^۱
۱۷۸۷. عنه ﷺ: رَائِحَةُ الْأَنْبِيَاءِ ﷺ رَائِحَةُ السَّفَرَجَلِ، وَرَائِحَةُ الْحُورِ الْعَيْنِ رَائِحَةُ الْآسِ، وَرَائِحَةُ الْمَلَائِكَةِ رَائِحَةُ الْوَرْدِ، وَرَائِحَةُ ابْنَتِي فَاطِمَةَ الزَّهْرَاءِ ﷺ رَائِحَةُ السَّفَرَجَلِ وَالْآسِ وَالْوَرْدِ، وَلَا بَعَثَ اللَّهُ نَبِيًّا وَلَا وَصِيًّا إِلَّا وَجَدَ مِنْهُ رَائِحَةَ السَّفَرَجَلِ؛ فَكُلُوهَا وَأَطْعِمُوا حَبَالَاكُمْ يُحَسِّنُ أَوْلَادَكُمْ.^۲
۱۷۸۸. مكارم الأخلاق عن رسول الله ﷺ: كُلُّوا السَّفَرَجَلَ وَتَهَادَوْهُ بَيْنَكُمْ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ، وَيُتَبِّتُ الْمَوَدَّةَ فِي الْقَلْبِ، وَأَطْعِمُوهُ حَبَالَاكُمْ؛ فَإِنَّهُ يُحَسِّنُ أَوْلَادَكُمْ. وَفِي رِوَايَةٍ: يُحَسِّنُ أَخْلَاقَ أَوْلَادِكُمْ.^۳
۱۷۸۹. الإمام الصادق ﷺ: لَمَّا نَظَرَ إِلَى غُلَامٍ جَمِيلٍ -: يَنْبَغِي أَنْ يَكُونَ أَبُو هَذَا الْغُلَامِ أَكَلَ السَّفَرَجَلِ.^۴
۱۷۹۰. الكافي عن شُرَحْبِيلَ بْنِ مُسْلَمٍ: إِنَّهُ ﷺ قَالَ فِي الْمَرْأَةِ الْحَامِلِ: تَأْكُلُ السَّفَرَجَلَ؛ فَإِنَّ الْوَلَدَ يَكُونُ أَطْيَبَ رِيحًا، وَأَصْفَى لَوْنًا.^۵

۱. الدعوات، ص ۱۵۱، ح ۴۰۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۷، ح ۲۸.

۲. جامع الأحاديث للفتي، ص ۸۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۷، ح ۳۹ نقلًا عن كتاب الإمامة والتبصرة وراجع: مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۳، ح ۱۲۳۹.

۳. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۲، ح ۱۲۳۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۶، ح ۲۷.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۲۲، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۵، ح ۲۲۷۴ وزاد في ذيله «السفرجل يحسن الوجه، ويجم القواد» وكلاهما عن محمد بن مسلم، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۳، ح ۱۲۴۱ وفيه «... أكل سفرجلًا ليلة الجماع»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۷۰، ح ۱۲.

۵. كذا في المصدر مضراً.

۶. الكافي، ج ۶، ص ۲۲، ح ۱، تهذيب الأحكام، ج ۷، ص ۴۳۹، ح ۱۷۵۵.

۳/۳۱

خواص بزرگ برای زنان باردار

۱۷۸۶. پیامبر خدا ﷺ: به زنان باردار خود، به بدهید؛ چرا که خوی فرزندان را نکو می‌سازد.

۱۷۸۷. پیامبر خدا ﷺ: بوی پیامبران ﷺ، بوی به است؛ و بوی حوریه‌های آهوچشم [بهشت]، بوی انگبین؛ و بوی فرشتگان، بوی گل سرخ؛ و بوی دخترم فاطمه زهرا، بوی به و انگبین و گل سرخ.

خداوند، هیچ پیامبری را برنینگیخته است، مگر این که از او، بوی به می‌آمده است. به بخورید و به زنان باردار خود بدهید تا فرزندان نکو باشند.

۱۷۸۸. مکارم الأخلاق - به نقل از پیامبر خدا - : «به بخورید و به همدیگر هدیه دهید؛ چرا که چشم را جلا می‌دهد و دوستی را در دل می‌رویاند. به زنان باردار خود هم از آن بخورانید؛ چرا که فرزندان را نکو می‌سازد».

در روایتی دیگر است که: «خوی فرزندان را نکو می‌سازد».

۱۷۸۹. امام صادق ﷺ - هنگامی که به پسر بچه‌ای زیبا نگریست - : باید پدر این پسر، به خور باشد.^۱

۱۷۹۰. الکافی - به نقل از شَرَحْبیل بن مسلم - : ایشان^۲ درباره زن باردار گفت: «به بخورد. در این صورت، فرزند او، خوش‌بوتر و خوش‌رنگ‌تر خواهد شد».

۱. در المجلس، در ذیل حدیث، این افزوده وجود دارد: «به، صورت را نکو می‌سازد و دل را آسایش و آرامش می‌دهد». در مکارم الأخلاق، آمده است: «... در شب آمیزش، یک به خورده باشد».

۲. در منبع نیز به همین صورت، «مضمّر (بدون ذکر نام معصوم) آمده است».

الفصل الثاني والثلاثون

السُّكَّرُ

١ / ٣٢

خَوَاصُّ السُّكَّرِ

١٧٩١. الكافي عن يحيى بن بشير النبال: قال أبو عبد الله عليه السلام: يا بشير، بأي شيء تداوون مرضاكم؟

فقال: بهذه الأدوية البراركة سبحان، فقال له: لا، إذا مرض أحدكم فخذ السكر الأبيض فذقه وضب عليه الماء البارد واسقيه إياه، فإن الذي جعل الشفاء في المَرَاة قادر أن يجعله في الخلاوة^١.

١٧٩٢. الإمام الكاظم عليه السلام: تأخذ للحُمى وزن عشرة دراهم سكرًا بماء بارد على الرِّيق^٢.
١٧٩٣. الكافي عن إبراهيم الجعفي: دخلتُ على أبي عبد الله عليه السلام، فقال: ما لي أراك ساهم الوجه؟

فقلتُ: إنَّ بي حمى الربيع.

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٤، ح ٩، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٢، ح ٢٠٠٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٠٠، ح ٩.
٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٣، ح ١١٨٩، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥٠ وفيه «عن أسامة الشحام قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: ما اختار جدنا صلوات الله عليه للحُمى إلَّا وزن...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٠٠، ح ١٢.

فصل سی و دوم

شکر

۱/۳۲



۱۷۹۱. الکافی - به نقل از یحیی بن بشیر ثمال - : امام صادق علیه السلام از پدرم پرسید: «ای بشیر!

با چه چیز، بیمارانتان را درمان می‌کنید؟»
پدرم گفت: با این داروهای تلخ.

امام علیه السلام به وی فرمود: «نه! اگر کسی از شما بیمار شد، قدری شکر سفید بردار، آن را بسای. آب سرد بر رویش بریز و آن را به بیمار بخوران؛ چرا که آن که در دارویی تلخ، درمان نهاده، بر این هم تواناست که درمان را در شکرینه قرار دهد».

۱۷۹۲. امام کاظم علیه السلام: برای تب، به اندازه وزن ده درهم، شکر به آب سرد درمی‌آمیزی و ناشتا می‌خوری.^۱

۱۷۹۳. الکافی - به نقل از ابراهیم جعفی - : بر امام صادق علیه السلام وارد شدم. پرسید: «چرا تو را پریده‌رنگ می‌بینم؟».

۱. در طب الأئمة علیهم السلام، چنین آمده است: «از أسامة شحام، نقل شده که گفته است: از امام صادق علیه السلام شنیدم که می‌فرمود: جدّ ما - که دروذهای خدا بر او باد - برای شب، جز به اندازه وزن ... برنگزید».

فَقَالَ: مَاذَا يَمْنَعُكَ مِنَ الْمُبَارَكِ الطَّيِّبِ؟ إِسْحَقِ السُّكَّرَ، ثُمَّ امْخُضْهُ بِالْمَاءِ
وَاشْرَبْهُ عَلَى الرِّيقِ وَعِنْدَ الْمَسَاءِ.

فَفَعَلْتُ فَمَا عَادَتْ إِلَيَّ.^١

١٧٩٤. الكافي عن الحسن بن علي بن النعمان عن بعض أصحابنا: شَكَّوْتُ إِلَى أَبِي
عَبْدِ اللَّهِ ﷺ الْوَجَعَ، فَقَالَ لِي:

إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَكُلْ سُكَّرَتَيْنِ.

قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ فَبَرَأْتُ.^٢

١٧٩٥. الكافي عن ابن أبي عمير رفعه عن الإمام الصادق ﷺ، قَالَ: شَكَأَ إِلَيْهِ رَجُلٌ
الْوَبَاءَ.

فَقَالَ لَهُ: وَأَيْنَ أَنْتَ عَنِ الطَّيِّبِ الْمُبَارَكِ؟

قَالَ: قُلْتُ: وَمَا الطَّيِّبُ الْمُبَارَكُ؟

فَقَالَ: سُلَيْمَانِيَّتُكُمْ هَذَا.

قَالَ: فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ: إِنْ أَوَّلَ مَنْ أَخَذَ السُّكَّرَ سُلَيْمَانُ بْنُ دَاوُدَ ﷺ.^٣

١٧٩٦. الإمام الكاظم ﷺ: مَنْ أَخَذَ سُكَّرَتَيْنِ عِنْدَ النَّوْمِ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءً مِنْ كُلِّ
دَاءٍ إِلَّا السَّامَ.^٤

١٧٩٧. عنه ﷺ: قَصَبُ السُّكَّرِ يَفْتَحُ السُّدُودَ، وَلَا دَاءَ فِيهِ وَلَا غَائِلَةَ.^٥

١. الكافي، ج ٨، ص ٢٦٥، ح ٣٨٤، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥١ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٠٣، ح ٣٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٣، ح ٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٣، ح ١١٨٦ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦،
ص ٣٠٠، ح ١٣.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٣، ح ٧، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٢، ح ١١٨٥ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦،
ص ٢٩٨، ح ٣.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٣، ح ١١٨٧ عن علي بن يقطين، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٠٠، ح ١٢.

٥. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٦٣، ح ١١٩١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٩، ح ٢.

گفتم: تب ربع^۱ دارم.

فرمود: «چه چیز، تو را از خجسته پاک، باز می‌دارد؟ شکر را بسای و سپس در آب، حل کن و آن را ناشتا و همچنین در شامگاهان بخور».

این کار را انجام دادم و از آن پس، به این حالت، گرفتار نیامدم.

۱۷۹۴. الکافی - به نقل از حسن بن علی بن نعمان، از یکی از هم‌مسلمانان ما - : نزد امام صادق علیه السلام از درد، اظهار ناراحتی کردم.

به من فرمود: «چون به بستر رفتی، دو شکر پاره بخور».

این کار را انجام دادم و بهبود یافتم.

۱۷۹۵. الکافی - به نقل از ابن ابی عمیر، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده

است - : مردی نزد امام صادق علیه السلام از وبا اظهار ناراحتی کرد.

امام علیه السلام از او پرسید: «با پاک خجسته چگونه‌ای؟».

[من] گفتم: پاک خجسته چیست؟

فرمود: «این [شکر] سلیمانی شما».

امام صادق علیه السلام همچنین فرمود: «نخستین کسی که شکر ساخت،

سلیمان بن داوود بود».

۱۷۹۶. امام کاظم علیه السلام: هر کس در هنگام خفتن، دو شکر پاره بردارد، برای او در برابر

هر دردی، مگر درد مرگ، درمان است.

۱۷۹۷. امام کاظم علیه السلام: نیشکر، انسدادها را می‌گشاید و هیچ بیماری و عارضه‌ای در

آن نیست.

۱. مقصود، تبی است که وقتی در یک روز عارض می‌شود، دو روز بعد از آن، برطرف می‌شود و در روز چهارم، دوباره برمی‌گردد (الصالح: ج ۳، ص ۱۲۱۲، ذیل «ربع»).

۱۷۹۸. عنه علیه السلام : ثَلَاثَةٌ لَا تَضُرُّ: الْعَيْنُ الرَّازِقِي، وَقَصَبُ السُّكَّرِ، وَالتُّفَّاحُ اللَّبْنَانِيُّ^۱.

راجع: ج ۱، ص ۲۴۰ (ما یتفع لعلاج السعال).

۲/۳۲

خَوَاصُّ الشَّيْخِ الطَّبْرَزِيِّ

۱۷۹۹. الإمام الرضا علیه السلام : السُّكَّرُ الطَّبْرَزِيُّ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا^۲.

۱۸۰۰. الإمام الباقر علیه السلام - لِزُرَّارَةَ -: وَيَحْكُ يَا زُرَّارَةَ، مَا أَغْفَلَ النَّاسَ عَنْ فَضْلِ السُّكَّرِ

الطَّبْرَزِيِّ! وَهُوَ يَنْفَعُ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً، وَهُوَ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا وَيَقْلَعُهُ بِأَصْلِهِ^۳.



مرکز تحقیقات طب اسلامی

۱. الخصال، ص ۱۴۴، ح ۱۶۹، المحاسن، ج ۲، ص ۲۳۶، ح ۲۱۵۳ کلاهما عن منصور بن یونس،

مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۶۳، ح ۱۱۹۰ و ليس فیهما «اللبناني»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۱۸، ح ۵.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۳۳، ح ۴ و ص ۴۳۴، ح ۱۰ عن یاسر، المحاسن، ج ۲، ص ۳۰۳، ح ۲۰۰۶، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۹۷، ح ۱.

۳. طب الأئمة لابن بسطام، ص ۶۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۰۰، ح ۱۱.

۱۷۹۸. امام کاظم علیه السلام: سه چیز است که هیچ زبانی ندارد: انگور رازقی، نیشکر و سیب لبنانی.^۱
ر.ک: ج ۱، ص ۳۴۱ (آنچه برای درمان سرفه، سودمند است).

۲/۳۲

خواص شکر طبرزد

۱۷۹۹. امام رضا علیه السلام: شکر طبرزد^۲، بلغم را به کلی از میان می برد.

۱. در المحاسن و مکارم الأخلاق، واژه «لبنانی» نیامده است.
- ناگفته نماند که علامه مجلسی لبنان را کوهی در شام دانسته است (ر.ک: بحار الأنوار: ج ۶۶، ص ۱۴۷).
۲. [فیروزآبادی] در القاموس گفته است: «شکر، معرب واژه «شکر» پارسی است و اسم واحد آن را سُکْره گویند. خرمای خوب یا انگوری را که آبی بدان هست و در نتیجه فرو می پاشد - که خود، از بهترین انواع شکریه است - نیز شکر گویند».
- در المصباح هم آمده است: «شکر، چیزی شناخته شده است. برخی گفته اند: نخستین بار، شکر در طبرزد، ساخته شد و از همین روی، شکر طبرزدی گفته می شود».
- صاحب المصباح، همچنین افزوده است: «طبرزد (بر وزن سَفَرَجَل) واژه ای معرب است و سه تلفظ دارد: به حرف دال (طبرزد)، به حرف نون (طبرزن) و به حرف لام (طبرزل). ازهری، تلفظ نون و لام را روایت کرده؛ اما تلفظ به دال را روایت نکرده است».
- ابن جوالیقی گفته است: «اصل پارسی این واژه، تبرزد بوده است، یعنی آنچه از اطراف، یا تبر، تراشیده شده است. بنا بر این، طبرزد، صفتی است که در اعراب، از واژه «شکر» تبعیت می کند. برخی از عالمان هم گفته اند: طبرزد، همان شکر بلوچ است».
- در بحر الجواهر نیز آمده است: «أبلوج به معنای شکر سفید است».
- ابن بیطار نیز گفته است: «طبرزد، معرب است، به معنای چیزی سخت، نه سست و نرم».
- او همچنین افزوده است: «نمک طبرزد، نمکی است سخت که دارای شفاقت نیست».
- [علامه مجلسی در ادامه می گوید:] «از برخی از سخنان عالمان، چنین برمی آید که مقصود از طبرزد، همان چیزی است که به نبات، نامور شده است؛ اما از بیشتر سخنان عالمان، این گونه به دست می آید که مقصود، همان قند است».
- بغدادی نیز در الجامع خویش گفته است: «شکر در اوایل، خشک، و در نخست، مرطوب است. ممکن است تلخه را تصفیه کند. گونه های مختلفی از آن، ساخته می شود که روشن ترین، شفاف ترین و پاکیزه ترین آنها را در اصطلاح، نبات گویند. نوع پایین تر را که تیره رنگ، خشن تر و پاکیزه، اما غیر شفاف است، أبلوج گویند. نوع پایین تر را که شیره باشد، قلم نامند؛ زیرا به صورت رشته های دراز به مانند انگشت، ساخته می شود».

۱۸۰۰. امام باقر علیه السلام - خطاب به زراره -: ای زراره! دریغ از تو! چه قدر مردم از ارزش شکر طبرزد، بی‌خبرند، در حالی که برای هفتاد بیماری، سودمند است و بلغم را کاملاً فرو می‌خورد و ریشه‌کن می‌سازد!



﴿ نبات، کمترین حرارت را می‌طلبد، پس از آن، ابلوج، پس از آن، قلم، و پس از آن، شیرۀ پخته. لطیف‌ترین انواع شکر نیز همان نبات است، در درجه بعد، ابلوج، و فروتر از آن، قلمی که سفیدی کمتری داشته باشد. نوع سخت همین ابلوج را طبرزد می‌نامند.﴾



مرکز تحقیقات کتب و پژوهش‌های اسلامی

الفصل الثالث والثلاثون

السَّلَجَمُ

١٨٠١. الإمام الصادق عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالسَّلَجَمِ فَكُلُوهُ وَأَدِيمُوا أَكْلَهُ وَاكْتُمُوهُ إِلَّا عَنْ

أَهْلِهِ؛ فَمَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَبِهِ عِرْقٌ مِنَ الْجَذَامِ فَأَذِيبُوهُ بِأَكْلِهِ. ١

١٨٠٢. عنه عليه السلام: مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَفِيهِ عِرْقٌ مِنَ الْجَذَامِ، فَأَذِيبُوهُ بِالسَّلَجَمِ. ٢

١٨٠٣. عنه عليه السلام: مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَفِيهِ عِرْقٌ مِنَ الْجَذَامِ، فَكُلُّوا السَّلَجَمَ فِي زَمَانِهِ يَذْهَبَ بِهِ عَنْكُمْ. ٣

١٨٠٤. عنه عليه السلام: مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَبِهِ عِرْقٌ مِنَ الْجَذَامِ، وَأَنَّ اللَّفْتَ - وَهُوَ السَّلَجَمُ - يُذِيبُهُ، فَكُلُوهُ فِي زَمَانِهِ يَذْهَبَ عَنْكُمْ كُلُّ دَاءٍ. ٤

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٢، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٤، ح ٢١٤٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٣،

ح ١٣٢٩ وفيه «وأخذوه» بدل «أديموا أكله» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٠، ح ٢.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٢، ح ٢ وح ٣ عن علي بن حمزة وفيه «... يأكل السَّلَجَمَ» المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٤،

ح ٢١٤٢ عن زياد بن بلال، طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٠٥ عن الإمام الباقر عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦،

ص ٢٢١، ح ٤.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٣، ح ٢١٣٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٠، ح ١.

٤. المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٣، ح ٢١٤٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٠، ح ١.

فصل سی و سوم

شلغم

۱۸۰۱. امام صادق علیه السلام: بر شما باد شلغم. آن را بخورید و پیوسته خوردنش را استمرار بخشید و آن را از همه کس، جز آنان که اهلش هستند، پنهان بدارید؛ زیرا هیچ کس نیست که در او رگی از جذام نباشد. این رگ را با شلغم بسوزانید.

۱۸۰۲. امام صادق علیه السلام: هیچ کس نیست که در او ریشه‌ای از جذام نباشد. این ریشه را با شلغم بسوزانید.^۱

۱۸۰۳. امام صادق علیه السلام: هیچ کس نیست، مگر این که در او رگی از جذام وجود دارد. شلغم را در فصل آن بخورید تا این رگ را از شما ببرد.

۱۸۰۴. امام صادق علیه السلام: هیچ کس نیست، مگر این که در او رگی از جذام وجود دارد. شلغم، این رگ را می‌سوزاند. شلغم را در فصل آن بخورید تا هر دردی را از شما ببرد.

۱. در الکافی، پایان حدیث، چنین است: «... با خوردن شلغم بسوزانید».

۱۸۰۵. الإمام الكاظم عليه السلام : عَلَيْكَ بِاللَّفْتِ فَكُلُّهُ - يَعْنِي السَّلْجَمَ - فَإِنَّهُ لَيْسَ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَلَهُ عِرْقٌ مِنَ الْجَذَامِ، وَاللَّفْتُ يُذَيِّهُ^۱ ۲.



۱. زاد في طب الأئمة: «قال: نبيأ أو مطبوخاً؟ قال: كلاهما».

۲. الكافي، ج ۶، ص ۲۷۲، ح ۱، طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۰۵ كلاهما عن علي بن المسيّب، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۱۳، ح ۱۱.

۱۸۰۵ . امام کاظم علیه السلام : بر تو باد شلغم . آن را بخور ؛ زیرا هیچ کس نیست که در او رگی از جذام نباشد ، و شلغم ، این رگ را می سوزاند .^۱



۱ . طب الأئمة علیهم السلام (ص ۱۰۵) ، با این افزوده در پایان حدیث : پرسید: خام یا پخته ؟ فرمود: «هر دو» .
 علامة مجلسی ، در شرح این حدیث ، چنین آورده است: گویا رگ جذام ، کنایه از سودا است ؛ چرا که با غلبه سودا ، جذام پیش می آید . اما طبع شلغم ، از آن روی که در حالت دوم (پخته) ، خشک است و در حالت نخست (خام) ، مرطوب است ، با طبع سودا مخالفت دارد و بدین ترتیب ، مانع طغیان سودا می شود (بحار الأنوار ، ج ۶۶ ، ص ۲۲۱) .

الفصل الرابع والثلاثون

السَّلَقُ

١٨٠٦. الإمام الصادق عليه السلام: أَكَلُ السَّلَقِ: يُؤْمِنُ مِنَ الْجُذَامِ.^١

١٨٠٧. عنه عليه السلام: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى رَفَعَ عَنِ الْيَهُودِ الْجُذَامَ بِأَكْلِهِمُ السَّلَقَ وَقَلْعِهِمُ الْعُرُوقَ.^٢

١٨٠٨. الإمام الكاظم عليه السلام: إِنَّ السَّلَقَ يَقْمَعُ عِرْقَ الْجُذَامِ، وَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمُبْرَسَمِ مِثْلُ وَرَقِ السَّلَقِ.^٣

مركز توثيق التراث الحضاري

١٨٠٩. الإمام الرضا عليه السلام: أَطْعِمُوا مَرْضَاكُمْ السَّلَقَ - يَعْنِي وَرَقَهُ - فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً وَلَا دَاءَ مَعَهُ وَلَا غَائِلَةَ لَهُ، وَيُهْدَى نَوْمَ الْمَرِيضِ، وَاجْتَنِبُوا أَصْلَهُ؛ فَإِنَّهُ يُهَيِّجُ السُّودَاءَ.^٤

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٢، ح ١٣٢٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٧، ح ٩.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٩، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٦، ح ٢١٠٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٢، ح ١٣٢٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٦، ح ٢.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٩، ح ٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٢، ح ١٣٢٧، عن الإمام الرضا عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٧، ح ١١.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٩، ح ٤، عن محمد بن عيسى، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٢، ح ١٣٢٦، وليس فيه ذيله، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢١٧، ح ١٠.

فصل سی و چهارم چغندر

۱۸۰۶. امام صادق علیه السلام: خوردن چغندر، در برابر جذام، ایمنی می‌دهد.
۱۸۰۷. امام صادق علیه السلام: خداوند، جذام را از میان یهودیان برداشت، بدان سبب که چغندر می‌خوردند و رگ‌ها را بیرون می‌کشیدند.^۱
۱۸۰۸. امام کاظم علیه السلام: چغندر، رگ جذام را به کلی از میان می‌برد. هیچ چیز به درون گرفتار به پرسام^۲ درنیامده است که همانند برگ چغندر باشد.
۱۸۰۹. امام رضا علیه السلام: به بیمارانتان، چغندر (یعنی برگ آن را) بدهید؛ چرا که در آن، درمان است و هیچ بیماری‌ای به همراه ندارد و هیچ عارضه‌ای در آن نیست و خواب بیمار را آرام می‌سازد.
- اما از خود چغندر پرهیزید؛ چرا که سودا را تحریک می‌کند.

۱. علامه مجلسی در شرح این حدیث می‌نویسد: مقصود از «قلع عروق» (بیرون کشیدن رگ‌ها) که در این حدیث آمده، بیرون کشیدن رگ از میان گوشت است، چنان که یهودیان، اکنون نیز این کار را انجام می‌دهند. در برخی از روایت‌های ماهم نهی از خوردن رگ آمده است (بحار الأنوار: ج ۶۲ ص ۲۱۱).

۲. پرسام، التهابی است که در پرده میان کبد و قلب، عارض می‌شود. فارسی مرکب است، به معنای التهاب سینه و بیماری سینه است. مورث هذیان. معرب از پرسام فارسی است؛ زیرا «پرس» به معنای سینه است و سام، به معنای بیماری، چنانچه پرسام، بیماری سر است. و آن را به اصطلاح طب، ذات‌الجنب گویند (لغت‌نامه دهخدا).

۱۸۱۰. عنه عليه السلام - في ذكر فوائد السلق -: يَشُدُّ الْعَقْلَ، وَيُصَفِّي الدَّمَ.^۱

۱۸۱۱. المحاسن عن أحمد بن محمد بن أبي نصر: قَالَ أَبُو الْحَسَنِ الرِّضَا عليه السلام: يَا أَحْمَدُ،

كَيْفَ شَهْوَتُكَ الْبَقْلَ؟

فَقُلْتُ: إِنِّي لَأَشْتَهِي عَامَّتَهُ.

قَالَ: فَإِذَا كَانَ كَذَلِكَ فَعَلَيْكَ بِالسَّلِقِ؛ فَإِنَّهُ يَنْبُتُ عَلَى شَاطِئِ الْفِرْدَوْسِ،
وفيه شِفَاءٌ مِنَ الْأَدْوَاءِ، وَهُوَ يُغْلِظُ الْعَظْمَ، وَيُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَلَوْ لَا أَنْ تَحْسَهُ
أَيْدِي الْخَاطِئِينَ لَكَانَتْ الْوَرَقَةُ مِنْهُ تَسْتُرُ رِجَالاً.

قُلْتُ: مِنْ أَحَبِّ الْبَقُولِ إِلَيَّ.

فَقَالَ: إِحْمَدِ اللَّهَ عَلَى مَعْرِفَتِكَ بِهِ.^۲

۱۸۱۲. بحار الأنوار: رَوَى: نَعَمَ الْبَقْلَةُ السَّلِقُ: يَنْبُتُ بِشَاطِئِ الْفِرْدَوْسِ، وَفِيهَا شِفَاءٌ مِنَ
الْأَوْجَاعِ كُلِّهَا، وَتَشُدُّ الْعَصَبَ، وَتُظْهِرُ الدَّمَ، وَتُغْلِظُ الْعَظْمَ.^۳

راجع: ج ۱، ص ۵۱۲ (ما ينفع لعلاج البرص / أكل لحم البقر بالسلق).

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۳۲۷، ح ۲۱۱۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۱۷، ح ۷.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۳۲۷، ح ۲۱۰۹، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۹۲، ح ۱۳۲۳ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۱۷، ح ۶.

۳. بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۸۵.

۱۸۱۰. امام رضا علیه السلام - در بیان فایده‌های چغندر :- عقل را استحکام می‌بخشد و خون را تصفیه می‌کند.

۱۸۱۱. المحاسن - به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر - : امام رضا علیه السلام پرسید: «ای احمد! علاقه‌ات به سبزی‌ها چگونه است؟».

گفتم: همه آنها را دوست دارم.

فرمود: «اگر چنین است، بر تو باد چغندر؛ زیرا بر کرانه‌های فردوس می‌روید و شفای دردها در آن است. استخوان را درشت می‌کند، گوشت می‌رویاند و اگر نبود که دستان گناهکاران به آن می‌رسد، هر برگ از آن برای پوشش چند مرد، بسنده می‌کرد».

گفتم: برای من، از دوست‌داشتنی‌ترین سبزی‌هاست.

فرمود: «خدا را بر این که با آن آشنایی، سپاس بگزار».

۱۸۱۲. بحار الأنوار: روایت شده است: چغندر، نیکو سبزی‌ای است. بر ساحل پردیس می‌روید، شفای همه دردها در آن است، پی را استحکام می‌بخشد، خون را زیاد می‌کند و استخوان را ستبر می‌سازد.

ر.ک: ج ۱، ص ۵۱۳ (آنچه برای درمان پیسی سودمند است / خوردن گوشت گاو همراه با چغندر).

الفصل الخامس والثلاثون

السَّحْمُ

١/٣٥

خَوَاصُّ سَمْنِ الْبَقَرِ

١٨١٣. رسول الله ﷺ : مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً سَمِينَةً نَزَلَ مِثْلُهَا مِنَ الدَّاءِ مِنْ جَسَدِهِ، وَلَحْمُ الْبَقَرِ دَاءٌ، وَسَمْنُهَا شِفَاءٌ، وَلَبَنُهَا دَوَاءٌ، وَمَا دَخَلَ الْجَوْفَ مِثْلُ السَّمْنِ.^١

١٨١٤. الإمام علي عليه السلام : لَحْمُ الْبَقَرِ دَاءٌ، وَلَبَنُهَا شِفَاءٌ، وَسَمْنُهَا دَوَاءٌ، وَالشَّحْمُ يُخْرِجُ مِثْلَهُ مِنَ الدَّاءِ، وَلَمْ يَسْتَشْفِ النَّاسُ بِشِفَاءٍ أَفْضَلَ مِنَ السَّمْنِ.^٢

١٨١٥. عنه عليه السلام : سُمُونُ الْبَقَرِ شِفَاءٌ.^٣

١٨١٦. عنه عليه السلام : سَمْنُ الْبَقَرِ دَوَاءٌ.^٤

١. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١١، ح ٣٦٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٧ و ص ٨٩، ح ٧.

٢. كنز العمال، ج ١٠، ص ٨٦، ح ٢٨٢٧٢ نقلاً عن ابن السني وأبي نعيم معاً في الطب.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٢٥، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٩، ح ١٩٨٧ عن

السكوني عن الإمام الصادق عن أبيه عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٨، ح ٤.

٤. المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٩، ح ١٩٨٨ عن أبي حفص الأبار عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار،

ج ٦٦، ص ٨٨، ح ٥.

فصل سی و پنجم

روغن حیوانی

۱/۳۵

خواص روغن گاو

۱۸۱۳. پیامبر خدا ﷺ: هر کس یک لقمه چرب شده به روغن حیوانی بخورد، به همان اندازه، بیماری از تن او فرو می ریزد. گوشت گاو، درد است و روغن آن، شفا و شیرش نیز درمان. هیچ چیز، همانند روغن گاو، به بدن درنیامده است.

۱۸۱۴. امام علی علیه السلام: گوشت گاو، بیماری است و شیر آن، شفاست و روغنش درمان است. پیه هم به اندازه خود، درد را از بدن برون می برد و مردم به هیچ چیز، برتر از روغن گاو، درمان نجسته اند.

۱۸۱۵. امام علی علیه السلام: روغن گاو، شفاست.

۱۸۱۶. امام علی علیه السلام: روغن گاو، داروست.

١٨١٧. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَنْ يَأْمَنَ وَجَعَ السُّفْلِ، وَلَا يَضُرَّهُ شَيْءٌ مِنْ أَرِيَّاحِ الْبُؤَاسِ^١، فَلْيَأْكُلْ سَبْعَ تَمَرَاتِ هَيْرُونٍ^٢ بِسَمَنِ بَقَرٍ، وَيُذْهِقْ أَنْتَبِيهِ بِزُبَّتِي خَالِصٍ^٣.

راجع: ج ٢، ص ٢٧٦ (لحم البقر).

٢/٣٥

كَرَاهَةُ السَّمَنِ لِلشَّيْخِ

١٨١٨. الإمام الصادق عليه السلام: السَّمْنُ مَا دَخَلَ جَوْفًا مِثْلُهُ، وَإِنِّي لَأَكْرَهُهُ لِلشَّيْخِ^٤.
١٨١٩. عنه عليه السلام: نَعَمْ الْإِدَامُ السَّمْنُ، وَإِنِّي لَأَكْرَهُهُ لِلشَّيْخِ^٥.
١٨٢٠. عنه عليه السلام: إِذَا بَلَغَ الرَّجُلُ خَمْسِينَ سَنَةً، فَلَا يَبِيتَنَّ فِي جَوْفِهِ شَيْءٌ مِنَ السَّمَنِ^٦.
١٨٢١. عنه عليه السلام - فِي مَعْرِضِ كَلَامٍ لَهُ لِشَيْخٍ مِنْ أَهْلِ الْعِرَاقِ -: اجْتَنِبِ السَّمْنَ؛ فَإِنَّهُ لَا يَلَاتِمُ الشَّيْخَ^٧.

١. في بحار الأنوار: «وَلَا يَظْهَرُ بِهِ وَجَعُ الْبُؤَاسِ».

٢. الهيرون - كزيتون -؛ ضَرْبٌ مِنَ النَّخْلِ، حَيْثُ (تَاجُ الْعُرُوسِ، ج ١٨، ص ٥٨٧).

٣. طَبُّ الْإِمَامِ الرُّضَا عليه السلام، ص ٣٥، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢٢ نحوه.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٥، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٨، ح ١٩٨٥ كلاهما عن أَبِي حَفْصِ الْأُبَارِ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٨، ح ٢.

٥. الدعوات، ص ١٥٢، ح ٤٠٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٨، ح ٦.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٥، ح ٤ عن حَمَّادِ بْنِ عَثْمَانَ.

٧. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٥، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٨، ح ١٩٨٦ كلاهما عن حَمَّادِ بْنِ عَثْمَانَ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٨، ح ٣.

۱۸۱۷. امام رضا علیه السلام: هر کس می‌خواهد از درد نشیمنگاه در امان بماند و بادهای بواسیر به او زیان نرساند، هر شب، هفت خرمای هَیرون^۱ با روغن گاو بخورد و بیضه‌های خود را با روغن زنبک خالص، چرب کند.

ر. ک: ج ۲، ص ۴۷۷ (گوشت گاو).

۲/۳۵

مکروه بودن روغن حیوانی برای پیران

۱۸۱۸. امام صادق علیه السلام: روغن حیوانی، چیزی است که همانند آن، به بدن درنیامده است؛ اما من آن را برای پیر، ناخوشایند می‌دانم.

۱۸۱۹. امام صادق علیه السلام: روغن حیوانی، چه نیکو خورشی است؛ اما من آن را برای پیر، ناخوشایند می‌دانم.



۱۸۲۰. امام صادق علیه السلام: مرد، هرگاه به پنجاه سالگی رسید، مباد در حالی که در درون او چیزی از روغن حیوانی است، شب را به بستر رود.

۱۸۲۱. امام صادق علیه السلام: در ضمن سخن خود با پیری از مردمان عراق -: از روغن حیوانی، حذر کن؛ چرا که با پیر، سازگاری ندارد.

۱. هَیرون (بر وزن زیتون)، نوعی خرمای مرغوب است (تاج العروس: ج ۱۸ ص ۵۸۷). در بحار الأنوار، به جای این واژه، «هَیرنی» آمده که آن نیز نوعی مرغوب از خرماست.

الفصل السادس والثلاثون

السَّيِّئَاتُ

١٨٢٢. رسول الله ﷺ : تَدَاوُوا بِالسَّيِّئَاتِ ، فَإِنَّهُ لَوْ كَانَ شَيْءٌ يَرُدُّ الْمَوْتَ لَرَدَّهُ السَّيِّئَاتُ .^١

١٨٢٣. عنه ﷺ : إِيَّاكُمْ وَالشُّبْرَمَ ؛ فَإِنَّهُ حَارٌّ يَأْرُ ، وَعَلَيْكُمْ بِالسَّيِّئَاتِ فَتَدَاوُوا بِهِ ، فَلَوْ دَفَعَ شَيْءٌ

الْمَوْتَ لَدَفَعَهُ السَّيِّئَاتُ .^٢

١٨٢٤. الإمام الصادق عليه السلام : لَوْ عَلِمَ النَّاسُ مَا فِي السَّيِّئَاتِ لَبَلَّغُوا كُلَّ مِثْقَالٍ مِنْهُ بِمِثْقَالَيْنِ مِنْ

ذَهَبٍ ؛ أَمَا إِنَّهُ أَمَانٌ مِنَ الْبَهْقِ وَالْبَرْصِ وَالْجُذَامِ وَالْجُنُونِ وَالْفَالِجِ وَاللَّقْوَةِ .^٣

راجع: ج ١، ص ٢٨٤ (صححة الجلد / السنا) .

١. قرب الإسناد، ص ١١٠، ح ٢٧٩ عن الحسين بن علوان عن الإمام الصادق عليه السلام عن أبيه عليه السلام عن جابر بن عبد الله .

٢. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٩، ح ٥٤٣، السرائر، ج ٣، ص ١٤٠، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٩، ح ١٣٨٦

وليس فيه صدره، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢١٩، ح ٤ و ص ٢٧٤ .

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٩، ح ١٣٨٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢١٨، ح ٣ .

فصل سی و ششم

سیا (سنا)

۱۸۲۲. پیامبر خدا ﷺ: با سیا^۱ درمان کنید؛ زیرا اگر بنا بود چیزی مرگ را برگرداند، سیا بود که آن را دفع می‌کرد.

۱۸۲۳. پیامبر خدا ﷺ: از شُبْرُم (گاوگشک) حذر کنید؛ چرا که سرد و بار^۲ است، و بر شما باد سیا. با آن، درمان کنید؛ چرا که اگر بنا بود چیزی مرگ را دور کند، سیا آن را دور می‌کرد.

۱۸۲۴. امام صادق علیه السلام: اگر مردم از آنچه در گیاه سیا هست، آگاهی داشتند، هر مثقال آن را با دو مثقال طلا به چنگ می‌آوردند. زنه‌ار که این گیاه، مایه ایمنی از: بهک، پیسی، جذام، دیوانگی، سست‌اندami و کژدهانی است.

ر. ک: ج ۱، ص ۴۸۵ (بهداشت پوست / گیاه سنا).

۱. سیا: سنا را گویند و آن، دارویی است که در مُسهلات به کار برند. اسم فارسی سناست و گفته‌اند عصاره آن است، و گفته‌اند عصاره نبات دیگر است (لغت‌نامه دهخدا).

سنا، چوبی باشد که بدان، مسواک کنند. گیاهی است مُسهل و بهترین آن، مکی است. گیاهی است از تیره پروانه‌داران که دارای چند گونه است و از گیاهان بومی نواحی گرم‌سودان و آسیای صغیر و عربستان و جنوب ایران می‌باشد. برگ‌هایش متناوب و مرکب، بدون برگچه انتهایی است. گل‌هایش زردرنگ و میوه‌اش نیاک و محتوی چند دانه است (ر. ک: لغت‌نامه دهخدا).

۲. در متن، چنین آمده است: «أما محدث نوری، معتقد است شاید چنان که در النهایة ابن اثیر و در حدیث أم سلمه آمده، این واژه «جار» باشد (مستدرک الوسائل: ج ۱۶ ص ۴۶۰). در چنین صورتی، معنا، «جریان‌یابنده» خواهد بود.

أما علامة مجلسی، به نقل از الفائق، این واژه را «یار» و از نوع توابع لفظی دانسته است که معنایی جز تأکید همان واژه پیشین ندارد. همین گونه است در مستدرک سفینه البحار (ج ۵ ص ۳۳۷).

الفصل السابع والثلاثون

السَّوْقُ



١ / ٣٧

خواص السَّوْقِ

١٨٢٥. الإمام الباقر عليه السلام : ما أعظم بركة السَّوْقِ ! إذا شربهُ الإنسانُ عَلَى الشُّبْعِ امرأةً وهَضَمَ الطَّعَامَ، وإذا شربهُ الإنسانُ عَلَى الجَوْعِ أَشْبَعَهُ، وَنِعَمَ الزَّادُ فِي السَّفَرِ وَالْحَضَرُ السَّوْقُ.^١

١٨٢٦. الإمام الصادق عليه السلام : السَّوْقُ يُنَبِّئُ اللَّحْمَ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ.^٢

١ . طب الأئمة لابني بسطام، ص ٦٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٨، ح ١٣.

٢ . الكافي، ج ٦، ص ٣٠٥، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٧، ح ١٩٣٦ كلاهما عن بكر بن محمد الأزدي، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٥٠، ح ٥٣٧، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٦، ح ٥.

فصل سی و هفتم

سویق



۱۸۲۵. امام باقر علیه السلام: سویق^۱، چه قدر برکت است! اگر انسان در حالی که سیر است، آن را بخورد، غذا را گوارش می دهد و اگر در حالی که گرسنه است، بخورد، او را سیر می سازد. سویق، چه نیکو توشه ای در سفر و در حضر است!

۱۸۲۶. امام صادق علیه السلام: سویق، گوشت می رویاند و استخوان را استحکام می بخشد.

۱. سويق: به آن در فارسی قدیم، «پست» گفته می شد. امروزه به آن «قاووت» یا «پوره» می گویند. گفتنی است که لغت نامه دهخدا لفظ «قاووت» را ترکی می داند که غالباً به معنای آرد حبوبات پریان شده است؛ لیکن این واژه، گاه در مورد غیر حبوبات (مانند برخی میوه ها یا تره بار) نیز کاربرد دارد.

علامه مجلسی می گوید: از [گفته] کلینی چنین برمی آید که «سویق»، در صورتی که در روایات، همراه با قیدی [مانند جو] نباشد، به معنای «سویق گندم» است؛ چرا که می گوید: «باب انواع سویق ها و برتری سویق گندم» و سپس در ذیل این عنوان، حدیث هایی را می آورد که در آنها واژه «سویق»، بدون صفت یا مضاف الیه، آمده است.

شهید در الدرر من گفته است: «دریاره سویق و سود آن، روایت های فراوانی رسیده و کلینی، سویق را به معنای سویق گندم، دانسته است.»

۱۸۲۷. عنه ﷺ : إِسْقُوا صِبْيَانَكُمْ السَّوِيقَ فِي صَغَرِهِمْ ؛ فَإِنَّ ذَلِكَ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ .^۱

۱۸۲۸. المحاسن عن بكر بن محمد الأزدي : دَخَلْتُ عَيْشَةَ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ﷺ وَمَعَهَا ابْنُهَا - أَظُنُّ اسْمَهُ مُحَمَّدًا - فَقَالَ لَهَا أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ : مَا لِي أَرَى جِسْمَ ابْنِكَ نَحِيفًا؟

قَالَتْ : هُوَ عَلِيلٌ .

فَقَالَ لَهَا : إِسْقِيهِ السَّوِيقَ ؛ فَإِنَّهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ .^۲



مرکز تحقیقات و نشر طب اسلامی

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۸، ح ۱۹۴۱ عن عیمة أم ولد عبد السلام، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۱۹، ح ۱۴۲۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۷، ح ۱۰.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۸، ح ۱۹۴۰، قرب الإسناد، ص ۱۴، ح ۴۴ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۷، ح ۹.

۱۸۲۷. امام صادق علیه السلام: به کودکان در خردسالی شان سویق بدهید؛ چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را استحکام می‌بخشد.

۱۸۲۸. المحاسن - به نقل از بکر بن محمد ازدی - : غیثمه، در حالی که پسر خویش را به همراه داشت - و به گمانم نام او محمد بود - بر امام صادق علیه السلام وارد شد.

امام صادق علیه السلام به او فرمود: «چرا می‌بینم تن فرزندت، نحیف است؟». گفت: او بیمار است.

﴿ مؤلف بحر الجواهر گفته است: از هفت چیز، سویق می‌سازند: گندم، جو، گنار، سیب، کدو، دانه انار و شلغم. همه این انواع، طبع را مهار می‌کند، قی و دلشوره‌ای را که از صفرا زاده می‌شود، از میان می‌برد، رطوبت معده را خشک می‌کند، و اگر قدری سویق جو با آب و مقدار اندکی شیر برداشته و خشخاش بو داده ساییده با آن مخلوط شود، برای شکم روی، سودمند است، نیش‌زدگی‌ها را تسکین می‌دهد و خواب می‌آورد. »

ابن بیطار، به نقل از رازی گفته است: «هر سویقی با چیزی که از آن ساخته می‌شود، تناسب دارد. برای نمونه، سویق جو، از سویق گندم، سردتر است، به همان اندازه که خود جو، طبعی سردتر از گندم دارد. این سویق، همچنین نفخ بیشتری پدید می‌آورد. از میان همه سویق‌ها، استفاده از سویق گندم و سویق جو، بیشتر است و این هر دو، نفخ‌آور و موجب کندتر شدن حرکت غذا از معده به پایین‌اند. البته، اگر این دو نوع سویق، کاملاً با آب جوشانده و سپس پارچه‌ای درشت باف گذرانده شوند و بدین ترتیب، آب آنها جدا شود و به صورت لقمه‌هایی فشرده درآیند و سپس همراه با آب سرد و شکر، نوشیده شوند، از نفخ آنها کاسته می‌گردد و چنانچه در تابستان در اوّل صبح، مصرف شوند، برای اشخاص حرارتی و برافروخته مزاج، سودمند خواهند بود و مانع تب‌ها و بیماری‌های ناشی از گرم مزاجی می‌شوند و همین، از بالاترین منافع آن است. کسی که این نوع سویق را بخورد، در آن روز نباید میوه تر، خیار و سبزی بخورد، یا دست کم نباید از این چیزها زیاد بخورد؛ اما سرمادیدگان و کسانی که به نفخ‌هایی در شکم یا دردهایی مزمن در پشت و مفاصل مبتلا هستند و همچنین پیران و کسانی که مزاجی کاملاً سرد دارند، نباید از این سویق هیچ بخورند. اگر هم به خوردن آن ناچارند، آن را پس از چند بار شستن در آب گرم و همراه با پانید و عسل، پس از درآمیختگی با زیتون و روغن وندانه و همچنین روغن گردو، با طبع خود مناسب سازند.

هر چند سویق جو از سویق گندم، سردتر است، اما از آن روی که گندم نسبت به جو آب بیشتری مصرف می‌کند، سویق گندم سردکنندگی بیشتری برای بدن دارد و بویژه رطوبت‌بخشی آن به طبع انسان، بیشتر است. به همین دلیل، برای کسانی که به رطوبت‌بخشی به بدن نیاز دارند، سودمندی بیشتری دارد. برعکس، سویق جو، برای کسانی که به خشک کردن طبع نیاز دارند، مناسب‌تر است. چنین کسانی، معمولاً دارای بدن‌هایی سبّتر، پُرگوشت و پُرخون هستند، در حالی که گروه نخست، بدن‌هایی تکیده، کم‌گوشت و زردرنگ دارند.

از این دو نوع سویق که بگذریم، دیگر انواع سویق، به عنوان غذا مصرف نمی‌شوند و [تنها،] مصرف دارویی دارند، آن گونه که سویق گنار، سویق سیب و انار ترش، برای مهار کردن شکم و حرارت دادن بیشتر به آن، به کار می‌روند، یا از سویق خرنوب و سنجد، برای مهار کردن طبع، استفاده می‌شود (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۸۳).

١٨٢٩. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ شَرِبَ السَّوِيقَ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً إِمْتَلَأَ كِتْفَاهُ قُوَّةً^١.

١٨٣٠. عنه عليه السلام: شَرِبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنْبِتُ اللَّحْمَ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ، وَيُرِقُّ الْبَشْرَةَ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاهِ^٢.

١٨٣١. عنه عليه السلام: إِمْلَأُوا جَوْفَ الْمَحْمُومِ مِنَ السَّوِيقِ؛ يُغَسَّلُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، ثُمَّ يُسْقَى^٣.

١٨٣٢. عنه عليه السلام: السَّوِيقُ يُجَرِّدُ الْمِرَّةَ وَالْبَلْغَمَ مِنَ الْمَعِدَةِ جَرْدًا، وَيَدْفَعُ سَبْعِينَ نَوْعًا مِنَ أَنْوَاعِ الْبَلَاءِ^٤.

١٨٣٣. الإمام الكاظم عليه السلام: السَّوِيقُ وَمَرَقُ لَحْمِ الْبَقَرِ يَذْهَبَانِ بِالْوَضَحِ^٥.

١٨٣٤. الخرائج والجرائح عن أبي هاشم الجعفري: كُنْتُ فِي مَجْلِسِ الرَّضَا عليه السلام قَطِشْتُ عَطَشًا شَدِيدًا وَتَهَيَّيْتُ أَنْ أُسْتَسْقَى فِي مَجْلِسِهِ، فَدَعَا بِمَاءٍ فَشَرِبَ مِنْهُ جُرْعَةً، ثُمَّ قَالَ: *مرزوقه تكملة برهان*

يَا أَبَا هَاشِمٍ، إِشْرَبْ فَإِنَّهُ بَارِدٌ طَيِّبٌ فَشَرِبْتُ، ثُمَّ عَطِشْتُ عَطَشَةً أُخْرَى، فَنَظَرَ إِلَى الْخَادِمِ وَقَالَ:

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٦، ح ١٢ عن خيثمة، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٨، ح ١٩٤١ عن عيشة أم ولد عبد السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١٩، ح ١٤٢٢ وفيه «كعبه» بدل «كتفاه»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٧، ح ١٠.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٦، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٧، ح ١٩٣٧ كلاهما عن عبد الله بن مسكان، بحار الأنوار - ٦٦، ص ٢٧٦، ح ٦.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٩، ح ١٩٤٧ عن حماد بن عثمان، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٠، ح ٢٠ وراجع الأمالي للطوسي، ص ٣٦٦، ح ٧٧٥.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٦، ح ١١ عن يحيى بن مساور، المحاسن، ج ٢، ص ٢٨٩، ح ١٩٤٢ عن صفوان بن يحيى وليس فيه «من المعدة»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٧٩، ح ١٨.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٣١١، ح ٧ عن يحيى بن مساور.

امام علیه السلام به او فرمود: «به او سویق بخوران؛ چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را استحکام می‌بخشد».

۱۸۲۹. امام صادق علیه السلام: هر کس چهل روز سویق بخورد، بازوانش پُر توان می‌شود.

۱۸۳۰. امام صادق علیه السلام: خوردن سویق با روغن زیتون، گوشت می‌رویاند، استخوان را استحکام می‌بخشد، پوست را نازک می‌کند و بر توان جنسی می‌افزاید.

۱۸۳۱. امام صادق علیه السلام: درون تَب‌دار را از سویق، پُر کنید. سه بار در آب شسته شود و آن‌گاه به او خورانده شود.

۱۸۳۲. امام صادق علیه السلام: سویق، تلخه را از تن، و بلغم را از معده، کاملاً جدا می‌کند و هفتاد گونه بلا را دور می‌سازد.

۱۸۳۳. امام کاظم علیه السلام: سویق خشک و آب گوشت گاو، پیسی را از میان می‌برند.

۱۸۳۴. الخرائج والجرائح - به نقل از ابو هاشم جعفری -: در محضر امام رضا علیه السلام بودم.

به سختی تشنه شدم؛ اما از هیبت ایشان ترسیدم که در مجلس ایشان، آب بطلبم. امام علیه السلام خود، آبی طلبید و جرعه‌ای از آن نوشید و سپس فرمود: «ای ابو هاشم! بنوش؛ چرا که سرد و خوب است». نوشیدم. سپس دیگر بار، تشنه شدم.

شَرِبَهُ مِنْ مَاءٍ وَسَوِيقٍ وَسُكَّرٍ، ثُمَّ قَالَ لَهُ: بُلِّ السَّوِيقَ، وَانْثُرْ عَلَيْهِ السُّكَّرَ
بَعْدَ بَلِّهِ.

وَقَالَ: اشْرَبْ يَا أَبَا هَاشِمٍ؛ فَإِنَّهُ يَقْطَعُ الْعَطَشَ.^١

١٨٣٥. الإمام الرضا عليه السلام: نِعِمَّ الْقَوْتُ السَّوِيقُ؛ إِنْ كُنْتَ جَائِعاً أَمْسَكَ، وَإِنْ كُنْتَ شَبِعَاناً^٢
هَضَمَ طَعَامَكَ.^٣

راجع: ج ١، ص ٤١٦ (ما ينفع للهضم / السويق).

ج ١، ص ٥٦٤، ح ٩٦٤، و ص ٥٦٦، ح ٩٦٩ و ٩٧٠.

٢ / ٣٧

حَوَائِجُ بَعْضِ أَفْعَالِ السَّوِيقِ

أ - سَوِيقُ الشَّعِيرِ

١٨٣٦. الكافي عن سيف التمار: مَرَضَ بَعْضُ رُفَقَائِنَا بِمَكَّةَ وَبُرْسَمَ، فَدَخَلْتُ عَلَى أَبِي
عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَأَعْلَمْتُهُ.

فَقَالَ لِي: إِسْقِهِ سَوِيقَ الشَّعِيرِ؛ فَإِنَّهُ يُعَافِي إِنْ شَاءَ اللَّهُ، وَهُوَ غِذَاءٌ فِي
جَوْفِ الْمَرِيضِ.

قَالَ: فَمَا سَقَيْنَاهُ السَّوِيقَ إِلَّا يَوْمَيْنِ - أَوْ قَالَ: مَرَّتَيْنِ - حَتَّى عُوْفِيَ
صَاحِبُنَا.^٤

١. الخرائج والجرائح، ج ٢، ص ٦٦٠، ح ٣، بحار الأنوار، ج ٤٩، ص ٤٨، ح ٤٧.

٢. كذا في المصدر، والقياس: «شَبِعَان».

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٥، ح ١ عن سليمان الجعفري، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٠، ح ١٩٥١ عن محمد بن عمرو، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨٠، ح ٢٣.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٧، ح ١٤، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١٩، ح ١٤٢٣ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٨١، ح ٢٦.

امام علیه السلام به خدمتگزاران نگریست و فرمود: «نوشابه‌ای از آب و مقداری سویق و شکر برایش بیاور».

آن‌گاه فرمود: «سویق را مرطوب کن و قدری شکر رویش بپاش».
[پس از آن، به من] فرمود: «ای ابو هاشم! بنوش؛ چرا که عطش را از میان می‌برد».

۱۸۳۵. امام رضا علیه السلام: سویق، چه نیکو خوراکی است! اگر گرسنه باشی، سیر می‌کند و اگر سیر باشی، غذایت را گوارش می‌دهد.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۱۷ (آنچه برای گوارش، سودمند است / سویق).

ج ۱، ص ۵۶۵، ح ۹۶۴، ج ۱، ص ۵۶۷، ح ۹۶۹ و ۹۷۰.



خواص و ترخیص از انواع سویق

الف - سویق جو

۱۸۳۶. الکافی - به نقل از سیف تمار - : یکی از همراهانمان در مکه به بیماری برسام، مبتلا شد. من به حضور امام صادق علیه السلام رفتم و او را آگاهاندم.

به من فرمود: «سویق جو به او بخوران؛ چرا که به خواست خداوند، بهبود خواهد یافت. آن، غذایی در درون تن بیمار است».

ما جز دو روز (یا دو بار) به او سویق ندادیم، مگر این که همراه ما، بهبود یافت.

ب - سَوِيقُ الْعَدَسِ

١٨٣٧. الكافي عن محمد بن موسى رفعه عن الإمام الصادق عليه السلام: سَوِيقُ الْعَدَسِ يَقْطَعُ الْعَطَشَ، وَيُقَوِّي الْمَعِدَّةَ، وَفِيهِ شِفَاءٌ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً، وَيُطْفِئُ الصَّفْرَاءَ، وَيُبْرِئُ الْجَوْفَ.

وكان إذا سافر لا يفارقه، وكان يقول: إذا هاج الدم بأحدٍ من حشميه قال له: إشرَب من سَوِيقِ الْعَدَسِ؛ فَإِنَّهُ يُسَكِّنُ هَيْجَانَ الدَّمِ، وَيُطْفِئُ الْحَرَارَةَ.^١

راجع: ج ١، ص ٥٩٤ (ما ينفع لعلاج عدم انقطاع دم الحيض).

ج - سَوِيقُ الْأُرْزُ

١٨٣٨. السرائر: رُوِيَ أَنَّ رَجُلًا مِنْ أَصْحَابِهِ [أَيِ الْإِمَامِ الصَّادِقِ] شَكَا إِلَيْهِ اخْتِلَافَ الْبَطْنِ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَتَّخِذَ مِنَ الْأُرْزِ سَوِيقًا وَيَشْرَبَهُ، فَفَعَلَ فَعُوفِيَ.^٢

١٨٣٩. دعائم الإسلام: عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ أَنَّ رَجُلًا مِنْ أَصْحَابِهِ شَكَا إِلَيْهِ اخْتِلَافَ الْبَطْنِ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَتَّخِذَ مِنَ الْأُرْزِ سَوِيقًا وَيَأْخُذَهُ وَيَشْرَبَهُ، فَفَعَلَ فَاشْتَدَّ بَطْنُهُ.

وَقَالَ: مَرَضْتُ سَنَتَيْنِ أَوْ أَكْثَرَ فَأَلْهَمَنِي اللَّهُ الْأُرْزَ. فَأَمَرْتُ بِهِ فَنُغْسِلَ وَجُفَفَ، ثُمَّ أَمَسَّ النَّارَ وَطَحِنَ، وَجَعَلْتُ بَعْضَهُ سَوِيقًا وَبَعْضَهُ حَسَاءً، وَاسْتَعْمَلْتُهُ فَبُرِّئْتُ.^٣

راجع: ج ١، ص ٢٢٣ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / سَوِيقِ الْأُرْزِ).

١. الكافي ج ٦، ص ٣٠٧، ح ١، مكارم الأخلاق ج ١، ص ٢٢١، ح ١٤٢٧ وفيه «الحرارة» بدل «الصفراء»،

بحار الأنوار ج ٦٦، ص ٢٨٢، ح ٢٧.

٢. السرائر ج ٣، ص ١٤٠، بحار الأنوار ج ٦٢، ص ٢٧٤.

٣. دعائم الإسلام ج ٢، ص ١٥٠، ح ٥٢٦.

ب - سویق عدس

۱۸۳۷. الکافی - به نقل از محمد بن موسی، در حدیثی که سند آن را به امام صادق علیه السلام رسانده است: امام صادق علیه السلام فرمود: «سویق عدس، تشنگی را از میان می‌برد، معده را تقویت می‌کند، درمان هفتاد درد در آن است، صفرا را خاموش می‌کند و درون را سردی می‌بخشد».

ایشان، چون سفر می‌کرد، از این سویق، جدایی نداشت و چون در کسی از خدمتگزارانش خون به جوش می‌آمد، به وی می‌فرمود: «از سویق عدس بخور؛ چرا که جوش‌آمدگی خون را فرو می‌نشاند و حرارت را خاموش می‌کند».

ر.ک: ج ۱، ص ۵۹۵ (آنچه برای درمان بند نیامدن خون عادت، سودمند است).



ج - سویق برنج

۱۸۳۸. السرائر: روایت شده که یکی از اصحاب امام صادق علیه السلام، از شکم‌زوی‌اش نزد ایشان اظهار ناراحتی کرد. امام علیه السلام به او فرمود که قدری سویق برنج برگیرد و بیاشامد. او این کار را انجام داد و بهبود یافت.

۱۸۳۹. دعائم الإسلام: درباره امام صادق علیه السلام نقل شده که یکی از یارانش از شکم‌زوش (بیرون‌زوی)، نزد ایشان اظهار ناراحتی کرد. امام علیه السلام به او فرمود که سویقی از برنج فراهم کند و بخورد. او این کار را کرد و شکمش بست.

همچنین فرمود: «من، دو سال یا بیشتر بیمار شدم. پس خداوند، استفاده از برنج را به من الهام کرد. گفتم تا آن را آوردند، شستند، خشک کردند، سپس روی آتش گرفتند و آن‌گاه آرد کردند. قدری از آن را سویق و قدری را شوربا کردم و از آن، بهره‌جستم و بهبود یافتم».

ر.ک: ج ۱، ص ۴۳۵ (آنچه برای برخی دردهای شکم، سودمند است / آرد برنج).

د - سَوِيقُ التُّفَّاحِ

۱۸۴۰. الإمام الصادق عليه السلام: ما أعرفُ لِلسُّمومِ دَوَاءً أَنْفَعُ مِنْ سَوِيقِ التُّفَّاحِ.^۱

۱۸۴۱. الكافي عن ابن بكير: رَعَفْتُ سَنَةً بِالْمَدِينَةِ، فَسَأَلَ أَصْحَابُنَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنْ شَيْءٍ يُمَسِّكُ الرُّعَافَ.

فَقَالَ لَهُمْ: إِسْقَوْهُ سَوِيقَ التُّفَّاحِ.

فَسَقَوْنِي فَأَنْقَطَعَ عَنِّي الرُّعَافُ.^۲

۱۸۴۲. الكافي عن زياد القندي: دَخَلْتُ الْمَدِينَةَ وَمَعِيَ أَخِي سَيْفٌ، فَأَصَابَ النَّاسُ بِرُعَافٍ^۳، فَكَانَ الرَّجُلُ إِذَا رَعَفَ يَوْمَيْنِ مَاتَ، فَرَجَعْتُ إِلَى الْمَنْزِلِ فَإِذَا سَيْفٌ

يَرَعُفُ رُعَافاً شَدِيداً، فَدَخَلْتُ عَلَى أَبِي الْحَسَنِ عليه السلام.

فَقَالَ: يَا زِيَادُ، أَطْعِمْ سَيْفًا التُّفَّاحِ.

فَأَطْعَمْتُهُ إِيَّاهُ فَبَرَأَ.^۴

۱۸۴۳. الكافي عن أحمد بن محمد بن يزيد: كَانَ^۵ إِذَا لَسَعَ إِنْسَانًا مِنْ أَهْلِ الدَّارِ حَيَّةٌ أَوْ

عَقْرَبٌ، قَالَ: إِسْقَوْهُ سَوِيقَ التُّفَّاحِ.^۶

راجع: ج ۱، ص ۴۳۶ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / سويق الجاورس).

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۷.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۶.

۳. في بحار الأنوار والمحاسن، «الرُعَاف».

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۳۶۹، ح ۲۲۹۱، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۷۵.

ح ۱۲۵۰ وفيهما «أبي عبدالله» بدل «أبي الحسن»، بحار الأنوار، ج ۶، ص ۱۷۳، ح ۲۷.

۵. كذا في المصدر مضمراً.

۶. الكافي، ج ۶، ص ۳۵۶، ح ۸، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۰، ح ۱۴۲۵، بحار الأنوار، ج ۶، ص ۲۸۱.

د - سویق سیب

۱۸۴۰. امام صادق علیه السلام: برای مسمومیت، دارویی سودمندتر از سویق سیب، سراغ ندارم.

۱۸۴۱. الکافی - به نقل از ابن بُکیر - : سالی در مدینه به خون‌دماغ مبتلا شدم. یارانمان از امام صادق علیه السلام درباره چیزی که مانع خونریزی بینی شود، پرسیدند. به آنان فرمود: «به او سویق سیب بدهید».

آنان به من از این سویق خوراندند و خونریزی بینی‌ام قطع شد.

۱۸۴۲. الکافی - به نقل از زیاد قندی - : در حالی که برادرم سیف با من بود، به مدینه درآمدم. آن‌جا مردم به خون‌دماغ گرفتار شدند و کسی که خون‌دماغش دو روز ادامه می‌یافت، می‌مُرد.

من به منزل باز گشتم و دیدم سیف، خون‌دماغ شدیدی دارد. نزد امام کاظم علیه السلام رفتم. فرمود: «ای زیاد! به سیف، سیب^۱ بخوران».

من آن را به او خوراندم و وی بهبود یافت.

۱۸۴۳. الکافی - به نقل از احمد بن محمد بن یزید - : ایشان،^۲ چون کسی از اهل خانه را مار یا کژدم می‌گزید، می‌گفت: «به او سویق سیب بخورائید».

ر.ک: ج ۱، ص ۴۳۷ (آنچه برای برخی دردهای شکم، سودمند است / سویق گاؤزس).

۱. در این روایت، کلمه «سویق» وجود ندارد؛ اما به قرینه روایت قبلی، ممکن است این کلمه از آن، افتاده باشد. نیز شاید، هم سیب و هم سویق سیب، برای خون‌دماغ، نافع باشند و شاید برای برخی مزاج‌ها سیب، و برای برخی سویق آن، نافع باشد. به هر حال، آنچه می‌تواند به این سؤال‌ها پاسخ دهد، بررسی علمی و آزمایشگاهی است.

۲. در منبع، روایت به همین صورت، «مضمَر (بدون ذکر نام راوی)» آمده است.

۳/۳۷

خَوَاصُّ السَّوِيقِ الْجَافِّ

۱۸۴۴. الإمام الصادق عليه السلام: ثَلَاثُ رَاحَاتِ سَوِيقٍ جَافٍّ عَلَى الرِّيقِ يُنَشِّفُ الْبَلْغَمَ وَالْمِرَّةَ، حَتَّى لَا يَكَادَ يَدْعُ شَيْئاً.^۱

۱۸۴۵. عنه عليه السلام: إِنَّ السَّوِيقَ الْجَافَّ إِذَا أُخِذَ عَلَى الرِّيقِ أَطْفَأَ الْحَرَارَةَ، وَسَكَّنَ الْمِرَّةَ، وَإِذَا لُتَّ ثُمَّ شُرِبَ لَمْ يَفْعَلْ ذَلِكَ.^۲

۱۸۴۶. الكافي عن إبراهيم بن بسطام عن رجلٍ من أهل مرو: بَعَثَ إِلَيْنَا الرِّضَاءُ عليه السلام وَهُوَ عِنْدَنَا يَطْلُبُ السَّوِيقَ، فَبَعَثْنَا إِلَيْهِ بِسَوِيقٍ مَلْتَوٍ، فَرَدَّهُ وَبَعَثَ إِلَيْنَا أَنَّ السَّوِيقَ إِذَا شُرِبَ عَلَى الرِّيقِ وَهُوَ جَافٌّ أَطْفَأَ الْحَرَارَةَ، وَسَكَّنَ الْمِرَّةَ، وَإِذَا لُتَّ لَمْ يَفْعَلْ ذَلِكَ.^۳

مرکز تحقیقات طب سنتی، ج ۱، ص ۵۱۲ (ما ینفع للعلاج البرص / السوویق).

۱. الكافي، ج ۶، ص ۲۰۶، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۲۸۸، ح ۱۹۴۲ كلاهما عن قتيبة الأعشى، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۸، ح ۱۱.
۲. طب الأئمة لابن بسطام، ص ۶۷ عن أبي يعفور، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۸، ح ۱۲.
۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۰۷، ح ۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۷۸، ح ۱۲.

۳/۳۷

خواص سویق خشک

۱۸۴۴. امام صادق علیه السلام: [خوردن] سه کف دست، سویق خشک در حالت ناشتا، بلغم و تلخه را خشک می‌کند، تا جایی که تقریباً چیزی را از آن بر جای نمی‌گذارد.

۱۸۴۵. امام صادق علیه السلام: سویق خشک، چون ناشتا خورده شود، حرارت را خاموش می‌کند و تلخه را فرو می‌نشاند؛ اما چون به روغن درآمیخته و خورده شود، این اثر را ندارد.

۱۸۴۶. الکافی - به نقل از ابراهیم بن بسطام، از یکی از مردمان مَرو - : امام رضا علیه السلام در روزگاری که در میان ما بود، کسی را نزدمان فرستاد و سویق خواست. ما برای ایشان مقداری سویق مرطوب فرستادیم. امام علیه السلام، آن را برگرداند و برایم پیغام فرستاد که: «سویق، چون خشک باشد و ناشتا خورده شود، حرارت را خاموش می‌کند و تلخه را فرو می‌نشاند؛ اما چون تر شود، این اثر را ندارد».

ر.ک: ج ۱، ص ۵۱۳ (آنچه برای درمان پیسی، سودمند است / سویق).

الفصل الثامن والثلاثون

الشَّحْمُ

١٨٤٧. الإمام علي عليه السلام: الشَّحْمُ يُخْرِجُ مِثْلَهُ مِنَ الدَّاءِ، وَلَمْ يَسْتَشْفِ النَّاسُ بِشِفَائِهِ أَفْضَلَ

مِنَ السَّمَنِ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ^١.

١٨٤٨. عنه عليه السلام: ذَكَرَ عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ اللَّحْمُ وَالشَّحْمُ، فَقَالَ: لَيْسَ مِنْهُمَا بَضْعَةٌ تَقَعُ فِي

الْمَعِدَةِ إِلَّا أَنْبَتَ مَكَانَهَا شِفَاءً، وَأَخْرَجَتْ مِنْ مَبْكَانِهَا دَاءً^٢.

١٨٤٩. الإمام الصادق عليه السلام: مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً شَحِمٍ أَخْرَجَتْ مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ^٣.

١٨٥٠. طَبَّ الْأَثَمَةِ عَنْ يُونُسَ بْنِ يَعْقُوبَ: قَالَ لِي أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام وَكُنْتُ أَخْدِمُهُ فِي

وَجْعِهِ الَّذِي كَانَ فِيهِ وَهُوَ الزَّحِيرُ:

وَبَحَكَ يَا يُونُسُ! أَعْلِمْتُ أَنِّي أَلْهِمْتُ فِي مَرَضِي أَكْلَ الْأُرْزِّ، فَأَمَرْتُ بِهِ

١. كنز العمال، ج ١٠، ص ٨٦، ح ٢٨٤٧٢ نقلًا عن المصنف لعبد الرزاق عن النزال بن سبرة.

٢. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٤١، ح ١٣٠ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٤٤، ح ١٥١ كلاهما عن الإمام الرضا عن أبيانه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٣، ح ١١٠٥ عن الإمام الرضا عن أبيه عن جده عليه السلام، الدعوات، ص ١٥٣، ح ٤١٥ وفيه «مضغة» بدل «بضعة»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٨، ح ٨.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣١١، ح ٥ عن محمد بن سقوة، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٤، ح ١١١٢، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٢٥١، ح ٤٢٢٥، المحاسن، ج ٢، ص ٢٥٥، ح ١٨٠١ كلاهما عن موسى بن بكر عن الإمام الكاظم وفيهما «من أدخل جوفه» بدل «من أكل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٦٦، ح ٣٩.

فصل سی و هشتم



۱۸۴۷. امام علی علیه السلام : پیۀ، هماندازه خود، بیماری را از بدن بیرون می برد. مردم، به هیچ چیز بهتر از روغن حیوانی و قرائت قرآن، درمان نجسته اند.

۱۸۴۸. امام علی علیه السلام : نزد پیامبر صلی الله علیه و آله از گوشت و پیۀ یاد شد. فرمود: «هیچ پاره ای از این دو در معده جای نمی گیرد، مگر این که در جای آن، شفا می روید و بیماری ای از آن جا می رود».

۱۸۴۹. امام صادق علیه السلام : هر کس یک لقمه پیۀ بخورد، آن لقمه هماندازه خویش، بیماری را از بدن بیرون می برد.

۱۸۵۰. طب الأئمة علیهم السلام - به نقل از یونس بن یعقوب - : هنگامی که امام صادق علیه السلام بیمار بود و اسهال خونی داشت و او را خدمت می گزاردم، به من فرمود: «ای یونس! چه بی خبری! مگر نمی دانی به من درباره بیماری، الهام شد که

فَغُسِلَ ثُمَّ جُفِّفَ، ثُمَّ قُلِيَ، ثُمَّ رُضَّ فَطُبِّخَ، فَأَكَلَتْهُ بِالشَّحْمِ،
فَأَذْهَبَ اللَّهُ بِذَلِكَ الْوَجَعَ عَنِّي.^۱

۱۸۵۱. المحاسن: رَوَى عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فِي قَوْلِ النَّبِيِّ صلى الله عليه وآله: «مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً مِنَ الشَّحْمِ
أَنْزَلَتْ مِنَ الدَّاءِ مِثْلَهَا»، فَقَالَ: ذَلِكَ شَحْمُ الْبَقَرِ.^۲

۱۸۵۲. الكافي عن زرارة: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: جُعِلْتُ فِدَاكَ! الشَّحْمَةُ الَّتِي تُخْرَجُ
مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ أَيُّ شَحْمَةٍ هِيَ؟

قَالَ: هِيَ شَحْمَةُ الْبَقَرِ، وَمَا سَأَلَنِي يَا زُرَّارَةُ عَنْهَا أَحَدٌ قَبْلَكَ.^۳

۱۸۵۳. الكافي عن محمد بن الفيص: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام، فَجَاءَهُ رَجُلٌ، فَقَالَ لَهُ:
إِنَّ ابْنَتِي قَدْ ذَبَلَتْ وَبِهَا الْبَطْنُ.

فَقَالَ: مَا يَمْنَعُكَ مِنَ الْأَرُزِّ بِالشَّحْمِ؟ خُذْ حِجَاراً أَرْبَعاً أَوْ خَمْساً،
فَاطْرَحْهَا بِجَنْبِ النَّارِ، وَاجْعَلِ الْأَرُزَّ فِي الْقَدْرِ، وَاطْبُخْهُ حَتَّى يُدْرِكَ، وَخُذْ
شَحْمَ كُلِّ طَرِيٍّ، فَإِذَا بَلَغَ الْأَرُزُّ، فَاطْرَحِ الشَّحْمَ فِي قَصْعَةٍ مَعَ الْحِجَارَةِ،
وَكُبِّ عَلَيْهَا قَصْعَةٌ أُخْرَى، ثُمَّ خَرِّكْهَا تَحْرِيكاً جَيِّداً، وَاضْبِطْهَا كَيْ لَا يَخْرُجَ
بُخَارُهُ، فَإِذَا ذَابَ الشَّحْمُ، فَاجْعَلْهُ فِي الْأَرُزِّ، ثُمَّ تَحَسَّاهُ.^۴

۱۸۵۴. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ أَدْخَلَ فِي جَوْفِهِ لُقْمَةً شَحْمٍ أَخْرَجَتْ مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ.^۵

۱. طب الأئمة لابني بسطام، ص ۱۰۰، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۷۶، ح ۱۱.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۵، ح ۱۸۰۴، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۵، ح ۱۱۱۸ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۶،
ص ۶۶، ح ۴۰.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۱، ح ۶، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۵، ح ۱۸۰۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۶، ح ۴۰.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۴۱، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۳۰۵، ح ۲۰۱۴، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۷۳، ح ۴
وراجع: طب الأئمة لابني بسطام، ص ۹۹.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۱، ح ۴، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۲۵۱، ح ۲۲۳۵، المحاسن، ج ۲،
ص ۲۵۵، ح ۱۸۰۱ كلها عن موسى بن بكر، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۶، ح ۲۸.

برنج بخورم و من نیز گفتم؛ پس، آن را فراهم آوردند، شستند، خشک کردند، سپس در آب پختند، آن‌گاه نرم ساییدند و پختند و آن را با پیه خوردم و خداوند با همان، درد و بیماری را از من برد؟».

۱۸۵۱. المحاسن: از امام صادق علیه السلام درباره این سخن پیامبر صلی الله علیه و آله که فرموده بود: «هر کس لقمه‌ای از پیه بخورد، آن لقمه همان‌دازه خود، بیماری را از بدن برون می‌راند» پرسیدند.

ایشان فرمود: «مقصود، پیه گاو است».

۱۸۵۲. الکافی - به نقل از زراره - : از امام صادق علیه السلام پرسیدم: فدایت شوم! آن پیه که همان‌دازه خود، بیماری را از بدن بیرون می‌برد، چیست؟

فرمود: «پیه گاو است. ای زراره! هیچ کس پیش از تو، در این باره از من نپرسیده بود».

۱۸۵۳. الکافی علیه السلام - به نقل از محمد بن فیض - : نزد امام صادق علیه السلام بودم که مردی آمد و به ایشان گفت: دخترم از بیماری شکم‌روش، تکیده و لاغر گشته است.

امام صادق علیه السلام فرمود: «چه چیزی تو را از پلوی چرب، باز می‌دارد؟ چهار یا پنج تکه سنگ بردار و در کنار آتش بگذار و برنج را در دیگی قرار بده و خوب بپز و مقداری چربی تازه قلوه‌گاه، در ظرفی بریز و از آن سنگ‌های داغ‌شده، در آن قرار بده و ظرف دیگری را بر روی آن بگذار و خوب بر هم زن و مواظب باش بخار آن، خارج نشود. هنگامی که روغن ذوب شد و برنج هم خوب پخته شد، روغن آب‌شده را در برنج بریز و به بیمار (دخترت) بخوران».

۱۸۵۴. امام کاظم علیه السلام: هر کس لقمه‌ای از پیه را به درون خود ببرد، آن لقمه همان‌دازه خود، بیماری را از بدن بیرون می‌برد.

الفصل التاسع والثلاثون

العَدَسُ

١٨٥٥. رسول الله ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْعَدَسِ ؛ فَإِنَّهُ يُرْقِي الْقَلْبَ ، وَيُكَثِّرُ الدَّمْعَةَ ، وَلَقَدْ قَدَّسَهُ سَبْعُونَ نَبِيًّا^١.

١٨٥٦. عنه ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْعَدَسِ ؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ مُقَدَّسٌ ، يُرْقِي الْقَلْبَ ، وَيُكَثِّرُ الدَّمْعَةَ ، وَقَدْ بَارَكَ فِيهِ سَبْعُونَ نَبِيًّا أَخْرَجَهُمُ عَيْسَى بْنُ مَرْيَمَ ﷺ^٢.

١٨٥٧. الإمام الباقر عليه السلام : كَانَ فِيمَا أَوْصَى بِهِ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَلِيًّا عليه السلام أَنْ قَالَ :

يَا عَلِيُّ ، كُلِ الْعَدَسَ ؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ مُقَدَّسٌ وَهُوَ يُرْقِي الْقَلْبَ ، وَيُكَثِّرُ الدَّمْعَةَ ، وَإِنَّهُ بَارَكَ عَلَيْهِ سَبْعُونَ نَبِيًّا^٣.

١٨٥٨. الإمام الصادق عليه السلام : بَيْنَمَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ جَالِسٌ فِي مُصَلَاةٍ ، إِذْ جَاءَهُ رَجُلٌ يُقَالُ لَهُ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ التَّبَّهَانِ مِنَ الْأَنْصَارِ ، فَقَالَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، إِنِّي لِأَجْلِسُ إِلَيْكَ

١. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٢، ح ٣٧٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٩، ح ٩.

٢. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٤١، ح ١٣٦ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٤٤، ح ١٥٠ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، الدعوات، ص ١٤٨، ح ٣٩٢، بحار الأنوار، ج ١٤، ص ٢٥٤، ح ٤٨؛ تفسير القرطبي، ج ١، ص ٢٢٧.

٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٧، ح ٢٠١٩ عن الإمام الكاظم عن أبيه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٨، ح ٥.

فصل سی و نهم

عدس

۱۸۵۵. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد عدس؛ چرا که دل را نازک می‌کند و اشک را افزون می‌سازد. و هفتاد پیامبر، آن را پاک دانسته‌اند.

۱۸۵۶. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد عدس؛ چرا که مبارک و پاک است، دل را نازک می‌کند و اشک را افزون می‌سازد. و هفتاد پیامبر که آخرینشان عیسی بن مریم ﷺ است، دوام سودمندی آن را از خداوند متعال خواسته‌اند.

۱۸۵۷. امام باقر ﷺ: از جمله سفارش‌های پیامبر خدا به علی ﷺ آن بود که فرمود: «ای علی! عدس بخور؛ چرا که مبارک و مقدس است، دل را نازک می‌کند و اشک را افزون می‌سازد، و هفتاد پیامبر، دوام سودمندی آن را از خداوند متعال خواسته‌اند».

۱۸۵۸. امام صادق ﷺ: در حالی که پیامبر خدا در جای نماز خویش نشسته بود، مردی از انصار به نام عبد الله بن تَیْهان نزد ایشان آمد و گفت: ای پیامبر خدا! من بسیار در محضر تو می‌نشینم و بسیار از تو می‌شنوم؛ اما نه دلم

كَثِيرًا وَأَسْمَعُ مِنْكَ كَثِيرًا، فَمَا يَرِقُّ قَلْبِي وَمَا تُسْرِعُ دَمْعَتِي!

فَقَالَ لَهُ النَّبِيُّ ﷺ، يَا بَنَ التَّيْهَانِ، عَلَيْكَ بِالْعَدَسِ فَكُلْهُ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الْقَلْبَ،
وَيُسْرِعُ الدَّمَعةَ، وَقَدْ بَارَكَ عَلَيْهِ سَبْعُونَ نَبِيًّا.^١

١٨٥٩. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْعَدَسِ؛ فَإِنَّهُ قُدَّسَ عَلَى لِسَانِ سَبْعِينَ نَبِيًّا.^٢

١٨٦٠. عنه ﷺ: شَكََا نَبِيٌّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ ﷻ قَسْوَةَ قُلُوبِ قَوْمِهِ، فَأَوْحَى اللَّهُ ﷻ
إِلَيْهِ وَهُوَ فِي مُصَلَّاهُ أَنْ مَرُّ قَوْمِكَ أَنْ يَأْكُلُوا الْعَدَسَ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الْقَلْبَ، وَيُدْمِعُ
الْعَيْنَ، وَيَذْهَبُ بِالْكَبِيرِ، وَهُوَ طَعَامُ الْأَبْرَارِ.^٣

١٨٦١. الإمام عليّ ﷺ: أَكُلْ الْعَدَسَ؛ يُرِقُّ الْقَلْبَ، وَيُكْثِرُ الدَّمَعةَ.^٤

١٨٦٢. الإمام الصادق ﷺ: شَكََا رَجُلٌ إِلَى نَبِيِّ اللَّهِ ﷺ قَسَاوَةَ الْقَلْبِ، فَقَالَ لَهُ:

عَلَيْكَ بِالْعَدَسِ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الْقَلْبَ، وَيُسْرِعُ الدَّمَعةَ.^٥

راجع: ج ٢، ص ٢٨٢ (خراص بعض أنواع السويق / سويق العدس).

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٦، ح ٢٠١٨ عن عبد الرحمن بن زيد بن أسلم التبوكتي، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٨، ح ١٣٨٣ عن الإمام الصادق عن آبائه ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٨، ح ٤.
٢. المعجم الكبير، ج ٢٢، ص ٦٣، ح ١٥٢، مسند الشاميين، ج ١، ص ٢٦٤، ح ٤٥٧ كلاهما عن وائلة، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٤، ح ٢٨٢٧٥.
٣. الفردوس، ج ٢، ص ٣٦٨، ح ٣٦٤٣ عن أبي هريرة، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٨، ح ١٣٨٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٩، ح ٨.
٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٣، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق ﷺ، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٦، ح ٢٠١٧ عن السكوني عن الإمام الصادق عن أبيه عنه ﷺ وفيه «يسرع» بدل «يكثر»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٨، ح ٣.
٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٣، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٦، ح ٢٠١٦ وزاد في آخره «وقد بارك عليه سبعون نبياً» وكلاهما عن عبد الرحمن بن زيد، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٨، ح ٢.

نازک می‌شود و نه اشکم فرو می‌ریزد.

پیامبر ﷺ به او فرمود: «ای پسر تیّهان! بر تو باد عدس. آن را بخور؛ چرا که دل را نازک می‌کند و اشک را شتاب می‌دهد. و هفتاد پیامبر، دوام سودمندی آن را از خداوند خواسته‌اند».

۱۸۵۹. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد عدس؛ چرا که بر زبان هفتاد پیامبر، تقدیس شده است.

۱۸۶۰. پیامبر خدا ﷺ: یکی از پیامبران، از سنگ‌دلی قوم خویش، به درگاه خداوند شکایت برد. خداوند ﷻ، در حالی که او در نمازگه خویش بود، به او وحی فرستاد که: «به قوم خویش بفرما تا عدس بخورند؛ چرا که دل را نازک می‌کند، چشم را به اشک می‌آورد، خودبرتربینی را از میان می‌برد و خوراک نیکان است».

۱۸۶۱. امام علی علیه السلام: عدس، دل را نازک می‌کند و اشک را می‌افزاید.

۱۸۶۲. امام صادق علیه السلام: مردی نزد پیامبر خدا از سنگ‌دلی، اظهار ناراحتی کرد. به او فرمود: «بر تو باد عدس؛ چرا که دل را نازک می‌کند و اشک را شتاب می‌دهد».^۱

ر.ک: ج ۲، ص ۲۸۳ (خواص برخی از انواع سَوِیْق / سَوِیْقِ عدس).

۱. در المحاسن، با این افزوده در پایان حدیث آمده: «و هفتاد پیامبر، آن را تحسین کرده‌اند».

الفصل الأربعون

العسل

١/٤٠

الاستشفاء بالعسل

الكتا -

﴿وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ﴾ ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلًّا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ﴿٦٨﴾

الحديث:

١٨٦٣. رسول الله ﷺ: العسل شفاء.^٢

١٨٦٤. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالشِّفَاءَيْنِ: العسل، والقرآن.^٣

١. النحل: ٦٨ و ٦٩.

٢. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٨، ح ٥٢٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٤، ح ١٩.

٣. سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١١٤٢، ح ٣٤٥٢، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢٢٢، ح ٧٤٣٥، السنن الكبرى، ج ٩، ص ٥٧٩، ح ١٩٥٦٥، الفردوس، ج ٣، ص ٢٥، ح ٢٠٥١، كلاًها عن عبد الله بن مسعود، كنز العمال، ج ١٠، ص ٨، ح ٢٨١٠٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٧، ح ١١٦٢، عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٠، ح ٢.

فصل چهارم

عسل



قرآن

«پروردگار تو، به زنبور عسل الهام کرد که: «از گرو، خانه بکیر و میز از درخت و از آنچه بنا می‌کنند * سپس از همه میوه‌ها بخور و راه‌های پروردگارت را فرمان‌بردارانه بیوی». [آن‌گاه] از درون [شکم] آن، شهدی که به رنگ‌های گوناگون است، بیرون می‌آید. در آن، برای مردم، درمانی است. راستی در این [زندگی زنبوران]، برای مردمی که تفکر می‌کنند، نشانه^۱ قدرت الهی است»^۱.

حدیث

۱۸۶۳. پیامبر خدا ﷺ: عسل، درمان است.

۱۸۶۴. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد دو درمان: عسل و قرآن.

۱. نحل: آیه ۶۸ و ۶۹.

١٨٦٥. عنه عليه السلام : مَا لِلنَّفْسَاءِ عِنْدِي شِفَاءٌ مِثْلُ الرُّطْبِ، وَلَا لِلْمَرِيضِ مِثْلُ الْعَسَلِ^١.
١٨٦٦. عنه عليه السلام : إِنَّ اللَّهَ ﷻ جَعَلَ الْبَرَكَاتِ فِي الْعَسَلِ، وَفِيهِ شِفَاءٌ مِنَ الْأَوْجَاعِ، وَقَدْ بَارَكَ عَلَيْهِ سَبْعُونَ نَبِيًّا^٢.
١٨٦٧. الإمام علي عليه السلام : الْعَسَلُ فِيهِ شِفَاءٌ^٣.
١٨٦٨. عنه عليه السلام : مَا اسْتَشْفَى الْمَرِيضُ بِمِثْلِ شُرْبِ الْعَسَلِ^٤.
١٨٦٩. عنه عليه السلام : الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَلَا دَاءَ فِيهِ ؛ يُقِلُّ الْبَلْعَمَ وَيَجْلُو الْقَلْبَ^٥.
١٨٧٠. عنه عليه السلام : لَعَقُ الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ، قَالَ اللَّهُ ﷻ : ﴿يَخْرِجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾^٦ وَهُوَ مَعَ قِرَاءَةِ الْقُرْآنِ وَمَضْغِ اللَّبَانِ يُذِيبُ الْبَلْعَمَ^٧.
١٨٧١. الإمام الصادق عليه السلام : مَا اسْتَشْفَى النَّاسُ بِمِثْلِ الْعَسَلِ^٨.

١. كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٤، ح ٢٨٢٧٩ نقلًا عن أبي الشيخ وأبي نعيم في الطب عن أبي هريرة.
٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٩، ح ١١٧٣ عن الإمام الرضا عليه السلام، الدعوات، ص ١٥١، ح ٤٠٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٤، ح ١٨.
٣. المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٠، ح ١٩٩١ عن إسماعيل بن جعفر عن أبيه، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٨، ح ٥٢٦ عن الإمام الصادق عليه السلام وفيه «قال الله ﷻ : فيه شفاء للناس»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩١، ح ٦.
٤. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٤٨، ح ٥٢٦، الكافي، ج ٦، ص ٣٢٢، ح ٥، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ٣، ص ٢٥١، ح ٢٢٣٥ كلاهما عن موسى بن بكر عن الإمام الكاظم عليه السلام وليس فيهما «شرب»، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٠، ح ١٩٩٣ عن ابن سنان وأبي البختري عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٢، ح ٨.
٥. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٩، ح ١١٧٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٤، ح ١٨.
٦. النحل، ٦٩.
٧. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٢، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٩، ح ١٩٨٩ كلاهما عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، الخصال، ص ٦٢٣، ح ٢ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٧، ح ١١٦٣ عن الإمام الصادق عليه السلام وليس فيه من «وهو مع قراءة القرآن...»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩١، ح ٤.
٨. الكافي، ج ٦، ص ٣٣٢، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٠٠، ح ١٩٩٤ كلاهما عن محمد بن سقوة، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٨، ح ١١٦٥ وفيه «لعق العسل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٠، ح ٢.

۱۸۶۵. پیامبر خدا ﷺ: نزد من، برای زن تازه‌زا، درمانی همانند خرما و برای بیمار، درمانی همانند عسل، وجود ندارد.

۱۸۶۶. پیامبر خدا ﷺ: خداوند بركت را در عسل قرار داده است. درمان دردها، در آن است و هفتاد پیامبر، دوام سودمندی آن را از خداوند خواسته‌اند.

۱۸۶۷. امام علی علیه السلام: در عسل، درمان است.

۱۸۶۸. امام علی علیه السلام: بیمار، به چیزی همانند خوردن عسل، درمان نجسته است.^۱

۱۸۶۹. امام علی علیه السلام: عسل، شفای هر بیماری است و بیماری‌ای هم در آن نیست؛ بلغم را کم می‌کند و دل را جلا می‌دهد.

۱۸۷۰. امام علی علیه السلام: لیسیدن عسل، شفای هر درد است. خداوند فرموده است:

«از درون [شکم] آن (زن‌بور)، شهدی که به رنگ‌های گوناگون است، بیرون می‌آید. در آن، برای مردم، درمانی است». آن، همراه با قرائت قرآن و

جویدن گندُر، بلغم را از بین می‌برد.^۲

۱۸۷۱. امام صادق علیه السلام: مردم به چیزی همانند عسل، درمان نجسته‌اند.

۱. در الکافی و کتاب من لایحضره الفقیه، از امام کاظم علیه السلام و با این تفاوت که در آنها، واژه «خوردن» نیامده است.

۲. در مکارم الأخلاق، از امام صادق علیه السلام و با این تفاوت که، ذیل حدیث، نیامده است.

١٨٧٢. الإمام الكاظم عليه السلام : الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِذَا أَخَذْتَهُ مِنْ شَهْدِهِ.^١

٢/٤٠

خَوَاضِعُ الْعَسَلِ

١٨٧٣. رسول الله صلى الله عليه وآله : مَا طُلِبَ الدَّوَاءُ بِشَيْءٍ أَفْضَلَ مِنْ شَرِبَةِ عَسَلٍ.^٢

١٨٧٤. عنه عليه السلام : نِعَمَ الشَّرَابُ الْعَسَلُ ؛ يَرَعَى الْقَلْبَ ، وَيُذْهِبُ بَرْدَ الصَّدْرِ.^٣

١٨٧٥. عنه عليه السلام : الْعَسَلُ شِفَاءٌ ؛ يَطْرُدُ الرِّيحَ وَالْحُمَى.^٤

١٨٧٦. عنه عليه السلام : إِنْ يَكُنْ فِي شَيْءٍ شِفَاءٌ ، فَفِي شَرْطَةِ حَجَّامٍ أَوْ [فِي] شَرِبَةِ عَسَلٍ.^٥

١٨٧٧. عنه عليه السلام : مَا تَدَاوَتِ الْعَرَبُ بِشَيْءٍ أَفْضَلَ مِنْ مَصَّةِ حَجَّامٍ ، أَوْ شَرِبَةِ

عَسَلٍ.^٦

١٨٧٨. عنه عليه السلام : إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَّتِكُمْ خَيْرٌ فَفِي شَرِبَةِ عَسَلٍ ، أَوْ شَرْطَةِ

مِحْجَمٍ ، أَوْ لَذْعَةٍ مِنْ نَارٍ ، وَمَا أَحَبُّ أَنْ أَكْتُوِيَ.^٧

١. المعاصن، ج ٢، ص ٣٠٠، ح ١٩٩٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٢، ح ٧.

٢. كنز العمال، ج ١٠، ص ٢٠، ح ٢٨١٦٨ نقلاً عن أبي نعيم في الطب عن عائشة.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٥٨، ح ١١٦٨، طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٥؛ الفردوس،

ج ٢، ص ٢٦٥، ح ٦٧٨٠ عن عائشة وفيه «بوحر» بدل «برد».

٤. جامع الأحاديث للقمي، ص ١٠١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٤، ح ١٩ نقلاً عن الإمامة والتبصرة عن

إسماعيل بن موسى بن جعفر عن أبيه عن آبائه عليهم السلام عنه عليه السلام.

٥. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٢٥، ح ٨٣ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليهم السلام، مكارم

الأخلاق، ج ١، ص ٢٥٩، ح ١١٧٠، الدعوات، ص ١٥١، ح ٤٠٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٠، ح ٣.

٦. المصنّف لعبد الرزاق، ج ١١، ص ٣٠، ح ١٩٨١٩.

٧. صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢١٥٧، ح ٥٣٧٥، مسند ابن حنبل، ج ٥، ص ١٠٩، ح ١٤٧٠٧، السنن الكبرى،

ج ٩، ص ٥٧٣، ح ١٩٥٤٢ كلّها عن جابر، المصنّف لابن أبي شيبة، ج ٥، ص ٤٦٠، ح ٨ عن يزيد بن

أبي حبيب عن رجل من الأنصار وكلّهما نحوه، كنز العمال، ج ١٠، ص ٢١، ح ٢٨١٧٢.

۱۸۷۲. امام کاظم علیه السلام: عسل، درمان هر درد است، اگر که آن را از شهدش جدا کنی.

۲/۴۰ خواص عسل

۱۸۷۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: به چیزی برتر از یک شربت عسل، درمان جسته نشده است.

۱۸۷۴. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: عسل، چه خوب نوشیدنی ای است! قلب را مراقبت می کند و سردی سینه را از میان می برد.^۱

۱۸۷۵. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: عسل، شفایی است که باد و تب را دور می کند.

۱۸۷۶. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر در چیزی درمانی باشد، در بیشتر حجامتگر و [در] نوشیدنی ای از عسل است.

۱۸۷۷. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: تازیان، به چیزی بهتر از مکش حجامتگر یا نوشیدنی ای از عسل، درمان نکرده اند.

۱۸۷۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: اگر در چیزی از این داروهایتان خیری باشد، در نوشیدنی ای از عسل، یا بیشتر حجامتگر و یا گزشی از آتش است و البته من، داغ کردن را دوست ندارم.

۱. در الفردوس، به جای سردی سینه را از میان می برد، عبارت «کینه و حالت دل چرکینی را از میان می برد» آمده است.

١٨٧٩. عنه ﷺ: الشَّفاءُ في ثَلَاثَةٍ: شَرِبَةِ عَسَلٍ، وَشَرْطَةِ حِجَامَةٍ، وَكَيْتَةِ نَارٍ، وَأَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيِّ.^١

١٨٨٠. المعجم الأوسط عن السائب بن يزيد: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ أَمَرَ بِالْحِجَامَةِ، وَقَالَ: مَا نَزَعَ النَّاسُ نَزْعَةً خَيْرًا^٢ مِنْهُ أَوْ شَرِبَةِ مِنْ عَسَلٍ.^٣

١٨٨١. تاريخ دمشق عن عامر بن مالك: بَعَثْتُ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ مِنْ وَعَكٍ بِي أَلْتَمِسُ مِنْهُ دَوَاءً وَشِفَاءً، فَبَعَثَ إِلَيَّ بِعُكَّةٍ مِنْ عَسَلٍ.^٤

١٨٨٢. تاريخ دمشق عن عبدالله بن بريدة: حَدَّثَنِي عَمُّ عَامِرِ بْنِ الطُّفَيْلِ الْعَامِرِيُّ أَنَّ عَامِرَ بْنَ الطُّفَيْلِ أَهْدَى إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَرَسًا، وَكَتَبَ إِلَيْهِ عَامِرٌ: إِنَّهُ قَدْ ظَهَرَتْ بِي دُبَيْلَةٌ، فَابْعَثْ إِلَيَّ دَوَاءً مِنْ عِنْدِكَ.

قَالَ: فَرَدَّ النَّبِيُّ ﷺ الْفَرَسَ لِأَنَّهُ لَمْ يَكُنْ أَسْلَمَ، وَأَهْدَى إِلَيْهِ عُكَّةً مِنْ عَسَلٍ، وَقَالَ: تَدَاوِ بِهَا.^٥

١٨٨٣. الإمام الباقر عليه السلام: طِبُّ الْعَرَبِ فِي سَبْعَةٍ: شَرْطَةُ الْحِجَامَةِ، وَالْحُقْنَةُ، وَالْحَمَامُ، وَالشُّعُوطُ، وَالْقَيِّءُ، وَشَرِبَةُ عَسَلٍ وَآخِرُ الدَّوَاءِ الْكَيُّ، وَرُبَّمَا يُزَادُ

١. صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢١٥١، ح ٥٣٥٦ عن ابن عباس، تاريخ دمشق، ج ٥٩، ص ١٦، ح ١٢٢٢١ عن معاوية بن خديج وفي صدره «إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ شِفَاءٌ...» وفي ذيله «وَمَا أَحَبُّ أَنْ أُكْتَوِيَ»، كنز العمال، ج ١٠، ص ٢١، ح ٢٨١٧١؛ عوالي اللآلي، ج ١، ص ١٧٥، ح ٢١٣، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٣٥ نقلاً عن الخطابي في كتاب أعلام الحديث.

٢. في المصدر «خَيْرٌ» والصحيح ما أثبتناه.

٣. المعجم الأوسط، ج ٨، ص ٥٣، ح ٧٩٤٤.

٤. تاريخ دمشق، ج ٢٦، ص ٩٨، الإصابة، ج ٣، ص ٤٨٥ وليس فيه «وشفاء»، أسد الغابة، ج ٣، ص ١٣٨ نحوه، كنز العمال، ج ١٠، ص ٨٧، ح ٢٨٤٧٥.

٥. تاريخ دمشق، ج ٢٦، ص ٩٩، ح ٥٥٠٦، أسد الغابة، ج ٦، ص ٣٦٢، الإصابة، ج ٥، ص ١٣٣ نحوه وليس فيه «وقال: تداوى بها»، كنز العمال، ج ٥، ص ٨٢٢، ح ١٤٤٨٣.

۱۸۷۹. پیامبر خدا ﷺ: درمان، در سه چیز است: نوشیدنی‌ای از عسل، نیشتر حجامتگر، و گزشی از آتش. اما من، امت خویش را از داغ کردن، باز می‌دارم.

۱۸۸۰. المعجم الأوسط - به نقل از سائب بن یزید - : پیامبر خدا به حجامت، امر کرد و فرمود: «مردم به هیچ چیزی بهتر از این یا نوشیدن عسل نگراییده‌اند».

۱۸۸۱. تاریخ دمشق - به نقل از عامر بن مالک - : به سبب تبی که داشتم، کسی را نزد پیامبر ﷺ فرستادم و از ایشان دارو و درمانی جستم. ایشان برایم ظرفی عسل فرستاد.

۱۸۸۲. تاریخ دمشق - به نقل از عبد الله بن بریده - : عموی عامر بن طفیل برایم نقل کرد که عامر بن طفیل، به پیامبر خدا اسبی هدیه داد. عامر، همچنین برای ایشان نوشت: «در من دُبيله‌ای^۱ پدید آمده است. از جانب خویش، برایم دارویی بفرست».

پیامبر ﷺ، از آن روی که عامر، هنوز اسلام نیاورده بود، اسب را برگرداند. همچنین خیکی از عسل به وی اهدا کرد و فرمود: «با این، درمان کن».

۱۸۸۳. امام باقر ﷺ: طبّ عرب، در هفت چیز است: نیشتر حجامتگر، شیاف، حمام، انفیه، قی کردن، نوشیدن قدری عسل، و آخرین درمان هم داغ

۱. وَرَمَ کلان مدور. اَبَلَة بزرگ و سیاه که برآید، نزد پزشکان، هر وَرَم عارضی را - اگر در اندرون آن، موضعی باشد که ماده در آن جمع شود - دُبيله گویند (لغت‌نامه دهخدا).

فیه النورة^١.

١٨٨٤. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ، فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ، وَالْعَسَلُ^٢.

١٨٨٥. الكافي عن حمزة بن الطيار عن الإمام الكاظم عليه السلام: مَا تَدَاوَى النَّاسُ بِشَيْءٍ خَيْرَ مِنْ مَصَّةِ دَمٍ، أَوْ مَرْعَةِ عَسَلٍ.
 قَالَ: قُلْتُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! مَا الْمَرْعَةُ عَسَلٍ؟
 قَالَ: لَعَقَةُ عَسَلٍ^٣.

١٨٨٦. الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام: قَالَ الْعَالِمُ عليه السلام: فِي الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ. مَنْ لَعَقَ لَعَقَةً عَسَلٍ عَلَى الرَّيْقِ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ، وَيَحْسِمُ الصُّفْرَةَ، وَيَمْنَعُ الْمِرَّةَ السُّودَاءَ، وَيُصْفِي الذَّهْنَ، وَيُجَوِّدُ الْحِفْظَ إِذَا كَانَ مَعَ اللَّبَانِ الذَّكْرِ^٤.
 ١٨٨٧. الإمام الرضا عليه السلام: مَنْ أَرَادَ دَفْعَ الزُّكَامِ فِي الشِّتَاءِ أَجْمَعَ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ ثَلَاثَ لُقْمٍ شَهْدٍ^٥.

١٨٨٨. الإمام الهادي عليه السلام: لَمَّا سُئِلَ عَنِ الْحُمَّى الْغَائِبَةِ -: يُؤْخَذُ الْعَسَلُ وَالشَّوْنِيزُ، وَيُلْعَقُ مِنْهُ ثَلَاثَ لَعَقَاتٍ؛ فَإِنَّهَا تَنْقَلِعُ، وَهُمَا الْمُبَارَكَانِ، قَالَ اللَّهُ تَعَالَى فِي الْعَسَلِ: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾^٦.

١. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥٥، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١١٨، ح ٢٥.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٧، ح ٨، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٣، ح ١٩٦٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٨، ح ١١٦٤ وفيه «الحليب بالعسل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٠، ح ٢.

٣. الكافي، ج ٨، ص ١٩٤، ح ٢٣١، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٦٣، ح ٨.

٤. الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٤٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٣، ح ١٦.

٥. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٣٧، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢٤.

٦. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥١ عن أبي جعفر، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٠٠، ح ٢٣.

کردن است و شاید نوره را هم بدان بیافزایند.

۱۸۸۴. امام کاظم علیه السلام: هر کس آب کمرش بر وی دیگرگون شود، شیر تازه همراه با عسل برایش سودمند است.

۱۸۸۵. الکافی - به نقل از حمزة بن طیار، از امام کاظم علیه السلام - : «مردم به هیچ چیزی بهتر از مکش خون یا مَزْعَة عسل، درمان نکرده‌اند».

گفتم: فدایت شوم! مَزْعَة عسل چیست؟

فرمود: «یک انگشت لیسیدن از آن».

۱۸۸۶. الفقه المنسوب للإمام الرضا علیه السلام: امام کاظم علیه السلام فرمود: «در عسل، درمان هر دردی است. هر کس ناشتا یک انگشت از آن را بلیسد، این عسل، بلغم [وی] را پایان می‌دهد، صفرا را فرو می‌نشاند، تلخه سیاه (زرداب) را مانع می‌شود، ذهن را صفا می‌بخشد و اگر که همراه با گُنْدَر خورده شود، حافظه را نکو می‌سازد».

۱۸۸۷. امام رضا علیه السلام: هر که می‌خواهد در همه زمستان از سرما خوردگی دور بماند، هر روز، سه لقمه شهد بخورد.

۱۸۸۸. امام هادی علیه السلام - هنگامی که درباره تب پیوسته یک روز در میان از ایشان پرسیدند - : قدری عسل و شونیز (سیاه‌دانه)، برداشته و سه لیسه انگشت از آن خورده شود. در این صورت، تب، ریشه‌کن خواهد شد، و این هر دو، مبارک هستند. خداوند متعال، درباره عسل فرموده است: «از درون [شکم] آن (زنبور)، شهدی که به رنگ‌های گوناگون است، بیرون می‌آید. در آن، برای مردم، درمانی است».

١٨٨٩. عنه عليه السلام: خَيْرُ الْأَشْيَاءِ لِحُمَى الرَّبْعِ أَنْ يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا الْفَالْوَذَجُ الْمَعْمُولُ بِالْعَسَلِ
وَيُكْتَرَزَ زَعْفَرَانُهُ، وَلَا يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا غَيْرُهُ^١.

راجع: ج ١: ص ٩٢-٩٦، ج ٨٦-٨٨.

ج ١، ص ٢٥٢ (ما يورث الحفظ / العسل). و ص ٢٥٦ (ما ينفع لدفع النسيان).

ج ١، ص ٤٣٠ (ما ينفع لعلاج بعض أوجاع البطن / العسل والشونيز).

ج ١، ص ٤٢٨ (ما ينفع لعلاج رباح البطن / الحبة السوداء).

ج ١: ص ٥٦٨ (ما ينفع لوجع الخاصرة).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

١. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٥١ عن أبي جعفر، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٠٠، ح ٢٤.

۱۸۸۹. امام هادی علیه السلام: بهترین چیز برای تب ربع^۱ آن است که در روز غلبه تب، فالوده‌ای که با عسل ساخته شده و زعفران فراوانی دارد، خورده شود و در آن روز، چیزی دیگر خورده نشود.

ر.ک: ج ۱، ص ۹۵-۹۷، ح ۸۶-۸۸.

ج ۱، ص ۲۵۳ (آنچه حافظه را تقویت می‌کند / عسل).

ج ۱، ص ۲۵۷ (آنچه برای پیشگیری از فراموشی، سودمند است).

ج ۱، ص ۴۳۱ (آنچه برای برخی دردهای شکم، سودمند است / عسل و شونیز).

ج ۱، ص ۴۴۹ (آنچه برای درمان پاددهای شکم، سودمند است / سیاه‌دانه).

ج ۱، ص ۵۶۹ (آنچه برای درد پهلوی، سودمند است).



مرکز تحقیقات طب اسلامی

الفصل الحادي والأربعون

العَنْبُ

١/٤١

دَوْرُ الْعَنْبِ فِي أَهَابِ الْهَمَمِ

١٨٩٠. الإمام الصادق عليه السلام: لَمَّا حَسَرَ الْمَاءُ عَنْ عِظَامِ الْمَوْتَى، فَرَأَى ذَلِكَ نُوحٌ عليه السلام جَزَعَ جَزَعاً شَدِيداً وَاعْتَمَ لِذَلِكَ تَكْبِيرَ مَرَّةٍ

فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ: هَذَا عَمَلُكَ بِنَفْسِكَ، أَنْتَ دَعَوْتَ عَلَيْهِمْ!

فَقَالَ: يَا رَبِّ، إِنِّي أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ.

فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ أَنْ كُلِ الْعَنْبَ الْأَسْوَدَ لِيُذْهِبَ غَمُّكَ.^١

١٨٩١. عنه عليه السلام: شَكََا نَبِيٌّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ الْغَمَّ، فَأَمَرَهُ اللَّهُ بِأَكْلِ الْعَنْبِ.^٢

١٨٩٢. عنه عليه السلام: إِنَّ نُوحاً شَكََا إِلَى اللَّهِ الْغَمَّ، فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ:

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٠، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٣، ح ٢٢٦٤ وليس فيه من «فأوحى الله» إلى «أتوب

إليك» وكلاهما عن موسى بن العلاء، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤٩، ح ١١.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٥١، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٢، ح ٢٢٦٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٧.

ح ١٢٥٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤٩، ح ٩.

فصل چهل و یکم

انگور

۱/۴۱

تأثیر انگور در از میان رفتن اندوه

۱۸۹۰. امام صادق علیه السلام: هنگامی که آب فرو نشست و استخوان‌های مردگان، پدیدار شد، نوح، این را بدید و بدین سبب، بسیار آشفته و اندوهگین شد.

سپس خداوند تعالی به او وحی کرد: «این، کاری است که خود با خویش کرده‌ای! تو خود، آنان را نفرین کردی!».

گفت: پروردگارا! من از تو آمرزش می‌طلبم و به درگاه تو، توبه می‌کنم.

سپس خداوند تعالی به او وحی فرستاد: «انگور سیاه بخور تا اندوهت از میان برود»^۱.

۱۸۹۱. امام صادق علیه السلام: پیامبری از پیامبران، به درگاه خداوند تعالی از اندوه، شکایت برد. خداوند تعالی او را به خوردن انگور، امر فرمود.

۱۸۹۲. امام صادق علیه السلام: نوح، از اندوه، به درگاه خداوند، شکایت برد. خداوند به او

۱. در المحاسن، بخشی از وسط حدیث، نیامده است.

كُلِّ الْعِنَبِ الْأَسْوَدَ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْغَمِّ.^١

٢/٢١

الرَّبُّ أَكَلَ الْعِنَبِ

١٨٩٣. رسول الله ﷺ: كُلُوا الْعِنَبَ حَبَّةً حَبَّةً؛ فَإِنَّهُ أَهْنَأُ وَأَمْرَأُ.^٢

١٨٩٤. مكارم الأخلاق: كَانَ [النَّبِيُّ ﷺ] رُبَّمَا أَكَلَ الْعِنَبَ حَبَّةً حَبَّةً، وَكَانَ ﷺ رُبَّمَا أَكَلَهُ خَرْطاً حَتَّى تُرَى رُؤَالُ^٣ عَلَى لِحْيَتِهِ كَتَعَدَّرِ اللَّوْلُو.

وَالرُّؤَالُ: الْمَاءُ الَّذِي يَخْرُجُ مِنْ تَحْتِ الْقَشْرِ.^٤

١٨٩٥. الكافي عن عيسى بن عبد الرحمن عن أبيه: دَخَلَ ابْنُ عُكَاشَةَ بْنِ مِحْصَنِ الْأَسَدِيِّ عَلَى أَبِي جَعْفَرٍ ﷺ وَكَانَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ قَائِمًا عِنْدَهُ، فَقَدَّمَ إِلَيْهِ عِنَبًا، فَقَالَ:

حَبَّةً حَبَّةً يَأْكُلُهُ الشَّيْخُ الْكَبِيرُ وَالصَّبِيُّ الصَّغِيرُ، وَثَلَاثَةٌ وَأَرْبَعَةٌ يَأْكُلُهُ مَنْ يَظُنُّ أَنَّهُ لَا يَشْبَعُ، وَكُلُّهُ حَبَّتَيْنِ حَبَّتَيْنِ؛ فَإِنَّهُ يُسْتَحَبُّ.^٥

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٧، ح ١٢٥٥، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٣، ح ٢٢٦٣ عن فرات بن أحنف وليس فيه «الأسود»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٤٩، ح ١٠.

٢. عيون أخبار الرضا ﷺ، ج ٢، ص ٢٥، ح ٨٢ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه ﷺ، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٨، ح ١٢٦٠، الدعوات، ص ١٤٨، ح ٣٨٨، المحاسن، ج ٢، ص ٣٦٢، ح ٢٢٦١ عن عبد الله بن سنان عن الإمام الصادق ﷺ وفي صدره «إذا أكلتم العنب فكلوه...»، طب النبي ﷺ، ص ٨ وليس فيه «وأمرأ»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٢٣، ح ١٥، الفردوس، ج ٣، ص ٢٤٣، ح ٢٧١٥ عن الإمام علي ﷺ.

٣. في بحار الأنوار: «حَتَّى تُرَى رُؤَالُهُ» وهو المناسب للسياق.

٤. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٧٢، ح ٩٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١١٩، ح ١٠.

٥. الكافي، ج ١، ص ٤٧٦، ح ١ و ج ٦، ص ٢٥١، ح ٦ عن عيسى بن عبد الرحمن عن أبيه عن جدّه وليس فيه «وكان أبو عبد الله ﷺ قائماً عنده»، الخرائج والجرائح، ج ١، ص ٢٨٦، ح ٢٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١١٩، ح ٩ نقلاً عن المحاسن.

چنین وحی فرستاد: «انگور سیاه بخور؛ چرا که اندوه را می‌برد»^۱.

۲/۴۱ آداب خوردن انگور

۱۸۹۳. پیامبر خدا ﷺ: انگور، را دانه دانه بخورید؛ چرا که گوارا تر و خوش تر است.^۲

۱۸۹۴. مکارم الأخلاق: پیامبر ﷺ، گاه، انگور را دانه دانه می‌خورد و گاه خوشه را به دهان می‌برد و دانه‌ها را در دهان فرو می‌ریخت تا جایی که قطره‌های آب، به سان دانه‌ای مروارید، بر ریش ایشان می‌غلتید.

۱۸۹۵. الکافی - به نقل از عیسی بن عبد الرحمان، از پدرش - : ابن عکاشه بن مُحِصَن اسدی، بر امام باقر ﷺ وارد شد، در حالی که امام صادق ﷺ نیز در حضور ایشان ایستاده بود.

امام باقر ﷺ، انگوری پیش او نهاد و فرمود: «انگور را پیر کهن سال و کودک خردسال، دانه دانه می‌خورند و کسانی که گمان می‌کنند سیر نخواهند شد، سه دانه سه دانه و چهار دانه چهار دانه می‌خورند؛ اما تو، دو دانه دو دانه بخور، که همین مستحب است».

بیان

به نظر می‌رسد که اختلاف احادیث در چگونگی خوردن انگور، ناظر به اختلاف در اندازه دانه‌های آن است. بنا بر این، معیار کلی در خوردن انگور، رعایت مقداری است که مانع گوارایی و هضم آن نگردد، چنان که حدیث نبوی شریف، بر این حکمت، تأکید ورزیده است.

۱. در المحاسن، واژه «سیاه» نیامده است.

۲. در المحاسن از امام صادق ﷺ و با این تفاوت که در آغاز حدیث، چنین آمده است: «اگر خواستید انگور بخورید...».

الفصل الثاني والأربعون

العُتَابُ

١٨٩٦. رسول الله ﷺ: الْعُتَابُ يَذْهَبُ بِالْحُمَى. ١.

١٨٩٧. مكارم الأخلاق عن أبي الحُصَيْن: كَانَتْ عَيْنِي قَدْ ابْيَضَّتْ وَلَمْ أَكُنْ أَبْصِرُ شَيْئاً،
فَرَأَيْتُ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ ؑ فِي النَّامِ فَقُلْتُ: يَا سَيِّدِي، عَيْنِي قَدْ آلَتْ إِلَى
مَا تَرَى. فَقَالَ: *مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی*

خُذِ الْعُتَابَ فَدَقِّهِ وَاکْتَحِلْ بِهِ.

فَأَخَذْتُهُ وَدَقَقْتُهُ بِنَوَاهُ وَكَحَلْتُهَا بِهِ، فَانْجَلَتْ عَن عَيْنِي الظُّلْمَةُ، وَنَظَرْتُ أَنَا
إِلَيْهَا فَإِذَا هِيَ صَحِيحَةٌ. ٢.

١٨٩٨. الإمام الصادق ؑ: فَضْلُ الْعُتَابِ عَلَى الْفَاكِهَةِ، كَفَضْلِنَا عَلَى سَائِرِ
النَّاسِ. ٣.

١. طب النبي ﷺ، ص ٩، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٠، ح ١٢٧٣ عن الإمام علي ؑ، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٢، ح ١.

٢. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٠، ح ١٢٧٤، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٢، ح ٢.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨١، ح ١٢٧٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٢، ح ٣.

فصل چهل و دوم

عَنْاب

۱۸۹۶. پیامبر خدا ﷺ: عَنْاب^۱، تب را می برد.

۱۸۹۷. مکارم الأخلاق - به نقل از ابو الحُصَین -: چشمانم سفید شده بود و چیزی

نمی دیدم. امیر مؤمنان را در خواب دیدم و گفتم: سرورم! چشمانم به وضعی که می بینی، درآمده است.

فرمود: «عَنْاب را نرم کن و با آن، سرمه بکش».

من، عَنْاب را همراه با هسته اش نرم کردم و با آن، سرمه کشیدم و در پی

آن، تاریکی از چشمانم رخت برپست و دیدم که چشمانم سالم است.

۱۸۹۸. امام صادق علیه السلام: برتری عَنْاب بر دیگر میوه ها، به سان برتری ما بر دیگر مردمان است.

۱. عَنْاب، درختی است مشهور، و چنان که ادعا کرده اند، برگ آن برای چشم دردهای گرم، سودمند است و میوه اش نیز رطوبت را از خون می گیرد. حتی گفته اند که دست زدن به عَنْاب نیز همین اثر را دارد. از همین روی، هرگاه بخواهند آن را از شهری به شهر دیگر ببرند، هر روز، آن را بر پشت یک مرکب می نهند تا یک مرکب، به تنهایی آن را حمل نکند و خورش خشک نشود.

جالینوس، درباره آن گفته است:

خون را خشک نمی کند. تنها بر غلظت آن می افزاید.

ابن بیطار، به نقل از مسیح علیه السلام آورده است:

گرم و مرطوب و در میانه درجه نخست است و در آن، حرارت، بیش از رطوبت است. چون خودِ عَنْاب یا آبش خورده شود، خلطی خوب می آورد. این میوه، همچنین، تندی و سوزندگی خون را تسکین می دهد و برای سرفه، نفَس تنگی، درد کلیه و مثانه و درد سینه، سودمند است. نوع برگزیده آن، عُنَّابی است که هسته اش نیز بزرگ باشد. اگر پیش از غذا خورده شود، مناسب تر است.

الفصل الثالث والأربعون

الغُبَيْرُ

١٨٩٩. الإمام الحسين عليه السلام : دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله عَلَى عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ عليه السلام وَهُوَ

مَحْمُومٌ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْغُبَيْرِ^١

١٩٠٠. الإمام الصادق عليه السلام : الْغُبَيْرُ لَحْمُهُ يُنَبِّتُ اللَّحْمَ، وَعَظْمُهُ يُنَبِّتُ الْعَظْمَ، وَجِلْدُهُ

يُنَبِّتُ الْجِلْدَ، وَمَعَ ذَلِكَ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْيَيْنِ، وَيَدْبَعُ الْمَعِدَّةَ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ

الْيَوَاسِيرِ وَالتَّقْتِيرِ^٢، وَيُقَوِّي السَّاقَيْنِ، وَيَقْمَعُ عِرْقَ الْجَذَامِ^٣.

١. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٢٣، ح ١٥٢ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٥٢.

ح ١٧٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٨١، ح ١٢٧٦ كلُّها عن الإمام الرضا عن آبائه عليهم السلام، الدعوات، ص ١٥٧، ح ٢٣١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٨، ح ١.

٢. في مكارم الأخلاق والوافي: «التقطير» بدل «التقتير»، والتقطير: أن لا يستمسك بوله (الوافي، ج ١٩، ص ٢١١).

٣. الكافي، ج ٦، ص ٢٦١، ح ١، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٨١، ح ١٢٧٧ كلاهما عن ابن بكير، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٨٨، ح ٢.

فصل چهل و سوم

سجده

۱۸۹۹. امام حسین علیه السلام: پیامبر خدا بر علی بن ابی طالب علیه السلام وارد شد، در حالی که وی تب داشت. پیامبر صلی الله علیه و آله او را به خوردن سنجده، سفارش کرد.

۱۹۰۰. امام صادق علیه السلام: سنجده، گوشتش گوشت می‌رویاند، استخوانش استخوان را رشد می‌دهد و پوستش پوست را می‌پرورد. علاوه بر این، سنجده، کلیه‌ها را گرم می‌کند، معده را پاک می‌سازد، مایه ایمنی از بواسیر و تقطیر البول^۱ است، ساق پا را قوی می‌کند و رگ جذام را به کلی قطع می‌نماید.

۱. در مکارم الأخلاق و الوافی به جای «تقطیر (تضییق)»، «تقطیر (قطره قطره آمدن بی اراده ادرار)»، آمده است و ما این را برگزیدیم.

الفصل الرابع والأربعون

الفِجْلُ

١٩٠١. الإمام الصادق عليه السلام: الفِجْلُ أصلُهُ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ، وَلُبُّهُ يَهْضِمُ، وَوَرَقُهُ يَحْدِرُ الْبَوْلَ حَدَرًا.^١

١٩٠٢. الكافي عن حنان: سَمِعْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام وَكُنْتُ مَعَهُ عَلَى الْمَائِدَةِ فَتَنَاوَلَنِي فِجْلَةً، وَقَالَ:

يَا حَنَانُ، كُلِ الْفِجْلَ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ: وَرَقُهُ يَطْرُدُ الرِّيَّاحَ، وَلُبُّهُ يُسْرِبِلُ الْبَوْلَ، وَأَصْلُهُ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ.^٢

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٧١، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٣٢، ح ٢١٣٦ كلاهما عن درست بن أبي منصور، الأمالي للطوسي، ص ٣٦٢، ح ٧٥٨ عن التزأل بن سيرة عن الإمام علي عليه السلام وفيه «يهضم الطعام» بدل «لُبُّهُ يَهْضِمُ» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٠، ح ٢.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٧١، ح ١، الخصال، ص ١٤٤، ح ١٦٨، المحاسن، ج ٢، ص ٣٣٢، ح ٢١٣٥، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٣، ح ١٣٣١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٠، ح ١.

فصل چهل و چهارم

تُرب

۱۹۰۱. امام صادق علیه السلام: تُرب، بیخَش، بلغم را از میان می برد، قسمت میانی اش هضم کننده است، و برگش ادرار آور است.

۱۹۰۲. الکافی - به نقل از حنان -: در حالی که با امام صادق علیه السلام بر سر سفره ای نشسته بودم، او تُربی به دست من داد و گفت: «ای حنان! ترب بخور؛ چرا که در آن، سه ویژگی است: برگش بادها را دور می کند، قسمت میانی اش پیشاب را به جریان می اندازد^۱ و بیخَش، بلغم را از میان می برد».

۱. علامه مجلسی در شرح عبارت «و لَبَنٌ یَسْرِیْلُ الْبُولُ»؛ قسمت میانی اش پیشاب را به جریان می اندازد، چنین می گوید: سَرَبَلَّةٌ، یعنی شلوار بر او پوشاند. این معنا با این جا سازگار نیست، مگر با مجازگویی و تکلفی بسیار دور. در برخی از نسخه های الکافی، به جای این واژه، «یسهل: آسان می کند» و در برخی «یسیل: روان می کند» آمده که این دو واژه، درست ترند (بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۳۰).

الفصل الخامس والأربعون

الفرخ^١

١٩٠٣. رسول الله ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْفَرَفَخِ ؛ فَهِيَ الْمَكْيَسَةُ ، فَإِنَّهُ إِنْ كَانَ شَيْءٌ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ فَهِيَ^١.

١٩٠٤. الإمام الصادق عليه السلام : وَطِئَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ الرَّمْضَاءَ^٢ فَأَحْرَقَتْهُ ، فَوَطِئَ عَلَى الرَّجُلَةِ ؛ وَهِيَ الْبَقْلَةُ الْحَمَقَاءُ ، فَسَكَنَ عَنْهُ حَرُّ الرَّمْضَاءِ ، فَدَعَا لَهَا وَكَانَ يُحِبُّهَا ﷺ وَيَقُولُ : مِنْ بَقْلَةٍ مَا أَبْرَكَهَا^٣.

١٩٠٥. الدعوات : كَانَ النَّبِيُّ ﷺ وَجَدَ حَرَارَةً ، فَعَضَّ عَلَى رِجْلِهِ فَوَجَدَ لِذَلِكَ رَاحَةً .

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٣، ح ٢٠٩٤ عن حماد بن زكريا، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٠، ح ١٣١٤ وليس فيه «فهى المكيسة» وكلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٤، ح ٣.
٢. الرَّمْضَاءُ: الأرض الشديدة الحرارة (القاموس المحيط، ج ٢، ص ٣٣٢).
٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٧، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٣، ح ٢٠٩٣ وليس فيه «ويقول...» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٣٤، ح ١.

فصل چهل و پنجم

خُرفه

۱۹۰۳. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد خُرفه؛^۱ چرا که زیرکی می‌دهد و اگر تنها یک چیز باشد که عقل را افزون می‌کند، همان است.

۱۹۰۴. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا بر زمین سوخته‌ای پا نهاد و آن زمین، پایش را سوزاند. پس، پای خویش را بر خُرفه نهاد و در نتیجه، سوزش حاصل از زمین سوخته، فرو نشست. از آن پس، پیامبر ﷺ خُرفه را دوست داشت، برای آن دعا می‌کرد و می‌گفت: «چه گیاه پُر برکتی است!»^۲.

۱۹۰۵. الدعوات: پیامبر ﷺ حرارتی یافت. بر خُرفه‌ای دندان فشرد و از آن احساس راحتی کرد. سپس گفت:

۱. خُرفه: نام گیاهی است و آن را به پارسی، پَر پَهَن گویند و معرّب آن، فَرْفَح است و آن در عربی به «البقلة الحماة» (سبزه کودن) معروف است. (لغت نامه دهخدا).

۲. در المحاسن، جمله آخر حدیث، وجود ندارد.

فَقَالَ: اللَّهُمَّ بَارِكْ فِيهَا! إِنَّ فِيهَا شِفَاءً مِنْ تِسْعَةِ وَتِسْعِينَ دَاءً، أَنْبِئَنِي حَيْثُ

شَبَّتَ.^۱

۱۹۰۶. الإمام الصادق عليه السلام: لَيْسَ عَلَى وَجْهِ الْأَرْضِ بَقْلَةٌ أَشْرَفُ وَلَا أَنْفَعُ مِنَ الْفَرْخِ؛

وَهُوَ بَقْلَةُ فَاطِمَةَ عليها السلام.^۲



۱. الدعوات، ص ۱۵۵، ح ۴۲۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۳۵، ح ۵.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۷، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۲۳، ح ۲۰۹۵، كلاهما عن فرات بن أحمد، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۳۵، ح ۴.

«خداوندا! در آن برکت بینه. در آن، شفای نود و نه درد است. [ای خُرفه!] در هر جا می‌خواهی، بروی.»

۱۹۰۶. امام صادق علیه السلام: در روی زمین، گیاهی والاتر و سودمندتر از خُرفه نیست، و آن، سبزی فاطمه علیها السلام است.

۱۰



الفصل السادس والأربعون

الْقِثَاءُ

١ / ٤٦

خَاتَمُ كُلِّ الْقِثَاءِ

١٩٠٧. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْقِثَاءِ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَعَلَ فِيهِ الشُّفَاءَ مِنْ كُلِّ دَاءٍ^١.

٢ / ٤٦

الْأَنْبَكِلُ الْقِثَاءُ

١٩٠٨. رسول الله ﷺ: إِذَا أَكَلْتُمُ الْقِثَاءَ فَكُلُوهُ مِنْ أَسْفَلِهِ^٢.

١٩٠٩. الإمام الصادق عليه السلام: إِذَا أَكَلْتُمُ الْقِثَاءَ فَكُلُوهُ مِنْ أَسْفَلِهِ؛ فَإِنَّهُ أَعْظَمُ لِبَرَكَتِهِ^٣.

١. كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٥، ح ٢٨٢٨١ نقلًا عن ابن السني وأبي نعيم عن أبي هريرة.

٢. الفردوس، ج ١، ص ٢٧٤، ح ١٠٦٩ عن وابصة.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٧٣، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٣٧٦، ح ٢٣١٧ كلاهما عن عبد الله بن سنان، مكارم

الأخلاق، ج ١، ص ٤٠١، ح ١٣٦٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٢، ح ١.

فصل چهل و ششم

خیار

۱/۴۶



۱۹۰۷. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد خیار؛ چرا که خداوند متعال، درمان هر دردی را در آن نهاده است.

۲/۴۶

آداب خوردن خیار

۱۹۰۸. پیامبر خدا ﷺ: به گاه خوردن خیار، آن را از ته بخورید.

۱۹۰۹. امام صادق علیه السلام: چون خیار می‌خورید، آن را از ته بخورید؛ چرا که برکتش افزون‌تر است.

۱۹۱۰. عنه عليه السلام : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَأْكُلُ الْقِثَاءَ بِالْمِلْحِ.^۱

۱۹۱۱. صحيح البخاري عن عبد الله بن جعفر: رَأَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَأْكُلُ الرُّطَبَ بِالْقِثَاءِ.^۲



مرکز تحقیقات اسلامی مجلس شورای اسلامی

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۷۳، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۷۶، ح ۲۳۱۸، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۰۱، ح ۱۳۶۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۵۲، ح ۲.

۲. صحيح البخاري، ج ۵، ص ۲۰۷۳، ح ۵۱۲۴، المصنّف لابن أبي شيبة، ج ۵، ص ۵۷۰، ح ۴، مسند الحميدي، ج ۱، ص ۲۴۸، ح ۵۴۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۵۳ وفيه «روى العامة في صحاحهم أنّ النبي ﷺ...».

۱۹۱۰. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا، خيار را با نمک می خورد.

۱۹۱۱. صحيح البخاری - به نقل از عبد الله بن جعفر - : پیامبر صلی الله علیه و آله را دیدم که خرما را با خيار می خورد.



مرکز تحقیقات و نشر اسلامی

الفصل السابع والأربعون

القرع

١٩١٢. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْقَرَعِ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ.^١
١٩١٣. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْقَرَعِ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ، وَيُكَبِّرُ الدِّمَاغَ.^٢
١٩١٤. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالدُّبَاءِ؛ فَإِنَّهُ يَرْكِي الْعَقْلَ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ.^٣
١٩١٥. عنه ﷺ: - لِعَلِّيْ - : كُلُّ الْيَقْطِينِ؛ فَإِنَّهُ مِنْ أَكْلِهَا حَسَنَ خُلُقُهُ، وَنَصَرَ وَجْهَهُ، وَهِيَ طَعَامِي وَطَعَامُ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي.^٤
١٩١٦. الإمام الكاظم عليه السلام: كَانَ فِيمَا أَوْصَى بِهِ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَلِيًّا عليه السلام أَنَّهُ قَالَ لَهُ: يَا عَلِيُّ، عَلَيْكَ بِالدُّبَاءِ فَكُلْهُ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ وَالْعَقْلِ.^٥
١٩١٧. رسول الله ﷺ: كُلُوا الْيَقْطِينَ فَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّ شَجَرَةً أَخَفَّ مِنْ هَذِهِ لَأَنْبَتَهَا عَلَى

١. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٣٦، ح ٨٦ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ٢٤٥، ح ١٥٤ عن الإمام الرضا عن آبائه عن الإمام علي عليه السلام، الدعوات، ص ١٤٨، ح ٣٩١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٥، ح ٣؛ المعجم الكبير، ج ٢٢، ص ٦٣، ح ١٥٢، مسند الشاميين، ج ١، ص ٢٦٤، ح ٤٥٧ كلاهما عن وائلة، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٤، ح ٢٨٢٧٥.

٢. شعب الإيمان، ج ٥، ص ١٠٢، ح ٥٩٤٧ عن عطاء، كنز العمال، ج ١٠، ص ٤٤، ح ٢٨٢٧٦.

٣. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٣، ح ٣٧٦، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٩، ح ١٨.

٤. الدعوات، ص ١٥٤، ح ٤١٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٩، ح ١٧.

٥. الكافي، ج ٦، ص ٣٧١، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٨، ح ٢١١٧ عن الإمام الكاظم عن أبيه عن جدّه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٧، ح ١٠.

فصل چهل و هفتم

کدو

۱۹۱۲. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد کدو؛ چرا که مغز را افزون می‌سازد.

۱۹۱۳. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد کدو؛ چرا که عقل را افزون می‌سازد و مغز را بزرگ می‌کند.

مرکز تحقیقات کبیر مدرسه حسینی

۱۹۱۴. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد کدو؛ چرا که عقل را می‌پالاید و مغز را می‌افزاید.

۱۹۱۵. پیامبر خدا ﷺ - خطاب به امام علی علیه السلام -: کدو بخور؛ زیرا هر کس آن را بخورد، خویش نیکو و رویش شاداب می‌شود. آن، خوراک من و پیامبران پیش از من است.

۱۹۱۶. امام کاظم علیه السلام: از جمله سفارش‌هایی که پیامبر خدا به علی علیه السلام کرد، این بود که به وی فرمود: «ای علی! بر تو باد کدو. آن را بخور؛ چرا که مغز و عقل را افزون می‌سازد».

۱۹۱۷. پیامبر خدا ﷺ: کدو بخورید، که اگر خداوند می‌دانست درختی سبک‌تر

أخي يونس عليه السلام .

إِذَا اتَّخَذَ أَحَدُكُمْ مَرْقًا فَلْيَكْثِرْ فِيهِ مِنَ الدُّبَاءِ، فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ وَفِي الْعَقْلِ.^١
 ١٩١٨. كنز العمال عن أنس: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُكْثِرُ مِنْ أَكْلِ الدُّبَاءِ، فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّكَ لَتُحِبُّ الدُّبَاءَ!

فَقَالَ: الدُّبَاءُ يُكْثِرُ الدِّمَاغَ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ.^٢

١٩١٩. الكافي عن السياري رفعه: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يُعْجِبُهُ الدُّبَاءُ، وَكَانَ يَأْمُرُ نِسَاءَهُ إِذَا طَبَخْنَ قِدْرًا يُكْثِرْنَ مِنَ الدُّبَاءِ، وَهُوَ الْقَرَعُ.^٣

١٩٢٠. رسول الله ﷺ: إِذَا طَبَخْتُمْ فَأَكْثِرُوا الْقَرَعَ؛ فَإِنَّهُ يَسْرُّ^٤ قَلْبَ الْحَزِينِ.^٥

١٩٢١. الإمام علي عليه السلام: كُلُّوا الدُّبَاءَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ، وَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُعْجِبُهُ الدُّبَاءُ.^٦

١٩٢٢. طب الأئمة عن ذريح: قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام: الْحَدِيثُ الصَّرِيحُ عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِ - فِي الدُّبَاءِ أَنَّهُ قَالَ: كُلُّوا الدُّبَاءَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ. فَقَالَ الصَّادِقُ عليه السلام: نَعَمْ، وَأَنَا أَقُولُ: إِنَّهُ جَيِّدٌ لَوَجَعِ الْقَوْلَنِجِ.^٧

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٣، ح ١٢٨٣ عن الإمام الحسين عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٨، ح ١٦.
- الفردوس، ج ٣، ص ٢٢٤، ح ٤٧١٩ عن الإمام الحسن عليه السلام، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٨٠، ح ٤٠٩٩٠.
٢. كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٥٥، ح ٤١٨٠٨ نقلاً عن الديلمي.
٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٧١، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٩، ح ٢١٢٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٨، ح ١٤.
٤. في المصدر: «يسل»، والتصويب من بحار الأنوار والمصادر الأخرى.
٥. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٣٦، ح ٨٥ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ١٠٨.
- ح ٦٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٣، ح ١٢٨٥ كلها عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، الدعوات، ص ١٤٨، ح ٣٩٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٥، ح ٢.
٦. الخصال، ص ٦٣٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، تحف العقول، ص ١٢٢، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٥، ح ١.
٧. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٨، ح ١٥.

از این وجود دارد، آن را برای برادرم یونس می‌رویاند.

هرگاه کسی از شما خورشی می‌سازد، در آن کدوی بسیار بریزد؛ چرا که آن مغز و عقل را می‌افزاید.

۱۹۱۸. کنز العمال - به نقل از آنس -؛ پیامبر خدا، فراوان کدو می‌خورد.

گفتم: ای پیامبر خدا! گویا خیلی کدو دوست داری؟!

فرمود: «کدو، مغز را زیاد می‌کند و بر عقل می‌افزاید».

۱۹۱۹. الکافی - به نقل از سیّاری، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است

-: پیامبر ﷺ به کدو علاقه داشت و به زنان خود می‌فرمود: «اگر در دیگ،

چیزی طبخ می‌کنید، در آن، کدو بسیار بریزید».

۱۹۲۰. پیامبر خدا ﷺ: اگر خواستید چیزی بپزید، از کدو زیاد بهره بجویید؛ چرا که

دلِ اندوهگین را شاد می‌کند.

۱۹۲۱. امام علی ؑ: کدو بخورید؛ چرا که مغز را افزون می‌کند. پیامبر خدا به کدو

علاقه داشت.

۱۹۲۲. طب الأئمة ؑ - به نقل از ذریح -؛ به امام صادق ؑ گفتم: از امیر مؤمنان ؑ

حدیثی درباره کدو روایت شده که فرموده است: «کدو بخورید؛ چرا که مغز

را افزون می‌سازد».

امام صادق ؑ فرمود: «آری. من نیز می‌گویم که برای درد قولنج،

خوب است».

الفصل الثامن والأربعون

الكباب

١٩٢٣. الكافي عن موسى بن بكر: قَالَ لِي أَبُو الْحَسَنِ عليه السلام - يَعْنِي الْأَوَّلَ -: مَا لِي أَرَاكَ مُصَفَّرًا؟



فَقُلْتُ لَهُ: وَعَكَ أَصَابَنِي. فَقَالَ لِي: كُلِ اللَّحْمَ، فَأَكَلْتُهُ، ثُمَّ رَأَيْتَنِي بَعْدَ جُمُعَةٍ وَأَنَا عَلَى حَالِي مُصَفَّرًا، فَقَالَ لِي:

أَلَمْ أَمُرْكَ بِأَكْلِ اللَّحْمِ؟

قُلْتُ: مَا أَكَلْتُ غَيْرَهُ مُنْذُ أَمَرْتَنِي.

فَقَالَ: وَكَيْفَ تَأْكُلُهُ؟

قُلْتُ: طَبِيخًا.

فَقَالَ: لَا، كُلْهُ كَبَابًا، فَأَكَلْتُهُ، ثُمَّ أَرْسَلَ إِلَيَّ فَدَعَانِي بَعْدَ جُمُعَةٍ وَإِذَا الدَّمُ

قَدْ عَادَ فِي وَجْهِهِ، فَقَالَ لِي: الْآنَ نَعَمْ.^١

١. الكافي، ج ٦، ص ٣١٩، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٠، ح ١٨٢٢، رجال الكشي، ج ٢، ص ٧٣٧، ح ٨٢٦ وفي أوله «أرسل إلي أبو الحسن عليه السلام فأتيته فقال لي...» مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٤، ح ١١٥٦ عن يونس بن بكر، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٧، ح ١.

فصل چهل و هشتم کباب

۱۹۲۳. الکافی - به نقل از موسی بن بکر - : امام کاظم علیه السلام به من فرمود: «چرا تو را زردروی می بینم؟».



گفتم: تب، رنجورم کرده است.
به من فرمود: «گوشت بخور»
گوشت خوردم. پس از جمعه‌ای، امام علیه السلام دیگر بار مرا دید، در حالی که همچنان بر همان وضع پیشین (زردچهره) بودم. به من فرمود: «مگر تو را به خوردن گوشت، فرمان نداده بودم؟».

گفتم: از همان روز که فرموده‌ای، جز آن نخورده‌ام.

پرسید: «آن را چگونه می خوری؟».

گفتم: پخته [در آب].

فرمود: «نه؛ آن را کباب شده بخور».

پس از جمعه‌ای، دیگر بار در پی من فرستاد. این بار دید که خون، دوباره

به چهره‌ام باز گشته است. به من فرمود: «اکنون، خوب است».^۱

۱. در رجال الکشی، در آغاز حدیث، این عبارت آمده است: «امام کاظم علیه السلام در پی من فرستاد. من نزد او رفتم. به من فرمود...».

۱۹۲۴. الكافي عن موسى بن بكر: اِسْتَكَيْتُ بِالْمَدِينَةِ شَكَاةً ضَعُفْتُ مَعَهَا، فَأَتَيْتُ أَبَا

الْحَسَنِ عليه السلام، فَقَالَ لِي:

أَرَأَيْكَ ضَعِيفاً.

قُلْتُ: نَعَمْ.

فَقَالَ لِي: كُلِّ الْكَبَابِ، فَأَكَلْتُهُ فَبَرَأْتُ.^۱

۱۹۲۵. الإمام الباقر أو الإمام الصادق عليه السلام: أَكُلِ الْكَبَابِ يَذْهَبُ بِالْحُمَى.^۲



مرکز تحقیقات و نشر متون اسلامی

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۹، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۰، ح ۱۸۲۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۸، ح ۲.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۹، ح ۴، عن حسين بن حنظلة، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۰، ح ۱۸۲۴، عن محمد بن سودة

عن الإمام الصادق عليه السلام وليس فيه «أكل»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۸، ح ۳.

۱۹۲۴ . الکافی - به نقل از موسی بن بکر - : در مدینه به عارضه‌ای گرفتار آمدم و در نتیجه آن، ضعیف شدم. نزد امام کاظم علیه السلام رفتم.

به من فرمود: «تو را ضعیف می‌بینم!».

گفتم: آری.

فرمود: «کیاب بخور».

من هم کیاب خوردم و بهبود یافتم.

۱۹۲۵ . امام باقر علیه السلام یا امام صادق علیه السلام : خوردن کیاب، تب را می‌برد.^۱



مرکز تحقیقات کتب و نشر اسلامی

۱ . در المحاسن، واژه «خوردن» نیامده است.

الفصل التاسع والأربعون

الكُرَاثُ



١٩٢٦. رسول الله ﷺ: الكُرَاثُ فِي الْبُقُولِ بِمَنْزِلَةِ الْخُبْرِ فِي الطَّعَامِ.^١
١٩٢٧. الكافي عن حماد بن زكريّا عن الإمام الصادق عليه السلام: ذِكْرَتِ الْبُقُولُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، فَقَالَ: كُلُوا الْكُرَاثَ؛ فَإِنَّ مَثْلَهُ فِي الْبُقُولِ كَمَثَلِ الْخُبْرِ فِي سَائِرِ الطَّعَامِ - أَوْ قَالَ - : الْإِدَامِ.^٢
١٩٢٨. الكافي عن فرات بن أحنف: سُئِلَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنِ الْكُرَاثِ، فَقَالَ: كُلُّهُ؛ فَإِنَّ فِيهِ أَرْبَعَ خِصَالٍ: يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ، وَيَطْرُدُ الرِّيحَ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ لِمَنْ أَدْمَنَ عَلَيْهِ.^٣

١. الفردوس، ج ١، ص ١٢٧، ح ٤٤٠ عن الإمام علي عليه السلام.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٥، ح ٥، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٨، ح ٢٠٦٩، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٧، ح ١٣٠٥ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٣، ح ١٥.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٥، ح ٤، الخصال، ص ٢٤٩، ح ١١٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٥، ح ٢٠٥٨ وفيه «يقمع» بدل «يقطع»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٠، ح ١.

فصل چهل و نهم

تره

۱/۴۹

خواص تره

۱۹۲۶. پیامبر خدا ﷺ: تره^۱ در میان سبزی ها، همانند نان در میان خوراکی ها است.
۱۹۲۷. الکافی - به نقل از حماد بن زکریا، از امام صادق (ع): «در محضر پیامبر خدا از سبزی ها یاد شد. فرمود: «تره بخورید؛ چرا که حکایت آن در میان سبزی ها، حکایت نان در میان همه خوراک ها - یا خورش ها^۲ - است».
۱۹۲۸. الکافی - به نقل از فرات بن أحنف - از امام صادق (ع) درباره تره پرسیدند. فرمود: «آن را بخور؛ چرا که در آن، چهار ویژگی است: بوی دهان را خوش می سازد؛ بادها را [از بدن] می راند؛ بواسیر را ریشه کن می کند؛ و برای کسی که پدان مداومت می ورزد، مایه ایمنی از جذام است».

۱. علامه مجلسی می گوید: در القانون آمده است: «تره، دارای نوع: شامی، نبطی و نوعی دیگر است که آن را تره دشتی می گویند. این تره، میان تره معمولی و سیر است و به دارو، شباهت بیشتری دارد تا به غذا. نبطی آن هم بیش از شامی در معالجات به کار می آید...» تا جایی که می گوید: «به صورت آب پز، خواه خوردنی و خواه به عنوان پماد، سودمند است، نیروی جنسی را تحریک می کند و تخم آب پز آن همراه با دانه آس، برای اسهال و خونریزی مقعدی به کار می رود» (بحار الأنوار: ج ۶۲ ص ۱۹۶ ح ۲).

۲. تردید، از راوی است.

۱۹۲۹. الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام : ذَكَرَ الْبُقُولُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ ، فَقَالَ : سَنَامُ الْبُقُولِ وَرَأْسُهَا الْكُرَاتُ ، وَفَضْلُهُ عَلَى الْبُقُولِ كَفَضْلِ الْخُبْزِ عَلَى سَائِرِ الْأَشْيَاءِ ، وَفِيهِ بَرَكَةٌ ، وَهِيَ بَقْلَتِي وَبَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي ، وَأَنَا أَحِبُّهُ وَأَكُلُهُ ، وَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى نَبَاتِهِ فِي الْجَنَّةِ يَبْرِقُ وَرَقُهُ خُضْرَةً وَحُسْنًا.^۱

۱۹۳۰. الكافي عن موسى بن بكر : اِشْتَكَيْ غُلَامٌ لِأَبِي الْحَسَنِ عليه السلام فَسَأَلَ عَنْهُ ، فَقِيلَ : بِهِ طُحَالٌ .

فَقَالَ : أَطْعَمُوهُ الْكُرَاتَ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ .

فَأَطْعَمْنَاهُ فَقَعَدَ الدَّمُ ، ثُمَّ بَرَأَ.^۲

۱۹۳۱. المحاسن عن سَلَمَةَ : اِشْتَكَيْتُ بِالْمَدِينَةِ شَكَاةً شَدِيدَةً ، فَأَتَيْتُ أَبَا الْحَسَنِ عليه السلام ،

فَقَالَ لِي : أَرَاكَ مُصَفَّرًا؟

قُلْتُ : نَعَمْ ، قَالَ عليه السلام : كُلِ الْكُرَاتَ .

فَأَكَلْتُهُ فَبَرَأْتُ.^۳

۱۹۳۲. مكارم الأخلاق عن موسى بن بكر : أَتَيْتُ إِلَى أَبِي الْحَسَنِ عليه السلام ، فَقَالَ لِي :

أَرَاكَ مُصَفَّرًا؟ كُلِ الْكُرَاتَ .

فَأَكَلْتُهُ فَبَرَأْتُ.^۴

راجع: ج ۱، ص ۴۶۶ (ما ينفع لعلاج وجع الطحال).

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۸، ح ۲۰۷۱ عن وهب بن وهب، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۴، ح ۱۷.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۶۵، ح ۱، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۶، ح ۱۳۰۰ وفيه «فقد» بدل «فقعد»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۲، ح ۸.

۳. المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۶، ح ۲۰۶۰، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۲، ح ۷.

۴. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۷، ح ۱۳۰۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۵، ح ۲۰.

۱۹۲۹. امام صادق علیه السلام - به نقل از پدرانش علیهم السلام - : نزد پیامبر خدا از سبزی‌ها یاد شد. فرمود: «تره، مهتر و سرآمد همه سبزی‌هاست و برتری آن بر دیگر سبزی‌ها، همانند برتری نان بر دیگر چیزهاست. در آن، برکت است و آن، سبزی من و سبزی پیامبران پیش از من است. من آن را دوست دارم و می‌خورم. گویا بوته آن را می‌نگرم که برگ‌هایش از سرسبزی و زیبایی در بهشت می‌درخشند».

۱۹۳۰. الکافی - به نقل از موسی بن بکر - : یکی از غلامان امام کاظم علیه السلام بیمار شد. امام علیه السلام از حال او پرسید.

گفتند: بیماری طحال گرفته است.

فرمود: «سه روز به او تره بخورانید».

آن را به او خوراندیم. پس خون، فرو نشست^۱ و سپس بهبود یافت.

۱۹۳۱. المحاسن - به نقل از سلمه - : در مدینه به دردی سخت، گرفتار آمدم. نزد امام کاظم علیه السلام رفتم. به من فرمود: «تو را زرد چهره می‌بینم؟».

گفتم: آری.

فرمود: «تره بخور».

تره خوردم و بهبود یافتم.

۱۹۳۲. مکارم الأخلاق - به نقل از موسی بن بکر - : نزد امام کاظم علیه السلام رفتم. به من فرمود: «تو را زرد روی می‌بینم! تره بخور».

من نیز خوردم و بهبود یافتم.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۶۷ (آنچه برای درمان درد طحال، سودمند است).

۱. علامه مجلسی می‌گوید: ظاهراً مقصود از فرو نشستن خون، آن است که در هنگام تخلی (دفع)، خون از او دفع می‌شود. طبیبان گفته‌اند: تره، مجاری طحال را باز می‌کند و به سبب گرمای فراوان بدن و باز شدن مجاری طحال، خون سرازیر می‌شود، چونان که به گاه عادت ماهانه، خونریزی صورت می‌پذیرد. اما سود این خونریزی برای ورم طحال، آن است که ممکن است این ورم، از مزاج خون یا از سودا سرچشمه گرفته باشد (بحار الانوار: ج ۶، ص ۲۰۲).

۲/۴۹

اکل الکراث الطازج

۱۹۳۳. الکافی عن موسى بن بكر: حَدَّثَنِي مَنْ رَأَى أَبَا الْحَسَنِ عليه السلام يَأْكُلُ الْكَرَاثَ فِي الْمَشَارِقِ وَيَغْسِلُهُ بِالْمَاءِ وَيَأْكُلُهُ^۱.

۱۹۳۴. الکافی: عَنْ دَاوُودَ بْنِ أَبِي دَاوُودَ عَنْ رَجُلٍ رَأَى أَبَا الْحَسَنِ عليه السلام بِخُرَاسَانَ يَأْكُلُ الْكَرَاثَ مِنَ الْبُسْتَانِ كَمَا هُوَ، فَقِيلَ لَهُ: إِنَّ فِيهِ السَّمَادَ. فَقَالَ عليه السلام: لَا تَعْلُقُ بِهِ مِنْهُ شَيْءٌ^۲، وَهُوَ جَيِّدٌ لِلْبَوَاسِيرِ^۳.

۱۹۳۵. المحاسن عن يحيى بن سليمان: رَأَيْتُ أَبَا الْحَسَنِ الرِّضَا عليه السلام بِخُرَاسَانَ فِي رَوْضَةٍ وَهُوَ يَأْكُلُ الْكَرَاثَ، فَقُلْتُ لَهُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! إِنَّ النَّاسَ يَرَوْنَ أَنَّ الْهِنْدَبَاءَ يَقْطُرُ عَلَيْهِ كُلَّ يَوْمٍ قَطْرَةً مِنَ الْجَنَّةِ؟

فَقَالَ: إِنْ كَانَ الْهِنْدَبَاءُ يَقْطُرُ عَلَيْهِ قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ، فَإِنَّ الْكَرَاثَ مُنْعِمَسٌ فِي الْمَاءِ فِي الْجَنَّةِ. قُلْتُ: فَإِنَّهُ يُسَمِّدُ؟

فَقَالَ: لَا يَعْلُقُ بِهِ شَيْءٌ^۴.

۱. الکافی، ج ۶، ص ۲۶۵، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۷، ح ۲۰۶۵ عن أبي سعيد الآدمي، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۳، ح ۱۲.

۲. في المحاسن: «لَا يَعْلُقُ بِهِ مِنْهُ شَيْءٌ». قَالَ الْعَلَمَةُ الْمَجْلِسِيُّ رحمته الله: قَوْلُهُ عليه السلام: «لَا يَعْلُقُ بِهِ مِنْهُ شَيْءٌ» إِنَّمَا مَبْنِيٌّ عَلَى الْإِسْتِحَالَةِ، أَوْ عَلَى أَنَّهُ لَا يَعْلَمُ مَلَاقَاتِ شَيْءٍ مِنْهُ لِلنَّابِتِ، فَالْغُسْلُ فِي الْخَبَرِ السَّابِقِ مَحْمُولٌ عَلَى الْإِسْتِحْبَابِ وَالنِّظَافَةِ (بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۳).

۳. الکافی، ج ۶، ص ۲۶۵، ح ۶، المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۷، ح ۲۰۶۷، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۹۷، ح ۳ و ج ۶۶، ص ۲۰۳، ح ۱۳.

۴. المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۸، ح ۲۰۷۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۶، ح ۱۸.

۲/۴۹

خوردن تره تازه

۱۹۳۳. الکافی - به نقل از موسی بن بکر - : یکی از کسانی که امام کاظم علیه السلام را دیده،
برایم نقل کرد که ایشان تره را در گرت کشتزار می خورد. البته آن را با آب
می شست و آن گاه می خورد.

۱۹۳۴. الکافی - به نقل از داوود بن ابی داوود - : مردی، امام رضا علیه السلام را در خراسان
دیده که تره را از باغ، همان گونه که هست، می چیند و می خورد. چون به
ایشان گفتند: این، ممکن است فضولاتی به همراه داشته باشد، فرمود:
«چیزی از آنها به این نمی چسبد» و این سبزی، برای درمان بواسیر، خوب
است.»

۱۹۳۵. المحاسن - به نقل از یحیی بن سلیمان - : امام رضا علیه السلام را در خراسان در باغی
دیدم، در حالی که تره می خورد. به ایشان گفتم: فدایت شوم! مردم بر این
باورند که هر روز یک قطره از بهشت، بر کاسنی فرو می ریزد.
فرمود: «اگر هر روز از بهشت بر کاسنی یک قطره فرو می ریزد، تره،
در آب بهشت، یکسره غوطه ور است.»

گفتم: به آن کود می دهند.

فرمود: «چیزی از این کود، بدان نمی چسبد».

۱. علامه مجلسی می گوید: این سخن، یا بر این مبثنی است که آن فضولات، استحاله شده اند و یا بر این که
به چسبیدن فضولات به گیاه، یقین نداریم. از همین روی، شستنی که در روایت پیشین از آن سخن به میان
آمده، باید کاری مستحب باشد و به معنای نظافت، تفسیر شود (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۰۳).

۳/۴۹

أَكَلُ الْكُرَاتِ بِالْمِلْحِ

۱۹۳۶. الکافی عن أحمد بن أبي عبدالله عن بعض أصحابه رفعه، قال: كان أمير المؤمنين عليه السلام يأكل الكُرَاتَ بِالْمِلْحِ الْجَرِيشِ.^۱



مرکز تحقیقات کتب ویراثه‌های اسلامی

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۶۶، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۳۱۷، ح ۲۰۶۴، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۸۶، ح ۱۳۰۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۰۲، ح ۱۱.

۳/۴۹

خوردن تره همراه بانمک

۱۹۳۶. الکافی - به نقل از احمد بن ابی عبد الله، از یکی از هم مسلکانش، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است :- امیر مؤمنان علیه السلام تره را همراه با نمک بلغور شده می خورد.



مرکز تحقیقات و نشر اسلامی

الفصل الخمسون

الكرفس

١٩٣٧. رسول الله ﷺ: الكرفس بقلّة الأنبياء.^١

١٩٣٨. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالكَرْفَسِ؛ فَإِنَّهُ طَعَامُ إِيَّاسَ، وَالْيَسَعَ، وَيُوشَعَ بْنِ نُونٍ.^٢

١٩٣٩. عنه ﷺ: لِلإِمَامِ الْحُسَيْنِ (ع)؛ يَا بَنِيَّ، كُلِّ الكَرْفَسِ؛ فَإِنَّهَا بَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ مَغْفُولٌ

عَنْهَا، وَهُوَ طَعَامُ الْخَضِرِ وَالْيَاسِ، وَالْكَرْفَسُ يَفْتَحُ السُّدَدَ، وَيُذَكِّي الْقَلْبَ،

وَيَرِثُ الْحِفْظَ، وَيَطْرُدُ الْجُنُونَ وَالْجُذَامَ وَالْبَرَصَ وَالْجَبْنَ.^٣

١٩٤٠. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالكَرْفَسِ؛ فَإِنَّهُ إِنْ كَانَ شَيْءٌ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ

فَهُوَ هُوَ.^٤

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٢، ح ٢٠٨٥ عن إسماعيل بن مسلم عن الإمام الصادق (ع)، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٠، ح ١٣١٨، دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١١٣، ح ٣٧٦، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٩٧، ج ٦٦، ص ٢٣٩، ح ١.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٦، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٢٢، ح ٢٠٨٦ كلاهما عن حماد بن زكريّا عن الإمام الصادق (ع)، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٩٠، ح ١٣١٧ عن الإمام الحسين (ع) عنه ﷺ وفيه «كُلِّ الكرفس فَإِنَّهَا...» بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٤٠، ح ٣.

٣. الفردوس، ج ٥، ص ٢٧٠، ح ٨٤٦٨ عن الإمام الحسين (ع).

٤. طب النبي ﷺ، ص ١١، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٠٠.

فصل پنجاهم

کرفس

۱۹۳۷. پیامبر خدا ﷺ: کرفس، سبزی پیامبران است.

۱۹۳۸. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد کرفس؛ چرا که خوراکِ إلیاس، یَسَع و یوشع بن

نون بوده است.^۱

مرکز تحقیقات کبیر و مدرسه مهدی

۱۹۳۹. پیامبر خدا ﷺ - خطاب به امام حسین ﷺ - : فرزندانم! کرفس بخور؛ چرا که

سبزی پیامبران است، که فراموش شده است و خوراکِ خضر و الیاس ﷺ

است. کرفس، انسدادها را می‌گشاید، دل را طراوت می‌دهد، حافظه

می‌آورد، و دیوانگی، جذام، پیسی و ترس را دور می‌کند.

۱۹۴۰. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد کرفس؛ زیرا اگر چیزی باشد که بر عقل بیفزاید،

همان است.

۱. در مکارم الأخلاق، حدیث، چنین آغاز شده است: «کرفس بخور؛ چرا که...».

الفصل الحادي والخمسون

الكَمَاءُ

١٩٣١. رسول الله ﷺ: الكَمَاءُ مِنْ نَيْبِ الْجَنَّةِ، وَمَاؤُهَا نَافِعٌ مِنْ وَجَعِ الْعَيْنِ.^١



مركز تحقيقات کتب و نشر اسلامی

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٢٥، ح ٢١٤٩ عن إبراهيم بن علي الرافعي عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٢٢، ح ٣.

فصل پنجاه و یکم

قارچ

۱۹۴۱. پیامبر خدا ﷺ: قارچ^۱ از گیاهان بهشت است و آب آن برای درد چشم، سودمند است.



مرکز تحقیقات گیاهان دارویی

۱. علامه مجلسی می‌گوید: قارچ یا «کَمْء» - که مفرد غیر قیاسی «کَمَاة» است - گیاهی شناخته شده است. طبیبان گفته‌اند: نه ریشه‌ای دارد و نه برگ، و رنگ آن، به قرمز متمایل است. در فصل بهار و به هنگام فراوانی برف و یخ، دیده می‌شود. آن را پخته و خام می‌خورند.

قارچ دارای گونه‌هایی با نام‌های مختلف است: یکی از انواع آن را «فطر» گویند. در قاموس آمده است: «فطر (با ضمه فاء یا به ضمه فاء و طاء) نوعی کشنده از قارچ است».

ابن بیطار به نقل از دیسکوریدس گفته است: «برخی از انواع فطر، قابل خوردن هستند و برخی دیگر از انواع آن، قابل خوردن نیستند و کشنده‌اند، از آن روی که در نزدیکی میخ‌های زنگ‌زده یا پارچه‌ای متعفن، یا لانه‌های برخی از درندگان زیان‌رسان و یا نزدیک برخی درختان (که خاصیت آنها مسمومیت بخشی به فطر، در صورت رویدن در نزدیکی آنهاست) رویده‌اند. ممکن است این نوع از فطر، پوشش لغزنده و مرطوب داشته باشد و چون این پوشش، برداشته و این نوع از قارچ در جایی نهاده شود، بسیار زود فاسد می‌شود و بو می‌گیرد».

اما نوع دیگر از همین قارچ، در آب‌گوشت استفاده می‌شود. خوش مزه است و در صورتی که از آن زیاد مصرف شود، زبان می‌رساند و از آن، نوعی احساس خفگی و بدگوارای پدید می‌آید».

جالینوس نیز گفته است: «نیروی فطر، نیروی سرد و بسیار مرطوب است و از همین روی به داروهای کشنده، نزدیک است و چیزی در آن وجود دارد که می‌کشد، بویژه در آن انواعی که در نهاد آنها چیزی از عفونت درآمخته

است».

۱۹۳۲. عنه عليه السلام: الْكَمَاءُ مِنَ الْمَنِّ^۱ وَالْمَنُّ مِنَ الْجَنَّةِ، وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ^۲.



۱. الْمَنُّ: شيءٌ حلَّو كان يسقط من السماء على الشجر فيجتثونه (مجمع البحرين، ج ۳، ص ۱۷۲۵).

۲. الْكَافِي، ج ۶، ص ۳۷۰، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۳۳۵، ح ۲۱۵۰ كلاهما عن عبد الرحمن بن زيد عن الإمام الصادق عليه السلام، طَبُّ الْأُتَمَّةِ لَا بَنِي بَسْطَامَ. ص ۸۲ عن جابر بن يزيد الجعفي عن الإمام الباقر عن أبيه عن جدّه عليه السلام عنه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۱۵۲، ح ۲۸؛ صحيح البخاري، ج ۴، ص ۱۶۲۷، ح ۴۲۰۸، صحيح مسلم، ج ۳، ص ۱۶۱۹، ح ۱۵۷ كلاهما عن سعيد بن زيد وليس فيهما «وَالْمَنُّ مِنَ الْجَنَّةِ»، كنز العمال، ج ۱۰، ص ۲۸، ح ۲۸۲۰۱.

۱۹۴۲. پیامبر خدا ﷺ: قارچ، از «مَنْ»^۱ است و «مَنْ» از بهشت است. آب آن نیز درمانی برای چشم است.^۲

«یکی دیگر از انواع آن، «فَقْع» است. فیروزآبادی در این باره گفته است: «فَقْع (یا فَتْحَةُ فاء و کسرة آن) قارچ سفید و نرم است و جمع آن بر وزن عَجَبه است».

ابن بیطار گفته است: «چیزی است که در زیر زمین و نزدیک آب‌ها شکل می‌گیرد. دایره‌ای و سفید و بزرگ‌تر از کُمأة (قارچ دنبلان) است و در روی زمین نیز دیده می‌شود. چتر هر یک از این قارچ‌ها دارای سه یا چهار پاره است، هر چند که این پاره‌ها به همدیگر چسبیده‌اند. این قارچ از فطر، سالم‌تر است و بر خلاف فطر، چیزی کشنده در آن وجود ندارد و طبع آن سرد، مرطوب و غلیظ است. برخی از همین انواع را در فارسی، کشنج یا گل‌کنده نامند. در ماسه‌زار می‌روید و در خراسان و ماوراءالنهر، بیشتر دیده می‌شود. گفته‌اند: مست‌کننده است. درون‌تهی است و رطوبت آن، هم‌اندازه یک گردوی بزرگ است. همچنین گفته‌اند: این نوع نیز سرد و غلیظ و دارای گوارشی کُند است».

یکی دیگر از انواع قارچ، «غَرَشَه» است. ابن بیطار گفته است: این نوع، در سرزمین بیت المقدس بسیار است و آن‌جا با نام «کَرَشَه» شناخته می‌شود.

ابن سینا گفته است: «این خود یکی از انواع: کُمأة و فطر است. شکلی همانند یک کاسه کوچک دارد، مایه تبسم و تشنج است، و در هنگام لمس، نرم احساس می‌شود. جامه را با آن می‌شویند و آن را همراه با چیزهای ترش می‌خورند».

ابن بیطار به نقل از برخی، درباره قارچ آورده است: قارچ سَرخ، کشنده است. خوش‌مزه‌ترین قارچ‌ها نیز قارچی است که نرم‌تر و به رنگ سفید، متعادل‌تر باشد. نوع خال‌خال و مست آن، کاملاً نامرغوب است و در معده گرم، بسیار مفید است. اگر به دلیل زیاد خوردن از آن یا به دلیل ضعف معده، هضم نشود، مانده آن در دستگاه گوارش، بسیار غلیظ می‌گردد و دردهایی را در قسمت‌های تحتانی پشت و سینه بر جای می‌گذارد.

از این ماسه نقل شده که در این باره گفته است: سرد و مرطوب و در درجه دوم است. از مسیح عليه السلام نقل شده است: اگر خورده شود، انسداد پدید می‌آورد؛ اما اگر با آن سرمه کشیده شود، دیده را جلا می‌دهد.

از غافقی در این باره چنین نقل شده است: یکی از خواص قارچ، آن است که اگر کسی آن را بخورد و در حالی که هنوز این قارچ در معده وی است، گزنده‌ای او را نیش بزند، از آن نیش می‌میرد و هیچ دارویی او را سود نمی‌افتد؛ اما آب قارچ، یکی از بهترین درمان‌های چشم است، البته در صورتی که به سنگ سرمه مالیده و آن‌گاه با آن، سرمه کشیده شود. این کار، مژه‌ها را تقویت می‌کند و حس بینایی را توان و دقت می‌افزاید و آپریزش را از چشم، دور می‌کند (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۲۳۲).

۱. اشاره به آیاتی است که بر فرود آمدن «مَنْ» بر بنی اسرائیل دلالت دارند، چنان‌که در مجمع البحرین (ج ۲ ص ۱۷۲۵) آمده است: «مَنْ»، چیزی شیرین بوده که از آسمان برای بنی اسرائیل بر روی درخت می‌افتاده و آنها آن را می‌چیده‌اند».

۲. در صحیح البخاری و صحیح مسلم، عبارت «و مَنْ» از بهشت است، نیامده است.

۱۹۴۳. عنه علیه السلام: الْكَمَاءُ مِنَ الْمَنِّ الَّذِي أَنْزَلَهُ اللَّهُ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ، وَهِيَ شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ.^۱

۱۹۴۴. عنه علیه السلام: عَلَيْكُمْ بِالْكَمَاءِ الرُّطْبَةِ؛ فَإِنَّهَا مِنَ الْمَنِّ، وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ.^۲

۱۹۴۵. الكافي عن أُمَامَةَ بِنْتِ أَبِي الْعَاصِ بْنِ الرَّبِيعِ - وَأُمُّهَا زَيْنَبُ بِنْتُ رَسُولِ اللَّهِ صلی الله علیه و آله قَالَتْ - : أَتَانِي أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيُّ علیه السلام فِي شَهْرِ رَمَضَانَ فَأَتَيْتُ بِعِشَاءٍ^۳ وَتَمَرٍ وَكَمَاءٍ فَأَكَلَ علیه السلام، وَكَانَ يُحِبُّ الْكَمَاءَ.^۴



مرکز تحقیقات و نشر اسلامی

۱. عیون أخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۷۵، ح ۳۴۹ عن دارم بن قبیصة عن الإمام الرضا عن آبائه علیهم السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۳۱، ح ۱.

۲. کثر العمال، ج ۱۰، ص ۵۰، ح ۲۸۳۱۱ نقلاً عن ابن السنی وأبی نعیم عن صهیب.

۳. فی بحار الأنوار: «بقشاء».

۴. الکافی، ج ۶، ص ۳۶۹، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۳۳۶، ح ۲۱۵۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۳۲، ح ۵.

۱۹۴۳. پیامبر خدا ﷺ: قارچ، از همان «مَنْ» است که خداوند بر بنی اسرائیل نازل کرد، و آن، شفایی برای چشم است.

۱۹۴۴. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد قارچ تازه؛ چرا که از همان «مَنْ» است و آبش، شفایی برای چشم است.

۱۹۴۵. الکافی - به نقل از امامه دختر ابو العاص بن ربیع (همان بانویی که مادرش زینب دختر پیامبر خداست) - : در ماه رمضان، امیر مؤمنان علی علیه السلام، نزد من آمد. شامی^۱ و خرمایی و قارچی آوردند و ایشان خورد، ایشان قارچ را دوست داشت.



مرکز تحقیقات و پژوهش‌های اسلامی

۱. در بحار الأنوار، به جای واژه «عشا (شام)»، واژه «قناء» آمده که به معنای خیار است.

الفصل الثاني والخمسون

الكُمثرى

١٩٣٦. رسول الله ﷺ : الكُمثرى يُحيي القلب.^١

١٩٣٧. الإمام عليّ عليه السلام : الكُمثرى يَجْلُو القلب، وَيُسَكِّنُ أوجاعَ الجَوفِ.^٢

١٩٣٨. الإمام الصادق عليه السلام : كُلُوا الكُمثرى؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو القلب، وَيُسَكِّنُ أوجاعَ الجَوفِ

بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى.^٣

١٩٣٩. عنه عليه السلام : الكُمثرى يَدْبِغُ المَعْدَةَ وَيُقَوِّمُهَا، هُوَ وَالسَّفَرَجَلُ سَوَاءٌ، وَهُوَ عَلَى الشَّبَعِ

أَنْفَعُ مِنْهُ عَلَى الرِّيقِ، وَمَنْ أَصَابَهُ طَخَاءٌ فَلْيَأْكُلْهُ - يَعْنِي عَلَى الطَّعَامِ -.^٤

١٩٥٠. طب الأئمة عن الحلبي : قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام لِرَجُلٍ شَكَا إِلَيْهِ وَجَعاً يَجِدُهُ فِي قَلْبِهِ :

كُلِ الكُمثرى.^٥

١. مستدرک الوسائل، ج ١٦، ص ٤٠٥، ح ٢٠٣٤٥ نقلاً عن طب النبي ﷺ.

٢. الخصال، ص ٦٣٢، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، تحف العقول،

ص ١٢٢ وفيه «أوجاعه» بدل «أوجاع الجوف»، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٩، ح ١٢٦٥، بحار الأنوار،

ج ٦٦، ص ١٦٨، ح ٦.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٨، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣٧١، ح ٢٢٩٦ كلاهما عن أبي بصير، بحار الأنوار،

ج ٦٦، ص ١٧٤، ح ٣٢.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٥٨، ح ٢، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٧٩، ح ١٢٦٦ وفيه إلى «والسفرجل»، بحار

الأنوار، ج ٦٦، ص ١٧٧، ح ٣٧.

٥. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٢٥.

فصل پنجاه و دوم

گلابی

۱۹۴۶. پیامبر خدا ﷺ: گلابی، قلب را زنده می‌سازد.

۱۹۴۷. امام علی علیه السلام: گلابی، قلب را جلا می‌دهد و دردهای درون را تسکین می‌بخشد.

۱۹۴۸. امام صادق علیه السلام: گلابی بخورید؛ که به آدن خداوند دل را جلا می‌دهد و دردهای درون را تسکین می‌بخشد.

۱۹۴۹. امام صادق علیه السلام: «گلابی، معده را می‌پالاید و تقویت می‌کند و با پنه، در [خواص،] همگون است. خوردنش روی غذا، سودمندتر است تا چاشت‌ناخورده. هر کس هم که احساس سنگینی می‌کند، از آن بخورد» یعنی روی غذا بخورد.^۱

۱۹۵۰. طَبُّ الْأُمَمَةِ ﷺ - به نقل از حَلَبی - : امام صادق علیه السلام به مردی که از دردی در قلب خود نزد ایشان اظهار ناراحتی کرد، فرمود: «گلابی بخور».

۱. در مکارم الأخلاق، فقط صدر حدیث، آمده است.

الفصل الثالث والخمسون

اللُّبَانُ

١ / ٥٣

خَوَاصُّ اللُّبَانِ

١٩٥١. رسول الله ﷺ: عَلَيْكُمْ بِاللُّبَانِ؛ فَإِنَّهُ يَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ كَمَا يَمْسَحُ الْإِصْبَعُ الْعَرَقَ عَنِ الْجَبِينِ، وَيَشُدُّ الظَّهْرَ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ، وَيَذْكِي الدَّهْنَ، وَيَجْلُو الْبَصَرَ، وَيُذْهِبُ النِّسيَانَ.^٢

١٩٥٢. عنه ﷺ: إِدْهِنُوا بِاللُّبَانِ؛ فَإِنَّهُ أَحْظَى لَكُمْ عِنْدَ نِسَائِكُمْ.^٣

١٩٥٣. عنه ﷺ - لِعَلِيِّؑ -: يَا عَلِيُّ، ثَلَاثَةٌ يَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ وَيُذْهِبْنَ الْبَلْغَمَ: اللَّبَانُ، وَالسَّوَاكُ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ.^٤

١. في المصدر: «يلسح»، والتصويب من بحار الأنوار.

٢. طب النبي ﷺ، ص ٦٦، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ٢٢١، ح ٤.

٣. الفردوس، ج ١، ص ٩١، ح ٢٩٥ عن الإمام عليؑ، كثر العمال، ج ٦، ص ٦٤٧، ح ١٧٢١٤.

٤. من لا يحضره الفقيه، ج ٢، ص ٣٦٥، ح ٥٧٦٢ عن حماد بن عمرو وأنس بن محمد عن أبيه، الخصال،

ص ١٢٦، ح ١٢٢ عن أنس بن محمد عن أبيه وفيه «السقم» بدل «البلغم»، مكارم الأخلاق، ج ٢، ص ٣٢٨،

ح ٢٦٥٦ كلها عن الإمام الصادق عن أبيه عن جدّه عن الإمام عليؑ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٤٤٣، ح ٣.

فصل پنجاه و سوم

گُندُر



۱۹۵۱. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد گُندُر^۱؛ زیرا آن سان که انگستان، عرق را از پیشانی پاک می‌کنند، پشت را محکم می‌کند، عقل را افزون می‌کند، ذهن را ذکاوت می‌دهد، چشم را جلا می‌بخشد و فراموشی را از میان می‌برد.

۱۹۵۲. پیامبر خدا ﷺ: با گُندُر، بدن را چرب کنید؛ چرا که این بهره‌ای بیشتر برای شما نزد زنانان ایجاد می‌کند.

۱۹۵۳. پیامبر خدا ﷺ - خطاب به امام علی ؑ: ای علی! سه چیز بر حافظه می‌افزاید و بلغم را می‌برد: گُندُر، مسواک و قرائت قرآن.^۲

۱. گُندُر: صمغی است که آن را مصطکی خوانند و بعضی گویند مصطکی هم نوعی کندر است و کندر، همان لُبّان باشد. و بعضی گویند کندر، درختی است شبیه به درخت پسته؛ لیکن باری و میوه‌ای و تخمی ندارد. صمغ آن را به نام آن درخت خوانند (ر.ک: لغت‌نامه دهخدا: ج ۱۱ ص ۱۶۴۲۳).

۲. در الخصال، به جای «بلغم»، واژه «سُقم» به معنای بیماری آمده است.

۱۹۵۴. الإمام علي عليه السلام: مَضَعُ اللَّبَانِ يَشُدُّ الْأَضْرَاسَ، وَيَنْفِي الْبَلْغَمَ، وَيَذْهَبُ بِرِيحِ الْفَمِ.^۱

۱۹۵۵. كنز العمال عن عبدالله بن جعفر: جاء رجل إلى علي بن أبي طالب عليه السلام يشتكي إليه النسيان. فقال:

عَلَيْكَ بِاللُّبَانِ؛ فَإِنَّهُ يُشَجِّعُ الْقَلْبَ، وَيَذْهَبُ النُّسْيَانُ.^۲

۱۹۵۶. الإمام الصادق عليه السلام: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَأْكُلُ الْعَسَلَ وَيَقُولُ:

آيَاتُ مِنَ الْقُرْآنِ وَمَضَعُ اللَّبَانِ يُذِيبُ الْبَلْغَمَ.^۳

۱۹۵۷. الإمام الرضا عليه السلام: اسْتَكَثَرُوا مِنَ اللَّبَانِ وَاسْتَبَقَوْهُ وَامْضَغَوْهُ، وَأَحَبُّهُ إِلَيَّ الْمَضْغُ؛

فَإِنَّهُ يَنْزِفُ بَلْغَمَ الْمَعِدَةِ وَيُنَظِّفُهَا، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ، وَيُمرِّئُ الطَّعَامَ.^۴

راجع: ج ۱، ص ۲۸۰، ح ۶۳۹.



مرکز تحقیقات و نشر متون اسلامی

۲/۵۳

فوائد اللبن للحامل

۱۹۵۸. رسول الله ﷺ: أَطْعَمُوا نِسَاءَكُمْ الْحَوَائِلَ اللَّبَانَ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي عَقْلِ الصَّبِيِّ.^۵

۱. الخصال، ص ۶۱۲، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، تحف العقول،

ص ۱۰۱، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۳، ح ۱۴۲۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۲۳، ح ۲.

۲. كنز العمال، ج ۱۴، ص ۱۸۶، ح ۲۸۳۱۸ عن ابن السني ونعيم معاً في الطب وعن الخطيب في الجامع.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۲۳۲، ح ۴ عن سكين، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۹۲، ح ۱۲.

۴. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۳، ح ۱۴۲۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۲۴، ح ۸.

۵. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۳، ح ۱۴۳۹، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۴۴، ح ۸؛ الفردوس، ج ۱، ص ۱۰۱.

ح ۳۳۱ عن ابن عمر.

۱۹۵۴. امام علی علیه السلام : جویدن کُنْدَر، دندان‌ها را استحکام می‌بخشد، بلغم را می‌راند و بوی دهان را می‌برد.

۱۹۵۵. کنز العمال - به نقل از عبد الله بن جعفر - : مردی نزد علی بن ابی طالب علیه السلام آمد و از فراموشی، اظهار ناراحتی کرد. فرمود: «بر تو باد کُنْدَر؛ چرا که دل را شجاعت می‌بخشد و فراموشی را از میان می‌برد».

۱۹۵۶. امام صادق علیه السلام : پیامبر صلی الله علیه و آله غسل می‌خورد و می‌فرمود: «[قرائت] آیاتی از قرآن و جویدن کُنْدَر، بلغم را از میان می‌برد».

۱۹۵۷. امام رضا علیه السلام : فراوان کُنْدَر بخورید. آن را در دهان نگه دارید و نیک بجوید، برای من، جویدن آن، دوست‌داشتنی‌تر است؛ چرا که آن بلغم معده را پاک می‌کند، عقل را استحکام می‌بخشد و غذا را گوارا می‌سازد.

ر.ک: ج ۱، ص ۳۸۱، ح ۶۳۹.

مرکز تحقیقات کتب و اسناد اسلامی

۲/۵۳

فایده های کُنْدَر برای زنان باردار

۱۹۵۸. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : به زنان باردار خود، کُنْدَر بدهید؛ چرا که عقل کودک را افزون می‌کند.

۱۹۵۹. الإمام الرضا عليه السلام: أَطْعِمُوا حَبَالَاكُمْ ذَكَرَ اللُّبَانِ، فَإِنْ يَكُ فِي بَطْنِهَا غُلَامٌ خَرَجَ ذَكِيَّ الْقَلْبِ عَالِمًا شُجَاعًا، وَإِنْ تَكُ جَارِيَةً حَسَنَ خُلُقُهَا وَخُلُقُهَا، وَعَظُمَتْ عَجِيزَتُهَا، وَحَظِيَّتْ عِنْدَ زَوْجِهَا.^۲

راجع: ج ۱: ص ۶۵۸ (ما ينفع الجنين من الأغذية).



۱. فی تهذیب الأحکام و مکارم الأخلاق: «أطعموا حبالاکم اللبان».

۲. الکافی ج ۶، ص ۲۳، ح ۷، تهذیب الأحکام، ج ۷، ص ۴۴۰، ح ۱۷۵۸ کلاهما عن محمد بن سنان، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۴۲۴، ح ۱۴۴۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۴۴۴، ح ۸، تاریخ دمشق، ج ۵۴، ص ۲۲۹، ح ۱۱۴۷۴ عن أبي هريرة نحوه.

۱۹۵۹. امام رضا علیه السلام: به زنان باردارتان، کندر نر^۱ بدهید. در این صورت، اگر آنچه در شکم زن است، پسر باشد، بیدار دل، آگاه و دلیر می‌گردد، و اگر دختر باشد، روی و خوی وی نکو می‌شود و سرین او سترگ می‌گردد و نزد همسرش بهره می‌یابد.

ر.ک: ج ۱، ص ۶۵۹ (غذاهایی که برای جنین، سودمند است).



۱. در تهذیب الأحکام و مکارم الأخلاق، کلمه «نر» نیامده است.

الفصل الرابع والخمسون

اللَّبَنُ

١/٥٤

خَوَاصُّ اللَّبَنِ

١٩٦٠. الإمام علي عليه السلام: حَسُو اللَّبَنِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا الْمَوْتَ.^١
١٩٦١. الكافي عن أبي الحسن الأصبهاني: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ وَأَنَا أَسْمَعُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ! إِنِّي أَجِدُ الضَّعْفَ فِي بَدَنِي.
- فَقَالَ لَهُ: عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ؛ فَإِنَّهُ يُنَبِّتُ اللَّحْمَ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ.^٢
١٩٦٢. الإمام الصادق عليه السلام: مَا وَجَدْنَا لَوْجَعَ الْحَلْقِ مِثْلَ حَسْوِ اللَّبَنِ.^٣

راجع: ج ٢، ص ٤٧٢ (خواص اللحم باللبن).

ج ٢، ص ٢٤٤ (التبينة).

-
١. الخصال، ص ٦٣٦، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٩٥، ح ١.
٢. الكافي، ج ٦، ص ٢٣٦، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٢، ح ١٩٦١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٢، ح ٢٣.
٣. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٨٩ عن العلي، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٨٢، ح ٤.

فصل پنجاه و چهارم



۱۹۶۰. امام علی علیه السلام: نوشیدن شیر، شفایی برای هر درد است، مگر مرگ.

۱۹۶۱. الکافی - به نقل از ابو الحسن اصفهانی - : نزد امام صادق علیه السلام بودم. در حالی که من نیز می‌شنیدم، مردی به ایشان گفت: فدایت شوم! من در بدنم احساس ضعف می‌کنم.

امام علیه السلام به او فرمود: «بر تو باد شیر؛ چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را استحکام می‌بخشد».

۱۹۶۲. امام صادق علیه السلام: برای گلودرد، چیزی چون نوشیدن شیر نیافته‌ایم.

ر.ک: ج ۲، ص ۴۷۳ (گوشت، خواص گوشت همراه با شیر)
ج ۲، ص ۲۴۵ (تلبینه).

٢/٥٣

الْإِسْتِشْفَاءُ بِالْبَابِ الْبَقَرِ

١٩٦٣. رسول الله ﷺ: ما أنزل الله من داءٍ إلا وقد أنزل له شفاءً، وفي ألْبَانِ الْبَقَرِ شفاءٌ من كُلِّ داءٍ.^١

١٩٦٤. عنه ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْبَابِ الْبَقَرِ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ شَجَرٍ، وَهُوَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ داءٍ.^٢

١٩٦٥. عنه ﷺ: إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَضَعْ داءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً، وَعَلَيْكُمْ بِالْبَابِ الْبَقَرِ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ الشَّجَرِ.^٣

١٩٦٦. عنه ﷺ: تَدَاوُوا بِالْبَابِ الْبَقَرِ؛ فَإِنِّي أَرْجُو أَنْ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهَا شِفَاءً؛ فَإِنَّهَا تَأْكُلُ مِنَ الشَّجَرِ.^٤

١٩٦٧. الإمام الباقر عليه السلام عن جابر بن عبد الله: قِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَتَدَاوَى؟ فَقَالَ: نَعَمْ، تَدَاوُوا؛ فَإِنَّ اللَّهَ - تَبَارَكَ وَتَعَالَى - لَمْ يُنْزِلْ داءً إِلَّا وَقَدْ أَنْزَلَ لَهُ دَوَاءً. عَلَيْكُمْ بِالْبَابِ الْبَقَرِ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ الشَّجَرِ.^٥

١. المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢١٨، ح ٧٢٢٣ عن عبد الله، كنز العمال، ج ١٠، ص ٣١، ح ٢٨١٦.
٢. المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٤٢٦، ح ٨٢٢٤ عن عبد الله بن مسعود، مسند ابن الجعد، ص ٣٠٧، ح ٢٠٧٢ عن طارق بن شهاب وفيه «دواء» بدل «شفاء»، كنز العمال، ج ١٠، ص ٣٠، ح ٢٨٢١٢ نقلاً عن ابن عساکر وراجع: الکافی، ج ٦، ص ٣٣٧، ح ٣ والمحاسن، ج ٢، ص ٢٩٤، ح ١٩٦٧.
٣. السنن الکبری للنسائي، ج ٤، ص ١٩٤، ح ٦٨٦٤، مسند ابن حنبل، ج ٦، ص ٤٧١، ح ١٨٨٥٣ كلاهما عن طارق بن شهاب، المستدرک علی الصحیحین، ج ٤، ص ٢١٨، ح ٧٢٢٥ عن عبد الله يرفعه إليه ﷺ نحوه، كنز العمال، ج ١٠، ص ٣٠، ح ٢٨٢١٣.
٤. المعجم الكبير، ج ١٠، ص ١٤، ح ٩٧٨٨، تاريخ بغداد، ج ٧، ص ٢٥٦ كلاهما عن عبد الله بن مسعود، كنز العمال، ج ١٠، ص ٢٩، ح ٢٨٢٠٨.
٥. قرب الإسناد، ص ١١٠، ح ٢٨٠ عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٩٩، ح ١٢؛ مسند ابن الجعد، ص ٣٠٧، ح ٢٠٧٣ عن ابن مسعود.

۲/۵۴

درمان کردن با شیر گاو

۱۹۶۳. پیامبر خدا ﷺ: خداوند، هیچ دردی فرو نفرستاده، مگر این که برای آن، درمانی هم فرستاده است. در شیر گاو، درمان هر درد هست.

۱۹۶۴. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد شیر گاو؛ چرا که گاو از هر درختی می خورد و شیر آن، درمانی برای هر درد است.

۱۹۶۵. پیامبر خدا ﷺ: خداوند، هیچ دردی ننهاد، مگر این که برایش درمانی نیز نهاده است. بر شما باد شیر گاو، چرا که از هر شجری^۱ می خورد.

۱۹۶۶. پیامبر خدا ﷺ: با شیر گاو درمان کنید. من امیدوارم خداوند در آن، شفایی نهاده باشد؛ چرا که گاو، از شجر می خورد.

۱۹۶۷. امام باقر علیه السلام - به نقل از جابر بن عبد الله - : گفته شد: ای پیامبر خدا! آیا درمان کنیم؟

فرمود: «آری، درمان کنید؛ زیرا خداوند - تبارک و تعالی - هیچ دردی فرو نفرستاده، مگر این که برایش درمانی نیز فرستاده است. بر شما باد شیر گاو؛ چرا که آن، از هر شجری می خورد».

۱. شجر، عبارت است از گیاهان با ساق و بی ساق.

١٩٦٨. الإمام علي عليه السلام : ألبان البقر دواء.^١

١٩٦٩. عنه عليه السلام : لبن البقر شفاء.^٢

١٩٧٠. الكافي عن أبي البلاد : شكوت إلى أبي جعفر عليه السلام ذرياً وجدته، فقال لي :
ما يمنعك من شرب ألبان البقر؟

فقال لي : أشربتها قط؟

فقلت له : نعم، مراراً.

فقال : كيف وجدتتها؟

فقلت : وجدتتها تدبغ المعدة، وتكسو الكليتين الشحم، وتشهّي
الطعام.

فقال لي : لو كانت ألبان البقر دواءً لخرجت أنا وأنت إلى ينبع حتى نشربه.^٣

٣/٥٢

ألبان الإبل

١٩٧١. رسول الله صلى الله عليه وآله : في ألبان الإبل ... دواء لذريركم.^٤

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٧، ح ١ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٢٢، ح ١٤٣٢، الدعوات، ص ١٥٢، ح ٤١١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٣، ح ٣٥.
٢. المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٤، ح ١٩٦٨ عن السكوني عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٣، ح ٣٠.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٧، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٩٤، ح ١٩٦٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ١٠٣، ح ٣١.

٤. المصنف لعبد الرزاق، ج ٩، ص ٢٥٩، ح ١٧١٣٥، كنز العمال، ج ١٠، ص ٣١، ح ٢٨٢١٩.

۱۹۶۸ . امام علی علیه السلام : شیر گاو، دارو است.

۱۹۶۹ . امام علی علیه السلام : شیر گاو، درمان است.

۱۹۷۰ . الکافی - به نقل از ابوالبلاذ - : از عارضه‌ای که در معده احساس می‌کردم، نزد امام باقر علیه السلام اظهار ناراحتی نمودم.

به من فرمود: «چه چیز، تو را از نوشیدن شیر گاو، باز می‌دارد؟».
آن گاه از من پرسید: «آیا هرگز نوشیده‌ای؟».
گفتم: آری؛ بارها.

پرسید: «آن را چگونه یافته‌ای؟».

گفتم: دیده‌ام که معده را می‌بالاید و به کلیه‌ها پوششی از چربی می‌دهد و اشتها به غذا می‌آورد.

پس به من فرمود: «اگر اکنون زمانش بود، من و تو با همدیگر به یَنْبُع می‌رفتیم تا شیر بخوریم».

۳/۵۴

شیر شتر

۱۹۷۱ . پیامبر خدا صلی الله علیه و آله : در شیر شتر... درمان بیماری دَرَب^۱ است.

۱. دَرَب، بیماری معده است که مانع هضم و جذب غذا شده، در نتیجه موجب شکم‌زوش می‌گردد.

۱۹۷۲. عنه عليه السلام : إِنَّ فِي ... أَلْبَانِهَا شِفَاءٌ لِلدَّرِيَةِ بِطَوْنِهِمْ^۱.

۴/۵۴

شیراز الاثن

۱۹۷۳. الكافي عن العيص بن القاسم عن الإمام الصادق عليه السلام ، قال : تَغْدِيَتْ مَعَهُ ، فَقَالَ لِي :

أَتَدْرِي مَا هَذَا؟

قُلْتُ : لَا .

قال : هَذَا شِرَازُ الْأَثْنِ اتَّخَذْنَاهُ لِمَرِيضٍ لَنَا ، فَإِنْ أَحْبَبْتَ أَنْ تَأْكُلَ مِنْهُ فَكُلْ^۲.

۱۹۷۴. الكافي عن يحيى بن عبدالله : كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَأَتَيْنَا بِسُكَّرٍ جَاتٍ ، فَأَشَارَ بِيَدِهِ نَحْوَ وَاحِدَةٍ مِنْهُنَّ ، وَقَالَ :

هَذَا شِرَازُ الْأَثْنِ اتَّخَذْنَاهُ لِعَلِيلٍ عِنْدَنَا ، وَمَنْ شَاءَ فَلْيَأْكُلْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيَدَعْ^۳.

۱ . مسند ابن حنبل، ج ۱، ص ۶۲۹، ح ۲۶۷۷، المعجم الكبير، ج ۱۲، ص ۱۸۴، ح ۱۲۹۸۶ كلاهما عن ابن عباس، كنز العمال، ج ۱۰، ص ۴۶، ح ۲۸۲۸۶.

۲ . الكافي، ج ۶، ص ۳۳۸، ح ۱، تهذيب الأحكام، ج ۹، ص ۱۰۱، ح ۴۳۸، المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۵، ح ۱۹۷۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۰۳، ح ۳۴.

۳ . الكافي، ج ۶، ص ۳۳۹، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۵، ح ۱۹۷۲، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۹۵، ح ۴.

۱۹۷۲. پیامبر خدا ﷺ: شیر شتر... برای کسانی که به ناراحتی معده (سوء هاضمه) مبتلا هستند، درمان است.

۴/۵۴

ماست چکیده ماده الاغ

۱۹۷۳. الکافی - به نقل از عیص بن قاسم -: همراه با امام صادق ﷺ ناهار خوردم. به من فرمود: «آیا می‌دانی این چیست؟».

گفتم: نه.

فرمود: «این، ماست چکیده ماده الاغ است. آن را برای یکی از بیماران خود، فراهم ساخته‌ایم. اگر دوست داری از آن بخوری، بخور».

۱۹۷۴. الکافی - به نقل از یحیی بن عبد الله -: نزد امام صادق ﷺ بودم که چند پیاله برایمان آوردند. ایشان با دست، به یکی از آنها اشاره کرد و فرمود: «این، ماست چکیده ماده الاغ است. آن را برای یکی از بیماران خود، فراهم ساخته‌ایم. هر کس می‌خواهد، بخورد و هر کس هم نمی‌خواهد، وا گذارد».

۵/۵۴

الحَلِيبُ بِالْعَسَلِ

۱۹۷۵. الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ، فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ، وَالْعَسَلُ^۱.

۶/۵۴

الْمَاسِيتُ وَالنَّائِخَوَاهُ

۱۹۷۶. الكافي عن محمد بن يحيى رفعه عن الإمام الكاظم عليه السلام: مَنْ أَرَادَ أَكْلَ الْمَاسِيتِ وَلَا يَضُرُّهُ، فَلْيَصُبَّ عَلَيْهِ الْهَاضُومُ.



قُلْتُ لَهُ: وَمَا الْهَاضُومُ؟

قَالَ: النَّائِخَوَاهُ^۲. *مرکز تحقیقات طب و داروسازی*

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۷، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۲۹۳، ح ۱۹۶۲، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۵۸.

ح ۱۱۶۴ وفيه «الحليب بالعسل»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۰۲، ح ۲۴ و ص ۲۹۰، ح ۲.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۸، ح ۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۱۰۷، ح ۱.

۵/۵۴

شیر با عسل

۱۹۲۵. امام کاظم علیه السلام: هر کس که آب کمرش دیگرگون می‌شود، شیر تازه همراه با عسل برایش سودمند است.^۱

۶/۵۴

ماست و نانخواه

۱۹۲۶. الکافی - به نقل از محمد بن یحیی، در حدیثی که سند آن را به امام کاظم علیه السلام رسانده است - : امام کاظم علیه السلام فرمود: «هر کس می‌خواهد ماست بخورد و ماست، او را زیان نرساند، روی آن، هضم‌کننده‌ای هم بخورد».

گفتم: هضم‌کننده چیست؟

فرمود: «نانخواه».^۲

۱. علامه مجلسی می‌گوید: در قاموس آمده است: حلیب یعنی شیر دوشیده‌شده، یا حلیب یعنی آنچه هنوز مزه‌اش تغییر نیافته است. همچنین دیگرگون شدن آب کمر، کنایه از عدم انعقاد نطفه فرزند از آن است (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۱۰۲).

۲. نانخواه: دانه‌ای است زرد رنگ، خوش بو و با طعمی نسبتاً تند و تلخ، و گاه روی نان می‌ریزند (فرهنگ صبا: ص ۱۰۸۵).

الفصل الخامس والخمسون

اللَّحْمُ

١/٥٥

سَيِّدُ الطَّعَامِ

١٩٧٧. رسول الله ﷺ: **اللَّحْمُ سَيِّدُ الطَّعَامِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ**.^١
١٩٧٨. عنه ﷺ: **خَيْرُ الْإِدَامِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ اللَّحْمُ**.^٢
١٩٧٩. عنه ﷺ: **سَيِّدُ طَعَامِ أَهْلِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ اللَّحْمُ، ثُمَّ الْأُرْزُّ**.^٣

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٠٨، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ٢٤٨، ح ١٧٧٤ كلاهما عن عيسى بن عبد الله العلوي عن أبيه عن جده عن الإمام علي عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٤٣، ح ١١٠٧ عن الإمام علي عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٩، ح ١٢.
٢. طب النبي ﷺ، ص ٥، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٩٣؛ الفردوس، ج ٢، ص ١٨٠، ح ٢٩٠٩، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٨١، ح ٤١٠٠٠ نقلاً عن المعجم الأوسط وأبي نعيم في الطب وكلاهما عن بريدة الأسلمي.
٣. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ٢، ص ٢٥، ح ٧٩ عن أحمد بن عامر الطائي، صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، ص ١٠٦، ح ٥٦ كلاهما عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٣٥، ح ١٠٧٩ عن الإمام الرضا عن أبيه عن جده عليه السلام وليس فيهما «أهل»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٨، ح ٥، ص ٢٦٢، ح ٧؛ سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٠٩٩، ح ٣٣٠٥ عن أبي الدرداء وفيه «أهل الجنة» بدل «الآخرة» وليس فيه «ثم الأرز»، كنز العمال، ج ١٥، ص ٢٩١، ح ٤١٠٥٤ نقلاً عن الحاكم في تاريخ نيشابور عن صهيب.

فصل پنجاه و پنجم گوشت



۱۹۷۷. پیامبر خدا ﷺ: گوشت، مهتر غذاها در دنیا و آخرت است.

۱۹۷۸. پیامبر خدا ﷺ: بهترین خورش دنیا و آخرت، گوشت است.

۱۹۷۹. پیامبر خدا ﷺ: مهتر غذاهای ساکنان دنیا و آخرت، گوشت و سپس برنج است.

۲/۵۵

خَوَاصُّ اللَّحْمِ

۱۹۸۰. الإمام علي عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِاللَّحْمِ؛ فَإِنَّهُ يُنَبِّئُ اللَّحْمَ.^۱

۱۹۸۱. رسول الله صلى الله عليه وآله: أَكُلُ اللَّحْمِ يُحَسِّنُ الْوَجْهَ، وَيُحَسِّنُ الْخُلُقَ.^۲

۱۹۸۲. عنه عليه السلام: إِنَّ لِلْقَلْبِ فَرْخَةً عِنْدَ أَكْلِ اللَّحْمِ.^۳

۱۹۸۳. عنه عليه السلام: اللَّحْمُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ، وَاللَّحْمُ بِالْبَيْضِ يَزِيدُ فِي الْبَاءَةِ.^۴

۱۹۸۴. الإمام علي عليه السلام: كُلُوا اللَّحْمَ؛ فَإِنَّهُ يُنَبِّئُ اللَّحْمَ، كُلُّوهُ؛ فَإِنَّهُ جَلَاءٌ لِلْبَصَرِ.^۵

۱۹۸۵. عنه عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِهَذَا اللَّحْمِ فَكُلُوهُ؛ فَإِنَّهُ يُحَسِّنُ الْخُلُقَ، وَيُصَفِّي اللَّوْنَ، وَيَخْمُصُ

البَطْنَ.^۶

۱۹۸۶. الإمام الباقر عليه السلام: أَكُلُ اللَّحْمِ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ وَالْقُوَّةِ.^۷

۱۹۸۷. الإمام الصادق عليه السلام: اللَّحْمُ مِنَ اللَّحْمِ، مَنْ تَزَكَّهَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا سَاءَ خُلُقُهُ، كُلُّوهُ

۱. عيون أخبار الرضا عليه السلام، ج ۲، ص ۴۱، ح ۱۲۹ عن أحمد بن عامر الطائي عن الإمام الرضا عن آبائه عليه السلام،

المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۶، ح ۱۸۰۷ عن أبي أسامة عن الإمام الصادق عليه السلام عن رسول الله صلى الله عليه وآله وفيه «فإنَّ اللحم

ينمي» بدل «فإنَّه ينبت»، قرب الإسناد، ص ۱۰۷، ح ۲۶۷ عن الإمام الصادق عن أبيه عنه عليه السلام، الدعوات،

ص ۱۵۳، ح ۴۱۴، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۵۸، ح ۶.

۲. تاريخ دمشق، ج ۴۹، ص ۳۲۳، ح ۱۰۵۵۶ عن ابن عباس، كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۸۲، ح ۴۱۰۰۵.

۳. كنز العمال، ج ۱۵، ص ۲۸۲، ح ۴۱۰۰۶ نقلاً عن شعب الإيمان عن سلمان.

۴. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۲۵، ح ۵۱۱، السرائر، ج ۳، ص ۱۳۸ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۷۳.

۵. كنز العمال، ج ۱۵، ص ۴۵۵، ح ۴۱۸۰۶ نقلاً عن أبي نعيم.

۶. كنز العمال، ج ۱۵، ص ۴۵۵، ح ۴۱۸۰۵ نقلاً عن أبي نعيم.

۷. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۰۹، ح ۲۵۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۶، ح ۷۳.

۲/۵۵ خواص گوشت

۱۹۸۰. امام علی علیه السلام: بر شما باد گوشت؛ چرا که [خوردن] گوشت، گوشت می‌رویاند.

۱۹۸۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: خوردن گوشت، روی را نکو می‌سازد و خوی را هم نکو می‌سازد.

۱۹۸۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هنگام خوردن گوشت، قلب را شادی‌ای است.

۱۹۸۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: گوشت، شنوایی و بینایی را افزون می‌کند و گوشت همراه با تخم‌مرغ، بر توان جنسی می‌افزاید.

۱۹۸۴. امام علی علیه السلام: گوشت بخورید؛ چرا که گوشت می‌رویاند. آن را بخورید؛ چرا که جلای دیده است.

۱۹۸۵. امام علی علیه السلام: بر شما باد این گوشت. آن را بخورید؛ چرا که خوی را خوش می‌سازد، رنگ را صفا می‌دهد و شکم را کوچک می‌کند.

۱۹۸۶. امام باقر علیه السلام: خوردن گوشت، شنوایی و بینایی و قدرت را افزون می‌کند.

۱۹۸۷. امام صادق علیه السلام: گوشت، از گوشت است. هر کس چهل روز آن را وا گذارد،

فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ.^١

١٩٨٨. الإمام العسكري عليه السلام - لأبي هاشم الجعفري -: يا أبا هاشم، إذا أردت القوة فكل اللحم.^٢

راجع: ج ٢، ص ٢٣٠ (الكتاب).

٣/٥٥

خَوَاصُّ الْحَمْرِ بِاللَّبَنِ

١٩٨٩. رسول الله ﷺ: شكا نوح عليه السلام إلى ربه ﷻ ضعف بدنه، فأوحى الله تعالى إليه أن

اطبخ اللحم باللبن فكلها؛ فإني جعلت القوة والبركة فيهما.^٣

١٩٩٠. الدعوات: رأى رسول الله ﷺ رجلاً سميناً، فقال: ما تأكل؟

قال: ليس بأرضي حباً، وإنما أكل اللحم واللبن.

فقال ﷺ: جمعت بين اللحمين.^٤

١٩٩١. رسول الله ﷺ: اللحم واللبن؛ ينبتان اللحم، ويشدان العظام.^٥

١٩٩٢. عنه ﷺ: شكا نبي قبلي إلى الله ضعفاً في بدنه، فأوحى الله تعالى إليه أن اطبخ

١. المحاسن، ج ٢، ص ٢٥٥، ح ١٨٠٠ عن غياث بن إبراهيم، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٦٦، ح ٣٧.

٢. الخرائج والجرائح، ج ٢، ص ٦٨٣، ح ٢، المناقب لابن شهر آشوب، ج ٤، ص ٢٢٩ كلاهما عن أبي هاشم

الجعفري، بحار الأنوار، ج ٥٠، ص ٢٥٥، ح ١٠.

٣. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٦٤ عن السكوني عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام.

٤. الدعوات، ص ١٥٣، ح ٢١٨، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٥، ح ٧٠.

٥. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٢٥، ح ٥١١، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٧٦، ح ٧٣.

بدخوی می‌شود.^۱ آن را بخورید؛ چرا که بر شنوایی و بینایی می‌افزاید.
 ۱۹۸۸. امام عسکری علیه السلام - خطاب به ابو هاشم جعفری -: ای ابو هاشم! اگر توان
 می‌خواهی، گوشت بخور.

ر.ک: ج ۲، ص ۴۳۱ (کباب).

۳/۵۵

خواص گوشت همراه با شیر

۱۹۸۹. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: نوح علیه السلام از ضعف بدن، به درگاه پروردگار خویش ﷻ شکایت
 برد. خداوند به او وحی فرستاد که: «گوشت را همراه با شیر، طبخ کن و
 بخور؛ چرا که من، قدرت و برکت را در آنها نهاده‌ام».

۱۹۹۰. الدعوات: پیامبر خدا، مردی چاق دید. پرسید: «چه می‌خوری؟».

گفت: در سرزمین من، غله نیست. من تنها گوشت و شیر می‌خورم.

فرمود: «دو گوشت را یک جا جمع کرده‌ای».

۱۹۹۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: گوشت و شیر، گوشت می‌رویانند و استخوان‌ها را استحکام
 می‌بخشند.

۱۹۹۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: یکی از پیامبران پیش از من، از ضعف بدن، به درگاه
 خداوند، شکایت برد. خداوند ﷻ به او وحی کرد که: «گوشت و شیر را بپز؛

۱. نگارنده می‌گوید: ظاهراً نقش نخوردن گوشت در بداخلاقی، اقتضاست (در مواردی است که نخوردن
 گوشت، به ضعف اعصاب، منتهی گردد)، نه علت تاقه. بنا بر این، ممکن است کسی گوشت نخورد و
 اخلاقش هم بد نباشد.

اللَّحْمَ وَاللَّبَنَ؛ فَإِنِّي قَدْ جَعَلْتُ الْبَرَكَهَ وَالْقُوَّةَ فِيهِمَا.^۱

۱۹۹۳. الإمام علي عليه السلام: إِذَا ضَعُفَ الْمُسْلِمُ، فَلْيَأْكُلِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ.^۲

۱۹۹۴. الكافي عن عبدالله بن سنان عن الإمام الصادق عليه السلام: شَكَائِي مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ ضَعْفٌ، فَقِيلَ لَهُ: إِطْبِخِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ؛ فَإِنَّهُمَا يَشُدُّانِ الْجِسْمَ. قَالَ: فَقُلْتُ: هِيَ الْمَضِيرَةُ.

قَالَ: لَا، وَلَكِنَّ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ الْحَلِيبِ.^۳

۱۹۹۵. الإمام الصادق عليه السلام: اللَّحْمُ بِاللَّبَنِ مَرَقُ الْأَنْبِيَاءِ.^۴

۱۹۹۶. الكافي عن زياد بن أبي الحلال: تَعَشَيْتُ مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام بِلَحْمٍ بِلَبَنٍ، فَقَالَ: هَذَا مَرَقُ الْأَنْبِيَاءِ.^۵



۱۹۹۷. رسول الله صلى الله عليه وآله: عَلَيْكُمْ بِأَكْلِ لَحْمٍ إِلَّا لَئْلَ؛ فَإِنَّهُ لَا يَأْكُلُ لَحْمَهَا إِلَّا كُلُّ مُؤْمِنٍ مُخَالِفٍ لِلْيَهُودِ أَعْدَاءِ اللَّهِ.^۶

۱. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۷، ح ۱۸۱۲ عن جعفر بن عمرو عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۸، ح ۴۷.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۶، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۹، ح ۱۸۱۷ كلاهما عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق عليه السلام، تحف العقول، ص ۱۰۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۹، ح ۵۲.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۶، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۸، ح ۱۸۱۴، الدعوات، ص ۱۵۲، ح ۴۱۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۸، ح ۴۹.

۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۶، ح ۱، المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۷، ح ۱۸۱۱ كلاهما عن هشام بن سالم، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۸، ح ۴۶.

۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۶، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۰، ح ۱۸۲۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۹، ح ۵۶.

۶. مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۸، ح ۱۱۲۹ عن معاذ بن جبل، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۴، ح ۶۹، الفردوس، ج ۲، ص ۳۰، ح ۲۰۶۴ عن معاذ بن جبل.

چرا که من، برکت و قدرت را در آنها نهاده‌ام.

۱۹۹۳. امام علی علیه السلام: مسلمان، اگر ضعیف شد، گوشت با شیر بخورد.

۱۹۹۴. الکافی - به نقل از عبد الله بن سنان - : امام صادق علیه السلام فرمود: «پیامبری از

پیامبران، از ضعف، به درگاه خداوند تعالی شکایت برد. پس به او گفته شد:

گوشت را در شیر بپز؛ چرا که این دو، جسم را استحکام می‌دهند.

گفتم: این، همان غذایی است که «مَضِیرَة»^۱ نام دارد؟

فرمود: «نه؛ بلکه گوشت همراه با شیر تازه است».

۱۹۹۵. امام صادق علیه السلام: گوشت با شیر، خورش پیامبران است.

۱۹۹۶. الکافی - به نقل از زیاد بن ابی جلال - : همراه با امام صادق علیه السلام، شام، گوشت

و شیر خوردم. پس فرمود: «این، خورش پیامبران است».

مرکز تحقیقات کلامی و فقهی

۴/۵۵

گوشت شتر

۱۹۹۷. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: بر شما باد خوردن گوشت شتر؛ زیرا این گوشت را تنها

مؤمنان مخالف یهود (که دشمنان خدایند) می‌خورند.

۱. مَضِیرَة، غذایی است پختنی که از شیر مانده و ترش شده درست می‌شود (مجمع البحرین: ج ۳ ص ۱۷۰۲).

۱۹۹۸. عنه عليه السلام : لَا يَأْكُلُ الْجَزُورَ إِلَّا مُؤْمِنٌ.^۱

۱۹۹۹. المحاسن عن السياري رفعه، قال : أَكَلُ لَحْمِ الْجَزُورِ : يَذْهَبُ بِالْقَرَمِ.^۲

۵/۵۵

لَحْمُ الْبَقَرِ

۲۰۰۰. رسول الله صلى الله عليه وآله : عَلَيْكُمْ بِالْبَانِ الْبَقَرِ وَسُمْنَانِهَا وَإِيَّاكُمْ وَلُحُومُهَا؛ فَإِنَّ أَلْبَانَهَا

وَسُمْنَانَهَا دَوَاءٌ وَشِفَاءٌ، وَلُحُومُهَا دَاءٌ.^۳

۲۰۰۱. عنه عليه السلام : لَحْمُ الْبَقَرِ دَاءٌ وَلَبَنُهَا دَوَاءٌ، وَلَحْمُ الْغَنَمِ دَوَاءٌ وَلَبَنُهَا دَاءٌ.^۴

۲۰۰۲. الإمام علي عليه السلام : لُحُومُ الْبَقَرِ دَاءٌ.^۵

۲۰۰۳. عنه عليه السلام : لُحُومُ الْبَقَرِ دَاءٌ، وَأَلْبَانُهَا دَوَاءٌ، وَأَسْمَانُهَا شِفَاءٌ.^۶

راجع ج ۱: ص ۵۱۴ (أكل لحم البقر بالسلق).

ج ۱، ص ۵۱۲ (مرق لحم البقر).

ج ۲، ص ۲۶۸ (خواص سمن البقر).

۱. دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۱۰، ح ۳۵۶، جامع الأحاديث للقمي، ص ۱۳۳، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۶، ح ۷۳.

۲. المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۶، ح ۱۸۴۶، بحار الأنوار، ج ۶۵، ص ۱۸۲، ح ۲۹.

۳. المستدرک علی الصحیحین، ج ۴، ص ۴۴۸، ح ۸۲۳۲ عن عبدالله بن مسعود، كنز العمال، ج ۱۰، ص ۳۱، ح ۲۸۲۱۸.

۴. طب النبي صلى الله عليه وآله، ص ۷، بحار الأنوار، ج ۶۲، ص ۲۹۶.

۵. المحاسن، ج ۲، ص ۲۵۲، ح ۱۷۹۳ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۶۳، ح ۲۹.

۶. الخصال، ص ۶۳۷، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام، تحف العقول، ص ۱۲۴ وفيه «وَأَلْبَانُهَا شِفَاءٌ وَكَذَلِكَ أَسْمَانُهَا»، الكافي، ج ۶، ص ۳۱۱، ح ۳ عن إسماعيل بن أبي زياد مع تقديم وتأخير، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۴۷، ح ۱۱۲۳ كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۵۶، ح ۲.

۱۹۹۸. پیامبر خدا ﷺ: شتر را جز مؤمن نمی خورد.
۱۹۹۹. المحاسن - به نقل از سیاری، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است - : خوردن گوشت شتر، دل دادگی به گوشت را فرو می نشاند.

۵/۵۵

گوشت گاو

۲۰۰۰. پیامبر خدا ﷺ: بر شما باد شیر و روغن گاو؛ اما از گوشت آن، حذر کنید؛ چرا که شیر و روغنش دارو و درمان، و گوشتش بیماری است.
۲۰۰۱. پیامبر خدا ﷺ: گوشت گاو، درد است و شیرش، درمان؛ اما گوشت گوسفند، درمان است و شیرش، درد.
۲۰۰۲. امام علی علیه السلام: گوشت گاو، بیماری است.
۲۰۰۳. امام علی علیه السلام: گوشت گاو، درد و بیماری، شیرش دارو، و روغنش درمان است.

ر.ک: ج ۱، ص ۵۱۳ (آنچه برای درمان پیسی سودمند است / خوردن گوشت گاو همراه با چغندر).
 ج ۱، ص ۵۱۳ (آب گوشت گاو).
 ج ۲، ص ۳۶۹ (خواص روغن گاو).

٦/٥٥

لَحْمُ الضَّانِ

٢٠٠٤. رسول الله ﷺ : إِنَّ اللَّهَ اختَارَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ شَيْئاً... وَمِنْ الْغَنَمِ الضَّانَ.^١
٢٠٠٥. الإمام الصادق عليه السلام : مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ يَدَيْهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّانِ بِاللَّيْلِ ؛ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنْ أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُقَوِّي جِسْمَهُ ، وَيَشُدُّ لِسْتَهُ.^٢
٢٠٠٦. الكافي عن سعد بن سعد : قُلْتُ لِأَبِي الْحَسَنِ عليه السلام : إِنَّ أَهْلَ بَيْتِي لَا يَأْكُلُونَ لَحْمَ الضَّانِ.

قَالَ : فَقَالَ : وَلِمَ؟

قَالَ : قُلْتُ : إِنَّهُمْ يَقُولُونَ : إِنَّهُ يُهَيِّجُ بِهِمُ الْمِرَّةَ السُّودَاءَ وَالضُّدَاعَ وَالْأَوْجَاعَ .
فَقَالَ لِي : يَا سَعْدُ .
فَقُلْتُ : لَبَّيْكَ !



- قَالَ : لَوْ عَلِمَ اللَّهُ شَيْئاً أَكْرَمَ مِنَ الضَّانِ لَفَدَى بِهِ إِسْمَاعِيلَ عليه السلام.^٣
٢٠٠٧. الكافي عن سهل بن زياد عن بعض أصحابه - أَظُنُّهُ مُحَمَّدَ بْنَ إِسْمَاعِيلَ - :
ذَكَرَ بَعْضُنَا اللَّحْمَانَ عِنْدَ أَبِي الْحَسَنِ الرِّضَاءِ عليه السلام ، فَقَالَ : مَا لَحْمٌ بِأَطْيَبَ مِنْ
لَحْمِ الْمَاعِزِ .

قَالَ : فَتَنَظَّرَ إِلَيْهِ أَبُو الْحَسَنِ عليه السلام ، وَقَالَ :

١. الغيبة للنعمانی ، ص ٦٧ ، ح ٧ عن أبي بصير عن الإمام الصادق عن آيانه عليه السلام .

٢. طب الأئمة لابني بسطام ، ص ٦٤ عن عبدالرحيم بن عبدالمجيد القصير ، المحاسن ، ج ٢ ، ص ٢٥٩ ، ح ١٨١٩
عن عبدالله بن سنان ، مكارم الأخلاق ، ج ١ ، ص ٣٣٤ ، ح ١١١٤ وليس فيهما من « فَإِنَّهُ يُخْرِجُ ... » ، بحار الأنوار ،
ج ٦٦ ، ص ١٠١ ، ح ١٧ .

٣. الكافي ، ج ٦ ، ص ٣١٠ ، ح ٢ ، المحاسن ، ج ٢ ، ص ٢٥٩ ، ح ١٨١٨ ، مكارم الأخلاق ، ج ١ ، ص ٣٣٦ ،
ح ١١٢٢ كلاهما نحوه ، بحار الأنوار ، ج ٦٦ ، ص ٦٩ ، ح ٥٣ .

۶/۵۵ گوشت میش

۲۰۰۴. پیامبر خدا ﷺ: خداوند ﷻ از هر چیز، چیزی را برگزید... و از [میان انواع] گوسفند، میش^۱ را.

۲۰۰۵. امام صادق ﷺ: هر کس در قلب یا بدن خود به ضعفی گرفتار آمد، گوشت میش با شیر بخورد؛ چرا که در این صورت، هر بیماری و عارضه‌ای، از بند بند تن او برون می‌رود، بدنش نیرو می‌گیرد و لثه‌اش استحکام می‌یابد.^۲

۲۰۰۶. الکافی - به نقل از سعد بن سعد -: به امام کاظم ﷺ گفتم: خانواده من، گوشت میش نمی‌خورند.

پرسید: «چرا؟».

گفتم: آنان می‌گویند این گوشت، تلخه سیاه و سردرد و دیگر دردها را در آنان تحریک می‌کند.

به من فرمود: «ای سعد!». *مرکز تحقیق و پژوهش*

گفتم: لبیک!

فرمود: «اگر خداوند ﷻ چیزی را ارزشمندتر از میش می‌دانست، آن را فدیة اسماعیل ﷺ می‌ساخت.»

۲۰۰۷. الکافی - به نقل از سهل بن زیاد، از یکی از هم‌مسلمانان (به گمان، محمد بن اسماعیل) -: یکی از ما نزد امام رضا ﷺ، از گوشت، یاد کرد و گفت: هیچ گوشتی خوش‌تر از گوشت بز نیست.

۱. میش: گوسفند، گوسپند. مطلق گوسفند باشد، خواه ماده و خواه نر... گویا در قدیم، میش، به جنسی می‌گفته‌اند که امروز گوسفند می‌گوییم و اعم از نر و ماده و پشم‌دار است؛ و گوسفند، اطلاق می‌شده است هم بر میش (یعنی گوسفند در معنای امروزی که پشم دارد) و هم بر بز، اعم از نر و ماده (ر.ک: لغت‌نامه دهخدا: ج ۱۳ ص ۱۹۴۲۷).

۲. در المحاسن و مکارم الأخلاق، بخش دوم حدیث، وجود ندارد.

لَوْ خَلَقَ اللَّهُ ﷻ مُضَغَةً هِيَ أَطْيَبُ مِنَ الضَّأْنِ لَقَدَى بِهَا إِسْمَاعِيلُ ﷺ^١.

٧/٥٥

حَمَلُ الْقَبَاحِ

٢٠٠٨. الإمام الكاظم ﷻ: أَطْعَمُوا الْمَحْمُومَ لَحْمَ الْقَبَاحِ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي السَّاقِينَ، وَيَطْرُدُ الْحُمَى طَرْدًا.^٢

٨/٥٥

حَمَلُ الْخَبَائِثِ

٢٠٠٩. الإمام الكاظم ﷻ: لَا أَرَى بِأَكْلِ الْخَبَائِثِ بَأْسًا، وَإِنَّهُ جَيِّدٌ لِلْبَوَاسِيرِ، وَوَجَعَ الظَّهْرَ، وَهُوَ مِمَّا يُعِينُ عَلَى كَثْرَةِ الْجَمَاعِ.^٣

٩/٥٥

حَمَلُ الدَّجَاجِ

٢٠١٠. الإمام علي ﷻ: الْإِوَرُّ جَامُوسُ الطَّيْرِ، وَالْدَّجَاجُ خَنْزِيرُ الطَّيْرِ، وَالْدَّرَاجُ حَبَشُ الطَّيْرِ، وَأَيْنَ أَنْتَ عَنْ فَرْخَيْنِ نَاهِضَيْنِ رَبَّتَهُمَا امْرَأَةٌ مِنْ رَبِيعَةٍ بِفَضْلِ قَوْتِهَا؟^٤

١. الكافي، ج ٦، ص ٣١٠، ح ١، بحار الأنوار، ج ١٢، ص ١٢١، ح ١٣.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣١٢، ح ٤ عن محمد بن حكيم، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ٤٣، ح ١.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣١٣، ح ٦ عن نشيط بن صالح، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٢٤٩، ح ١١٣٥ وليس فيه «كثرة» بحار الأنوار، ج ٦٤، ص ٢٨٥، ح ٥١.

٤. قال العلامة المجلسي ﷻ: فِي حَيَاةِ الْحَيَوَانِ: الْإِوَرُّ: الْبَطُّ، أَنْتَهَى. وَلَعَلَّهَا إِنَّمَا شَبَّهَ بِالْجَامُوسِ لِأَنَّهُ بِالْحِمَاءِ وَأَكَلَهُ مِنْهَا... وَإِنَّمَا شَبَّهَ الدَّجَاجَ بِالْخَنْزِيرِ لِأَكْلِهِ الْعَذْرَةَ... وَلَعَلَّ وَجْهَ التَّخْصِيصِ بِرَبِيعَةٍ: لِأَنَّ فَرْخَ مَكَانِهِمْ أَحْسَنَ، أَوْ لِحُودَةِ تَرْبِيَتِهِمْ لَهَا (مِرَاةُ الْعُقُولِ، ج ٢٢، ص ١٣٣).

پس، امام رضا علیه السلام به او نگریست و فرمود: «اگر خداوند، گوشتی خوش‌تر از گوشت میش آفریده بود، همان را فدیة اسماعیل علیه السلام می‌ساخت.»

۷/۵۵

گوشت کبک

۲۰۰۸. امام کاظم علیه السلام: به تبار، گوشت کبک بخورائید؛ چرا که پاها را نیرو می‌دهد و تب را کاملاً دور می‌کند.

۸/۵۵

گوشت هوبره

۲۰۰۹. امام کاظم علیه السلام: در خوردن هوبره، اشکالی نمی‌بینم. برای بواسیر و درد کمر، خوب است و از چیزهایی است که انسان را بر فراوانی آمیزش، یاری می‌رساند.

۹/۵۵

گوشت مرغ

۲۰۱۰. امام علی علیه السلام: غاز، گاو میش پرندگان است و مرغ، خوک پرندگان است و کبک‌نجیر، بوقلمون پرندگان است. چرا تو از دو جوجه نوپایی که زنی از ربیعه آنها را با زیادی غذای خویش پرورانده است،^۱ استفاده نمی‌کنی؟

۱. درباره این تشبیه‌ها چنین گفته‌اند: شاید امام علیه السلام از آن روی، غاز را به گاو میش تشبیه کرده است که هر دو با لجنزار، انس دارند و از آن جا می‌خورند. نیز مرغ را از آن روی به خوک تشبیه کرده است که هر دو، مدفوع می‌خورند.... شاید علت نام بردن از ربیعه از میان همه قبایل نیز آن است که جوجه‌های سرزمین این قوم، بهتر بوده و یا آنان عنایت و توجه افزون‌تری به جوجگان داشته‌اند (مرآة العقول: ج ۲۲ ص ۱۳۳).

۲۰۱۱. الکافی عن السیاری رفعه، قال: إِنَّهُ ذُكِرَتْ اللَّحْمَانُ بَيْنَ يَدَيِ عُمَرَ، فَقَالَ عُمَرُ: إِنَّ أَطْيَبَ اللَّحْمَانِ لَحْمُ الدَّجَاجِ.

فَقَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عليه السلام: كَلَّا، إِنَّ ذَلِكَ خَنَازِيرُ الطَّيْرِ، وَإِنَّ أَطْيَبَ اللَّحْمَانِ لَحْمُ فَرَخٍ قَدْ نَهَضَ، أَوْ كَادَ أَنْ يَنْهَضَ.^۱

۱۰/۵۵

حَمْرُ الدَّرَاجِ

۲۰۱۲. رسول الله صلى الله عليه وآله: مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَقِلَّ غَيْظُهُ، فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ.^۲

۲۰۱۳. عنه صلى الله عليه وآله: مَنْ اشْتَكَى فُؤَادَهُ وَكَثُرَ غَمُّهُ، فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ.^۳

۲۰۱۴. الإمام الصادق عليه السلام: إِذَا وَجَدَ أَحَدُكُمْ غَمًّا أَوْ كَرْبًا لَا يَدْرِي مَا سَبَبُهُ، فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ؛ فَإِنَّهُ يَسْكُنُ عَنْهُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ تَعَالَى.

۱۱/۵۵

حَمْرُ الْقَطَاةِ

۲۰۱۵. الکافی عن علي بن مهزيار: تَغْدِيْتُ مَعَ أَبِي جَعْفَرٍ عليه السلام فَآتَنِي بِقَطَاةٍ فَقَالَ:

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۱۲، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۷، ح ۱۸۵۱ وفيه «فرخ حمام» بدل «فرخ»، عوالي اللامی، ج ۴، ص ۱۰، ح ۱۴ نحوه، بحار الأنوار، ج ۶۵، ص ۶، ح ۱۰.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۱۲، ح ۳ عن الإمام الصادق عليه السلام، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۸، ح ۱۸۵۲ وفيه «يقتل» بدل «يقل».

۳. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۵۰، ح ۱۱۳۸، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۵، ح ۶۹.

۴. مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۵۰، ح ۱۱۳۷، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۵، ح ۶۹.

۲۰۱۱. الکافی - به نقل از ستاری، در حدیثی که سند آن را به معصوم رسانده است :- در حضور عُمَر، از گوشت، یاد شد. عمر گفت: خوش‌ترین گوشت، گوشت مرغ است.

امیر مؤمنان علیه السلام فرمود: «نه؛ مرغ‌ها خوک‌های پرندگان هستند. اما بهترین گوشت، گوشت جوجه تازه از تخم درآمده‌ای است که تازه برخاسته یا نزدیک است که برخیزد»^۱.

۱۰/۵۵

گوشت گبکنجیر

۲۰۱۲. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس دوست دارد خشمش کاستی بگیرد، گوشت گبکنجیر (کبک‌انجیر) بخورد.

۲۰۱۳. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: هر کس از بیماری روحی، رنج می‌برد و اندوهش بسیار است، گوشت کبکنجیر بخورد.

۲۰۱۴. امام صادق علیه السلام: هر گاه کسی از شما، اندوه یا گرفتاری‌ای دارد و نمی‌داند علتش چیست، گوشت کبکنجیر بخورد. در این صورت، به خواست خداوند متعال، این اندوه و گرفتاری، فرو خواهد نشست.

۱۱/۵۵

گوشت سنگخوارک

۲۰۱۵. الکافی - به نقل از علی بن مهزیار - : همراه با امام باقر علیه السلام ناهار خوردم. ایشان مرغ سنگخواری آورد و فرمود: «این، مبارک است. پدرم به آن

۱. در المحاسن، به جای «جوجه»، تعبیر «جوجه کبوتر» آمده است.

إِنَّهُ مُبَارَكٌ، وَكَانَ أَبِي ﷺ يُعَجِّبُهُ، وَكَانَ يَأْمُرُ أَنْ يُطْعَمَ صَاحِبَ الْيَرْقَانِ
يُشَوِّى لَهُ فَإِنَّهُ يَنْفَعُهُ^١.

۱۲/۵۵
لَحْمُ السَّمَكِ

۱-۱۲/۵۵

أَكَلَ لَحْمَ السَّمَكِ

۲۰۱۶. الإمام الصادق ﷺ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا أَكَلَ السَّمَكَ قَالَ:

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ، وَأَبْدِلْنَا بِهِ خَيْرًا مِنْهُ^٢.

۲۰۱۷. الإمام الكاظم ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالسَّمَكِ: فَإِنَّكَ إِنْ أَكَلْتَهُ بِغَيْرِ خُبْرٍ أَجْزَأُكَ، وَإِنْ أَكَلْتَهُ
بِخُبْرٍ أَمْرًا^٣.

راجع: ج ۱، ص ۲۶۲ (ما ينفع لعلاج أمراض الدم / أكل السمك الطري بعد الحمامة).

۲-۱۲/۵۵

إِتْبَاعُ السَّمَكِ بِالنَّمْرِ أَوْ الْعَسَلِ

۲۰۱۸. الكافي عن سعيد بن جناح عن مولی للإمام الصادق ﷺ، قَالَ: دَعَا ﷺ بِتَمْرٍ

۱. الكافي، ج ۶، ص ۳۱۲، ح ۵، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۷۴.

۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۳، ح ۲، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۸، ح ۱۸۵۵، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۳۵۰،
ح ۱۱۴۱، دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۵۱، ح ۵۳۹ من دون إسناد إلى الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۵،
ص ۲۱۷، ح ۷۴.

۳. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۳، ح ۴، المحاسن، ج ۲، ص ۲۶۸، ح ۱۸۵۳ كلاهما عن إبراهيم بن عبد الحميد،
بحار الأنوار، ج ۶۵، ص ۲۰۷، ح ۳۶.

علاقه داشت و می‌فرمود: هر کس یرقان دارد، برایش از گوشت این مرغ، کباب کنند. او را سودمند خواهد افتاد.

۱۲/۵۵

گوشت ماهی

۱ - ۱۲/۵۵

خوردن گوشت ماهی

۲۰۱۶. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا، چون ماهی می‌خورد، می‌گفت: «خداوندا! برای ما در این، برکت قرار بده و بهتر از این را برایمان جایگزین ساز».

۲۰۱۷. امام کاظم علیه السلام: بر شما باد ماهی. اگر آن را بدون نان خوردی، بسنده‌ات می‌کند و اگر با نان خوردی، گوارایت می‌افتد.

ر.ک: ج ۱، ص ۴۶۳ (آنچه برای درمان بیماری‌های خون، سودمند است / خوردن ماهی تازه پس از حجامت).

مرکز تحقیقات طب سنتی

۲ - ۱۲/۵۵

خوردن خرما یا عسل، پس از خوردن ماهی

۲۰۱۸. الکافی - به نقل از سعید بن جناح، از یکی از وابستگان امام صادق علیه السلام - : امام صادق علیه السلام خرمایی طلبید و تناول کرد و سپس فرمود: «اشتهایی نداشتم؛

فَأَكَلَهُ، ثُمَّ قَالَ: مَا بِي شَهْوَةٌ، وَلَكِنِّي أَكَلْتُ سَمَكًا، ثُمَّ قَالَ:

مَنْ بَاتَ وَفِي جَوْفِهِ سَمَكٌ لَمْ يُتَبِعْهُ بِتَمْرَاتٍ أَوْ عَسَلٍ، لَمْ يَزَلْ عِرْقُ الْفَالَجِ
يَضْرِبُ عَلَيْهِ حَتَّى يُصْبِحَ.^١

٣-١٢/٥٥

النَّهْيُ عَنِ الْجَمْعِ بَيْنَ الْبَيْضِ وَالسَّمَكِ

٢٠١٩. الإمام الرضا عليه السلام: يَنْبَغِي أَنْ تَحْذَرَ... أَنْ تَجْمَعَ فِي جَوْفِكَ الْبَيْضَ وَالسَّمَكَ فِي
حَالٍ وَاحِدَةٍ؛ فَإِنَّهُمَا إِذَا اجْتَمَعَا وَلَدَا الْقَوْلَجَ، وَرِيَاخَ الْبَوَاسِيرِ، وَوَجَعَ
الْأَضْرَاسِ.^٢

٤-١٢/٥٥

النَّهْيُ عَنِ إِدْمَانِ أَكْلِ السَّمَكِ

٢٠٢٠. رسول الله ﷺ: أَكُلْ السَّمَكِ، يَذْهَبْ بِالْجَسَدِ.^٣

٢٠٢١. عنه عليه السلام: إِدْمَانُ أَكْلِ السَّمَكِ الطَّرِيُّ، يُذِيبُ اللَّحْمَ.^٤

٢٠٢٢. الإمام علي عليه السلام: السَّمَكُ الطَّرِيُّ يُذِيبُ اللَّحْمَ.^٥

٢٠٢٣. عنه عليه السلام: لَا تُدْمِنُوا أَكْلَ السَّمَكِ؛ فَإِنَّهُ يُذِيبُ الْجَسَدَ.^٦

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٣، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٠، ح ١٨٦٦، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ٢٠٨، ح ٤٨.

٢. طب الإمام الرضا عليه السلام، ص ٦٣، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٣٢١ نحوه.

٣. الفردوس، ج ١، ص ٤٢٠، ح ١٧٠٥ عن أبي أمامة.

٤. دعائم الإسلام، ج ٢، ص ١٥١، ح ٥٣٩، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ١٩٠، ح ١.

٥. المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٠، ح ١٨٦١ عن مسعدة بن اليسع عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ٢٠٨، ح ٤٢.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٣، ح ٥ عن ابن اليسع عن الإمام الصادق عليه السلام.

اما ماهی خورده بودم». سپس فرمود: «هر کس شب، ماهی بخورد و در پی آن، چند دانه خرما یا مقداری عسل نخورد و بخوابد، تا صبح، رگ فلج در او می‌جنبد».

۳- ۱۲/۵۵

نهی از خوردن تخم‌مرغ و ماهی با همدیگر

۲۰۱۹. امام رضا علیه السلام: باید از این بپرهیزی که ... تخم‌مرغ و ماهی را همزمان در معده گرد آوری؛ چرا که هرگاه این دو با یکدیگر گرد آیند، قولنج، باد بواسیر و دندان‌درد به وجود می‌آورند.

۴- ۱۲/۵۵

نهی از اعتیاد به خوردن ماهی

۲۰۲۰. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: [پیوسته] خوردن ماهی، بدن را از میان می‌برد.
۲۰۲۱. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله: پیوسته خوردن ماهی تازه، گوشت را ذوب می‌کند.
۲۰۲۲. امام علی علیه السلام: [پیوسته خوردن] ماهی تازه، گوشت را ذوب می‌کند.
۲۰۲۳. امام علی علیه السلام: به خوردن ماهی، مداومت مکنید؛ زیرا تن را ذوب می‌کند.

٢٠٢٤. عنه عليه السلام : أَقْلُوا مِنْ أَكْلِ الْحَيْتَانِ؛ فَإِنَّهَا تُذِيبُ الْبَدَنَ، وَتُكَثِّرُ الْبَلْغَمَ، وَتُغْلِظُ النَّفْسَ.^١

٢٠٢٥. عنه عليه السلام : إِيَّاكُمْ وَأَكْلَ السَّمَكِ؛ فَإِنَّ السَّمَكَ يُسِلُّ الْجِسْمَ.^٢

٢٠٢٦. عنه عليه السلام : أَقْلُوا مِنْ أَكْلِ السَّمَكِ؛ فَإِنَّ لَحْمَهُ يَذِلُّ الْبَدَنَ، وَيُكَثِّرُ الْبَلْغَمَ، وَيُغْلِظُ النَّفْسَ.^٣

٢٠٢٧. الإمام الباقر عليه السلام : إِنَّ هَذَا السَّمَكَ لَرَدِيءٌ لِبِغْشَاوَةِ الْعَيْنِ.^٤

٢٠٢٨. الإمام الصادق عليه السلام : ثَلَاثَةٌ يُسَمِّنُّ وَثَلَاثَةٌ يَهْزِلُنَّ:

... وَأَمَّا الَّتِي يَهْزِلُنَّ: قَادِمَانُ أَكْلِ الْبَيْضِ وَالسَّمَكِ وَالطَّلَعِ.^٥

٢٠٢٩. عنه عليه السلام : أَكْلُ الْحَيْتَانِ يُذِيبُ الْجِسْمَ.^٦

٢٠٣٠. الإمام الكاظم عليه السلام : السَّمَكُ الطَّرِيُّ يُذِيبُ الْجَسَدَ.^٧

٢٠٣١. عنه عليه السلام : السَّمَكُ الطَّرِيُّ يُذِيبُ شَحْمَ الْعَيْنَيْنِ.^٨

١. الخصال، ص ٦٣٦، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام، تحف العقول، ص ١٢٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٧، ح ٢.

٢. قرب الإسناد، ص ١٠٧، ح ٣٦٧ عن الحسين بن علوان عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٥٦، ح ١.

٣. طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٧ عن الإمام الباقر عليه السلام.

٤. طب الأئمة لابني بسطام، ص ٨٤ عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ١٤٧، ح ١٤، وج ٦٥، ص ٢١٥، ح ٦٦.

٥. الخصال، ص ١٥٥، ح ١٩٤ عن معاوية بن عمار، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ١٢٧، ح ٣٠٩، روضة الواعظين، ص ٣٣٦، طب الأئمة لابني بسطام، ص ٤ وفيها «والضلع» بدل «والطلع»، بحار الأنوار، ج ٧٦، ص ٧٣، ح ١٠، وج ٦٦، ص ٤٥، ح ٥.

٦. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٣، ح ٦٦، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٩، ح ١٨٥٨ كلاهما عن عبيد الله بن سنان وح ١٨٥٩ عن الإمام علي عليه السلام، وفيهما «الجسد» بدل «الجسم».

٧. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٤، ح ٧ عن موسى بن بكر، المحاسن، ج ٢، ص ٢٦٩، ح ١٨٥٦ عن أبي البختري، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٥٠، ح ١١٤٠ كلاهما عن الإمام الصادق عليه السلام، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ٢٠٧، ح ٣٨.

٨. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٤، ح ٩ عن موسى بن بكر، المحاسن، ج ٢، ص ٢٧٠، ح ١٨٦٢ وح ١٨٦٣ عن مسمع عن الإمام الصادق عليه السلام وفيه «يذيب بمخ العين»، بحار الأنوار، ج ٦٥، ص ٢٠٨، ح ٤٤.

۲۰۲۴. امام علی علیه السلام: کمتر ماهی بخورید؛ چرا که بدن را ذوب می‌کند، بلغم را افزون می‌سازد و نفس را سنگین می‌نماید.

۲۰۲۵. امام علی علیه السلام: از [مداومت بر] خوردن ماهی، حذر کنید؛ چرا که ماهی، بدن را به سل، گرفتار می‌سازد.

۲۰۲۶. امام علی علیه السلام: کمتر ماهی بخورید؛ چرا که گوشتش بدن را نحیف می‌کند، بلغم را افزون می‌سازد و نفس را سنگین می‌نماید.

۲۰۲۷. امام باقر علیه السلام: این ماهی برای پرده چشم، بد است.

۲۰۲۸. امام صادق علیه السلام: سه چیز، چاق‌کننده‌اند و سه چیز، لاغرکننده: ... و اما آن سه چیز که لاغر می‌کنند، عبارت‌اند از: اعتیاد به خوردن تخم‌مرغ و ماهی و شکوفه خرما.

۲۰۲۹. امام صادق علیه السلام: [پیوسته] خوردن ماهی، بدن را ذوب می‌کند.

۲۰۳۰. امام کاظم علیه السلام: [پیوسته خوردن] ماهی تازه، بدن را ذوب می‌کند.

۲۰۳۱. امام کاظم علیه السلام: [پیوسته خوردن] ماهی تازه، پیه چشمان را ذوب می‌کند.^۱

اظهار نظر

با آن‌که سند احادیث نهی‌کننده از «پیوسته خوردن گوشت ماهی»، ضعیف است، اما نقل فراوان این مضمون، به‌گونه‌ای است که می‌تواند برای پژوهشگران، نوعی گمان را به صدور این دسته از احادیث، به وجود آورد. با وجود این، برای اظهار نظر قطعی در این باره، بررسی علمی و آزمایشگاهی ضرورت دارد.

ر.ک: ج ۲، ص ۱۱۷ (آداب خوردن گوشت).

۱. در المحاسن، از امام صادق علیه السلام و با عبارت «منخ چشمان را ذوب می‌کند» آمده است.

الفصل السادس والخمسون

الْلَوِيَا

٢٠٣٢. الإمام الصادق عليه السلام: الْلَوِيَا يَطْرُقُ الرِّيحَ الْمُسْتَبْطِنَةَ.^١



مركز تحقيقات کتب و نشر در علوم اسلامی

١. الکافي، ج ٦، ص ٢٤٤، ح ٤.

فصل پنجاه و هشتم

لوبیا

۲۰۳۲. امام صادق علیه السلام: لوبیا، بادهای نهفته درون را دور می‌کند.



بیان

علامه مجلسی می‌گوید:

صاحب بحر الجواهر گفته است: لوبیا از دانه‌های معروف، در طبع خود، گرم، و دارای پیوستگی معتدل است. برخی نیز گفته‌اند: سرد و خشک است، از خون نفاس پاک می‌کند، خون قاعدگی و پیشاب را به جریان می‌اندازد، بدن را رطوبت و خرمی می‌دهد و جنین و جفت را می‌اندازد.^۱

الفصل السابع والخمسون

الماشى

٢٠٣٣. مكارم الأخلاق عن الإمام الرضا عليه السلام - وَقَدْ سَأَلَهُ بَعْضُ أَصْحَابِهِ عَنِ الْبَهَقِ - :
خُذِ الْمَاشَ الرُّطْبَ فِي أَيَّامِهِ، وَذُقْهُ مَعَ وَرْقِهِ، وَاعْصِرِ الْمَاءَ وَاشْرَبْهُ عَلَى
الرَّيْقِ، وَاطْلُبْهُ عَلَى الْبَهَقِ.
قَالَ: فَقَعَلْتُ، فَعُوفِيتُ.^١

٢٠٣٤. الكافي عن أحمد بن الحسن الجلاب عن بعض أصحابنا، قال: شكا رجلٌ
إلى أبي الحسن عليه السلام البَهَقَ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَطْبَخَ الْمَاشَ وَيَتَحَسَّاهُ، وَيَجْعَلَهُ فِي
طَعَامِهِ.^٢

١. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٦، ح ١٣٧٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٦، ح ١.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٤٤، ح ١، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤٠٦، ح ١٣٧٨ نحوه، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٥٦، ح ٢.

فصل پنجاه و هفتم

ماش

۲۰۳۳. مکارم الأخلاق - به نقل از یکی از یاران امام رضا علیه السلام که از ایشان دربارهٔ بَهک^۱ پرسید - : امام رضا علیه السلام فرمود: «قدری ماش تازه را در فصل برداشت آن بردار و همراه با برگش بکوب و سپس بفشر تا آبش گرفته شود. این آب را در حالت ناشتا بخور و بر قسمت‌های بَهک زده پوست نیز بمال».

این کار را انجام دادم و بهبود یافتم.

۲۰۳۴. الکافی - به نقل از احمد بن حسن بن جلاب، از یکی از هم‌مسلمانان ما - : مردی نزد امام کاظم علیه السلام از بَهک، اظهار ناراحتی کرد. امام علیه السلام به او فرمود که ماش را بپزد و از آن، نوشاکی بسازد و آن را در غذای خویش بریزد.

بیان

علامه مجلسی می‌گوید:

[فیروزآبادی] در قاموس گفته است: ماش، دانه‌ای است شناخته‌شده با طبعی معتدل و ستوده، برای تہدار و سرماخوردہ، سودمند است، مُلین است و چون در سرکه پخته شود، برای گری‌های چرکین، سودمند است. پماد حاصل از آن، اندام‌های گرفتار به ضعف و سستی را تقویت می‌کند.

۱. معنای آن در ج ۱، صفحه ۵۱۵ گذشت.

الفصل الثامن والخمسون

الملح

٢٠٣٥. رسول الله ﷺ: إِنَّ اللَّهَ ﷻ أَوْحَى إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ أَنْ: إِبْدَأْ بِالْمِلْحِ وَاخْتِمِ بِالْمِلْحِ؛ فَإِنَّ فِي الْمِلْحِ دَوَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً، أَهْوَنُهَا الْجُنُونُ، وَالْجُذَامُ، وَالْبَرَصُ، وَوَجَعُ الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ.^١
٢٠٣٦. الإمام الباقر ﷺ: كَانَ فِيمَا أَوْصَى بِهِ رَسُولُ اللَّهِ ﷻ عَلِيًّا ﷺ أَنْ قَالَ: يَا عَلِيُّ، افْتَتِحْ طَعَامَكَ بِالْمِلْحِ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً، مِنْهَا: الْجُنُونُ، وَالْجُذَامُ، وَالْبَرَصُ، وَوَجَعُ الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ.^٢
٢٠٣٧. رسول الله ﷺ: مَنْ أَكَلَ الْمِلْحَ قَبْلَ كُلِّ شَيْءٍ وَبَعْدَ كُلِّ شَيْءٍ، رَفَعَ اللَّهُ عَنْهُ ثَلَاثِمِئَةً وَثَلَاثِينَ نَوْعاً مِنَ الْبَلَاءِ، أَهْوَنُهَا الْجُذَامُ.^٣
٢٠٣٨. الكافي عن محمد بن مسلم [عن الإمام الباقر ﷺ]: إِنَّ الْعَقْرَبَ لَسَعَتْ

١. المحاسن، ج ٢، ص ٤٢٥، ح ٢٤٩٠ عن الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٩٨، ح ٢١.

٢. المحاسن، ج ٢، ص ٤٢٥، ح ٢٤٨٨ عن الإمام الكاظم عن أبيه ﷺ، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٠٧، ح ٩٧٥ من دون إسناد إلى الإمام الباقر ﷺ وزاد فيه «واختتم به» بعد «بالمِلح»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٣٩٨، ح ٢٠.

٣. مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٤١٢، ح ١٣٩٥ عن عائشة، طب النبي ﷺ، ص ٤: الفردوس، ج ٣، ص ٥٨٩، ح ٥٨٤٥ عن عائشة.

٤. ما بين المعقوفين أثبتناه من المحاسن.

فصل پنجاه و هشتم

نمک

۲۰۳۵. پیامبر خدا ﷺ: خداوند ﷻ به موسی بن عمران وحی کرد که: «با نمک، آغاز کن و با نمک، پایان ده؛ چرا که درمان هفتاد درد، در نمک است و کمترین این دردها دیوانگی، جذام، پیسی، گلودرد، دندان درد و شکم درد است.»

مرکز تحقیقات کبیر مدرسه سیدی

۲۰۳۶. امام باقر ﷺ: از سفارش های پیامبر خدا به علی ﷺ این بود که فرمود: «ای علی! غذای خویش را با نمک، آغاز کن؛ چرا که درمان هفتاد درد، در نمک است و دیوانگی، پیسی، گلودرد، دندان درد و شکم درد، از جمله این دردهاست.»

۲۰۳۷. پیامبر خدا ﷺ: هر کس پیش از هر چیز و پس از هر چیز، نمک بخورد، خداوند سیصد و سی نوع بلا را که کمترینش جذام است، از او برمی دارد.

۲۰۳۸. الکافی - به نقل از محمد بن مسلم، از امام باقر ﷺ - : کژدمی، پیامبر خدا را نیش زد. پیامبر ﷺ فرمود: «خدایت لعنت کند که هیچ برایت تفاوتی

رَسُولَ اللَّهِ ﷺ، فَقَالَ: لَعَنَكَ اللَّهُ! فَمَا تُبَالِينَ مُؤْمِنًا آذَيْتِ أُمَّ كَافِرًا. ثُمَّ دَعَا بِالْمِلْحِ فَذَلَّكَهُ فَهَدَّاتُ^۱.

ثُمَّ قَالَ أَبُو جَعْفَرٍ ﷺ: لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي الْمِلْحِ مَا بَغَوْا مَعَهُ دِرْيَاقًا^۲.
 ۲۰۳۹. الإمام عليّ ﷺ: مَنْ ابْتَدَأَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ؛ ذَهَبَ عَنْهُ سَبْعُونَ دَاءً وَمَا لَا يَعْلَمُهُ إِلَّا اللَّهُ ﷻ.^۳
 ۲۰۴۰. الكافي عن سعد الإسكاف عن الإمام الباقر ﷺ: إِنَّ فِي الْمِلْحِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً، أَوْ قَالَ: سَبْعِينَ نَوْعًا مِنْ أَنْوَاعِ الْأَوْجَاعِ.

ثُمَّ قَالَ: لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي الْمِلْحِ مَا تَدَاوَوْا إِلَّا بِهِ^۴.
 ۲۰۴۱. الإمام الصادق ﷺ: مَنْ ذَرَّ عَلَى أَوَّلِ لُقْمَةٍ مِنْ طَعَامِهِ الْمِلْحَ؛ ذَهَبَ عَنْهُ يَنْمَشُ الْوَجْهِ^۵.

۲۰۴۲. عنه ﷺ: إِنَّ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانُوا يَسْتَفْتِحُونَ بِالْخَلِّ وَيَخْتِمُونَ بِهِ، وَنَحْنُ نَسْتَفْتِحُ بِالْمِلْحِ وَنَخْتِمُ بِالْخَلِّ^۶.



راجع: ج ۱: ص ۲۷۰ (ما يمنع الجنون / الملح)، ج ۱: ص ۴۸۰ (صحة الجلد / افتتاح الطعام بالملح)، ج ۲: ص ۸۰ (آداب أكل الطعام / افتتاح الطعام بالملح والاختتام به أو بالخل)، ج ۲: ص ۳۳۴، ح ۱۷۵۷.

۱. في المصدر: «فهدت»، والتصويب من مرآة العقول وبحار الأنوار.
۲. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۷، ح ۹، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۲، ح ۲۴۷۷، بحار الأنوار، ج ۶۴، ص ۲۷۳، ح ۴۱.
۳. الخصال، ص ۶۲۳، ح ۱۰ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم عن الإمام الصادق عن آبائه ﷺ، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۴، ح ۲۴۸۳ عن محمد بن مسلم عن الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۷، ح ۱۳.
۴. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۶، ح ۳، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۱، ح ۲۴۷۴ عن سعد الإسكاف عن الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۴، ح ۲.
۵. الكافي، ج ۶، ص ۳۲۶، ح ۸، المحاسن، ج ۲، ص ۴۲۶، ح ۲۴۹۱ وفيه «ذهب الله عنه» يدل «ذهب عنه»، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۹، ح ۲۲.
۶. الكافي، ج ۶، ص ۳۳۰، ح ۱۲ عن سليمان الديلمي، كتاب من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۳۵۷، ح ۴۲۵۸ نحوه، مكارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۰۷، ح ۹۷۸ وليس فيه صدره، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۳۹۹، ح ۲۴.

نمی‌کند که مؤمنی را بگزری یا کافری را!!».

سپس قدری نمک خواست و بر جای گزش مالید و در نتیجه درد، فرو نشست.

اگر مردم از آنچه در نمک هست، آگاهی داشتند، با وجود آن، دیگر هیچ پادزهری نمی‌جستند.

۲۰۳۹. امام علی علیه السلام: هر کس غذای خود را با نمک آغاز کند، هفتاد درد و دردهای بسیار دیگری - که کسی جز خداوند تعالی آنها را نمی‌داند - از وی دور می‌شوند.

۲۰۴۰. الکافی - به نقل از سعد اسکاف - : امام باقر علیه السلام فرمود: «همانا در نمک، شفای هفتاد درد است» یا فرمود: «هفتاد نوع از انواع درد».

سپس فرمود: «اگر مردم می‌دانستند که در نمک چه خواصی هست، خود را جز به آن، مداوا نمی‌کردند».

۲۰۴۱. امام صادق علیه السلام: هر کس بر نخستین لقمه از غذای خود نمک بپاشد، گک‌مک صورت او از میان می‌رود.

۲۰۴۲. امام صادق علیه السلام: بنی اسرائیل، [غذای خود را] با سرکه آغاز می‌کردند و با همان نیز به پایان می‌بردند؛ ولی ما با نمک آغاز می‌کنیم و با سرکه به پایان می‌بریم.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۷۱ (آنچه مانع دیوانگی می‌شود/نمک).

ج ۱، ص ۴۸۱ (بهداشت پوست/آغاز کردن غذا با نمک).

ج ۲، ص ۸۱ (آداب غذا خوردن/آغاز کردن غذا با نمک و به پایان بردن آن با نمک یا سرکه).

ج ۲، ص ۲۳۳، ح ۱۷۵۶.

الفصل التاسع والخمسون

الهريسَة

٢٠٣٣. رسول الله ﷺ: أتاني جبرئيل ﷺ فَأَمَرَنِي بِأَكْلِ الْهَرِيسَةِ، لِيَشْتَدَّ ظَهْرِي، وَأَقْوَى

بِهَا عَلَى عِبَادَةِ رَبِّي^١.

٢٠٣٤. الإمام عليّ ﷺ: عَلَيْكُمْ بِالْهَرِيسَةِ؛ فَإِنَّهَا تُنْشِطُ لِلْعِبَادَةِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، وَهِيَ مِنْ

الْمَائِدَةِ الَّتِي أَنْزَلْتَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ^٢.

٢٠٣٥. الإمام الصادق ﷺ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ شَكَا إِلَى رَبِّهِ ﷻ وَجَعَ الظَّهْرِ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ

الْحَبِّ بِاللَّحْمِ، - يَعْنِي الْهَرِيسَةَ -^٣.

٢٠٣٦. عنه ﷺ: إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ شَكَا إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ وَقِلَّةَ الْجَمَاعِ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ

الْهَرِيسَةِ^٤.

١. المحاسن، ج ٢، ص ١٦٩، ح ١٤٧٠ عن عبدالله بن سنان عن الإمام الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦،

ص ٨٦، ح ٢.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣١٩، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ١٦٩، ح ١٤٧١ كلاهما عن صالح بن رزين عن الإمام

الصادق ﷺ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٦، ح ٣.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٢٠، ح ٣، المحاسن، ج ٢، ص ١٦٩، ح ١٤٦٩، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٦، ح ١

وص ١٧٤، ح ١٦.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣١٩، ح ٢، المحاسن، ج ٢، ص ١٦٩، ح ١٤٦٨ كلاهما عن عبدالله بن سنان،

بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٨٦، ح ١.

فصل پنجاه و نهم

هَلِیم

۲۰۴۳. پیامبر خدا ﷺ: جبرئیل، نزد من آمد و مرا به خوردن هَلِیم^۱، فرمان داد تا یُشتم قوی شود و با آن، توان بندگی پروردگار خویش بیابم.

۲۰۴۴. امام علی علیه السلام: بر شما باد هَلِیم؛ چرا که تا چهل روز، نشاط عبادت می‌دهد. آن خود، جزئی از سفره آسمانی‌ای است که بر پیامبر خدا فرو فرستاده شد.

۲۰۴۵. امام صادق علیه السلام: پیامبر خدا، از درد پشت، به درگاه پروردگار خویش ﷻ نالید. خداوند، او را به خوردن گندم همراه با گوشت (یعنی همان هَلِیم) فرمان داد.

۲۰۴۶. امام صادق علیه السلام: یکی از پیامبران، از ضعف و کمی توان آمیزش، به درگاه خداوند ﷻ اظهار ناراحتی کرد. خداوند، او را به خوردن هَلِیم، فرمان داد.

۱. هَلِیم یا همان هَرِیسه که به غلط با املای «حَلِیم» نوشته می‌شود، غذایی است که از پختن گندم و گوشت و کوبیدن آنها به دست می‌آید (ر.ک: فرهنگ معین).

۲۰۴۷. الکافی عن أيوب بن نوح : حَدَّثَنِي مَنْ أَكَلَ مَعَ أَبِي الْحَسَنِ الْأَوَّلِ عليه السلام هَرِيَسَةً
بِالْجَاوَرِسِ، وَقَالَ: أَمَا إِنَّهُ طَعَامٌ لَيْسَ فِيهِ ثِقَلٌ وَلَا لَهُ غَائِلَةٌ، وَإِنَّهُ أَعْجَبَنِي،
فَأَمَرْتُ أَنْ يُتَّخَذَ لِي، وَهُوَ بِاللَّبَنِ أَنْفَعُ وَاللَّيْنُ فِي الْمَعِدَةِ.^۱



۱. الکافی، ج ۶، ص ۲۴۴، ح ۱، بحار الأنوار، ج ۶۶، ص ۲۵۷، ح ۴.

۲۰۴۷. الکافی - به نقل از ایوب بن نوح - : یکی از کسانی که با امام کاظم علیه السلام هَلیم گاؤرس^۱ خورده بود، برای من نقل کرد که امام علیه السلام فرمود: «هان که آن، غذایی است بدون سنگینی و عارضه. بدان علاقه دارم و خواسته‌ام تا برایم آماده کنند. آن، همراه با شیر، سودمندتر و در معده نیز نرم‌تر است».



۱. معنای گاؤرس درج ۱، ص ۴۳۷ گذشت.

علامة مجلسی می‌گوید: در بحر الجواهر آمده است: «جاؤرس، معرّب گاؤرس است. این گیاه در همه احوال، از دخن، بهتر است، هر چند از آن، قابض‌تر است. سرد است در نخست و خشک در دوم. قابض و خشک‌کننده است. درد را تسکین می‌دهد. چون در آب پخته شود و در حالتی که همچنان گرم است بر موضع نهاده شود، نفخ‌ها را می‌گشاید و خون تازه تولید می‌کند. اگر با شیر پخته شود، زیانش کمتر است. ارزش غذایی کمی دارد و دیر هضم است».

ابن بیطار گفته است: «نزد طبیبان، گاؤرس، یکی از دو گونه دخن است؛ نوعی یا دانه‌های ریزتر، سفت‌تر و خاکی‌رنگ که نزد همه راویان، همان دخن است، هر چند از میان آنها تنها ابو حنیفه دینوری گفته است: دخن، دو گونه است: یکی دارای رنگ روشن و دانه‌های ریزتر، و دیگری نوعی صاف‌پهل و سنگین‌تر که به هنگام جابه جایی صدای کمتری ایجاد می‌کند». همو گفته است: «گاؤرس، پارسی، و دخن، معادل عربی آن است».

ابن ماجه گفته است: «چون با شیر، پخته و از آن، آردی تهیه شود و به نوشاکی بدل گردد و قدری چربی نیز بدان افزوده شود، بدن را به خوبی تغذیه می‌کند. آن، از دخن، بهتر، تغذیه‌کننده‌تر و دارای گوارشی سریع‌تر است و در مقایسه با آن، طبع را کمتر محبوس می‌دارد» (بحار الأنوار: ج ۶۶ ص ۵۷).

الفصل الستون

الهَنْدَبَاءُ

٢٠٤٨. رسول الله ﷺ : الهَنْدَبَاءُ سَيِّدُ الْبُقُولِ^١.

٢٠٤٩. الإمام عليّ عليه السلام : كُلُّوا الْهِنْدَبَاءَ ، فَمَا مِنْ صَبَاحٍ إِلَّا وَتَنْزِلُ عَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ ،

فَإِذَا أَكَلْتُمُوهَا فَلَا تَنْقُضُوهَا^٢.

٢٠٥٠. الإمام الصادق عليه السلام : نَعَمْ الْبَقْلُ الْهِنْدَبَاءُ ، وَلَيْسَ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا وَعَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ ،

فَكُلُّوها وَلَا تَنْقُضُوهَا عِنْدَ أَكْلِهَا . وَكَانَ أَبِي عليه السلام يَنْهَانَا أَنْ نَنْقُضَهُ إِذَا أَكَلْنَاهُ^٣.

٢٠٥١. عنه عليه السلام : مَنْ بَاتَ فِي جَوْفِهِ سَبْعُ طَاقَاتٍ مِنَ الْهِنْدَبَاءِ ، أَمِنَ مِنَ الْقَوْلَنْجِ لَيْلَتَهُ

تِلْكَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ^٤.

١. المحاسن، ج ٢، ص ٣١٣، ح ٢٠٤٩ عن مسعدة بن زياد عن الإمام الصادق عن أبيه عليه السلام ، الكافي، ج ٦،

ص ٣٦٣، ح ٥ عن زياد عن الإمام الصادق عليه السلام ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٨، ح ١٦.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ٨ عن أبي بصير، المحاسن، ج ٢، ص ٣١١، ح ٢٠٣٧ عن مثنى بن زياد وكلاهما

عن الإمام الصادق عليه السلام ، الخصال، ص ٦٣٦، ح ١٠ عن أبي بصير ومحمد بن مسلم ، طب الأئمة لابني بسطام،

ص ١٣٧ عن محمد بن أبي زينب وكلاهما عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام ، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٤،

ح ١٢٩٠ كلها نحوه ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٧، ح ٦.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ٤، المحاسن، ج ٢، ص ٣١١، ح ٢٠٤٠ كلاهما عن السكوني ، بحار الأنوار،

ج ٦٦، ص ٢٠٧، ح ٩.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ١، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٣، ح ٢٠٤٨ وفيه «ورقات» بدل «طاقات» وكلاهما

عن المثنى بن الوليد ، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٨، ح ١٥.

فصل ششم کاسنی

۲۰۴۸. پیامبر خدا ﷺ: کاسنی^۱ مهتر همه سبزی‌هاست.

۲۰۴۹. امام علی علیه السلام: کاسنی بخورید، که هیچ صبحی نیست، مگر این که قطره‌ای از بهشت بر آن، فرو می‌افتد. چون خواستید آن را بخورید، قطره‌های آب را از رویش فرو متکانید. *مرکز تحقیقات کبیر مدرسه ارسنوی*

۲۰۵۰. امام صادق علیه السلام: کاسنی، نکو سبزی‌ای است. هیچ برگ‌ی از آن نیست که قطره‌ای از بهشت بر آن نباشد. آن را بخورید و به گاه خوردن، متکانید. پدرم علیه السلام ما را نهی می‌فرمود که به هنگام خوردن کاسنی، آن را بتکانیم.

۲۰۵۱. امام صادق علیه السلام: هر کس در حالی بخوابد که در درون او، هفت تاکه کاسنی باشد، به خواست خداوند، آن شب از قولنج، در امان است.

۱. این گیاه، دارای دو نوع: دشتی و باغی است، و خود، دو گونه است: پهن‌برگ و باریک‌برگ، و حکم کاهو را دارد (القانون فی الطب: ص ۶۸).

٢٠٥٢. عنه عليه السلام : عَلَيْكَ بِالْهَنْدَبَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْمَاءِ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ، وَهُوَ حَارٌّ لَيْنٌ يَزِيدُ فِي الْوَلَدِ الذُّكُورَةَ^١.

٢٠٥٣. الإمام الصادق عليه السلام : مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَكْثُرَ مَأْوُهُ وَوَلَدُهُ ؛ فَلْيَدِمِنْ أَكْلَ الْهَنْدَبَاءِ^٢.

٢٠٥٤. الكافي عن محمد بن الفيص : تَغْدِيْتُ مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام وَعَلَى الْخِوَانِ بَقْلٌ ، وَمَعَنَا شَيْخٌ فَجَعَلَ يَتَنَكَّبُ الْهَنْدَبَاءَ .

فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام : أَمَّا أَنْتُمْ فَتَزْعُمُونَ أَنَّ الْهَنْدَبَاءَ بَارِدَةٌ ، وَلَيْسَتْ كَذَلِكَ وَلَكِنَّهَا مُعْتَدِلَةٌ ، وَقَضَلُهَا عَلَى الْبَقُولِ كَفَضَلْنَا عَلَى النَّاسِ^٣.

٢٠٥٥. الإمام الرضا عليه السلام : الْهَنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنْ أَلْفِ دَاءٍ ، مَا مِنْ دَاءٍ فِي جَوْفِ ابْنِ آدَمَ إِلَّا قَمَعَهُ الْهَنْدَبَاءُ^٤.

راجع: ج ١، ص ٢٦٦ (ما ينفع للصداع / الهندباء).

ج ١، ص ٤٠٠ ح ٦٧٦



- اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْ خَلَقْتَ فَسَوَيْتَ ، وَأَمَتٌ وَأَحْيَيْتَ ، وَأَمْرَضْتَ وَشَفَيْتَ وَعَاقَيْتَ وَأَبْلَيْتَ .
- اللَّهُمَّ يَا وَلِيَّ الْعَاقِيَةِ نَسْأَلُكَ الْعَاقِيَةَ ، عَاقِيَةَ تَتَبِعُهَا عَاقِيَةٌ ، شَاقِيَةٌ كَامِلَةٌ ، عَاقِيَةُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ .
- وَتَقَبَّلْ مِنَّا بِأَحْسَنِ قَبُولِكَ بِمُحَمَّدٍ وَآلِهِ ، يَا مُبَدِّلَ السَّيِّئَاتِ حَسَنَاتٍ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

١. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ٦، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٣، ح ٢٠٤٧، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٥، ح ١٢٩٥، طب الأئمة لابني بسطام، ص ١٣٠ وفيه «يحسن اللون»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٩، ح ٢٣ و ج ١٠٤، ص ٨٣، ح ٣٨.

٢. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٢، ح ٢ عن سفيان بن السمط، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٢، ح ٢٠٤٢ عن الإمام الرضا عليه السلام، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٤، ح ١٢٩٠ وفيه «فليكثر» بدل «فليدمن» وفيهما «ماله» بدل «مائه»، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٧، ح ١٠.

٣. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ٧، المحاسن، ج ٢، ص ٣١٣، ح ٢٠٥٠، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٨، ح ١٧.

٤. الكافي، ج ٦، ص ٣٦٣، ح ٩ عن محمد بن إسماعيل، مكارم الأخلاق، ج ١، ص ٣٨٥، ح ١٢٩٤، بحار الأنوار، ج ٦٦، ص ٢٠٩، ح ٢٣.

۲۰۵۲. امام صادق علیه السلام: بر تو باد کاسنی؛ چرا که آب (منی) را افزون می‌سازد و فرزند را نکو می‌کند. گرم و ملین است و پسرزایی را بیشتر می‌کند.^۱

۲۰۵۳. امام صادق علیه السلام: هر کس دوست دارد آب (منی) او و فرزندانش فراوان شود، بر خوردن کاسنی، مداومت ورزد.

۲۰۵۴. الکافی - به نقل از محمد بن فیض -: همراه با امام صادق علیه السلام ناهار می‌خوردم و قدری سبزی نیز بر سفره بود. در کنار ما پیرمردی بود که از کاسنی، دوری می‌گزید. امام علیه السلام فرمود: «گویا گمان می‌کنید که کاسنی، سرد است، در حالی که چنین نیست؛ بلکه معتدل است و برتری آن بر دیگر سبزی‌ها، به سان برتری ما بر دیگر مردمان است».

۲۰۵۵. امام رضا علیه السلام: کاسنی، درمان هزار درد است. هیچ دردی در درون آدمی زاده نیست، مگر این که کاسنی، آن را در هم می‌کوبد.

ر.ک: ج ۱، ص ۲۶۷ (آنچه برای سردرد، سودمند است / کاسنی).
ج ۱، ص ۴۱۱، ح ۶۷۶

- خداوندا! تو را سپاس که آفریدی و به اعتدال داشتی، میراندی و زنده ساختی، بیمار کردی و درمان نمودی، آسودگی بخشیدی و گرفتاری دادی.
- خداوندا، ای خداوندگار آسایش! از تو آسایش می‌طلبیم؛ آسایشی که در پی خود، همچنان آسایش بیاورد و خود، کامل و همه‌جاگیر باشد؛ آسایشی در هر دو سرای.
- به حق محمد و خاندان محمد، از ما به بهترین پذیرش، بپذیر، ای آن‌که بدی‌ها را به نیکی بدل می‌کنی، ای مهربان‌ترین مهربانان!

۱. در طب الأئمة علیهم السلام، عبارت «رنگ را نکو می‌کند» آمده است.



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

فهرست



۱. فهرست آیات ۲۹
۲. فهرست اشخاص .. *بزرگوارترین کتب و مؤلفان* ۵۱۲
۳. فهرست جمعیت‌ها و قبیله‌ها ۵۲۳
۴. فهرست ادیان، فرقه‌ها و مذاهب ۵۲۵
۵. فهرست بیماری‌ها و ناخوشی‌ها ۵۲۷
۶. فهرست خوراکی‌ها، داروها و ترکیبات دارویی ۵۳۱
۷. فهرست شهرها و مکان‌ها ۵۳۶
۸. فهرست زمان‌ها و روزها ۵۳۷
۹. فهرست منابع و مآخذ ۵۳۹
۱۰. فهرست تفصیلی ۵۵۷



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

(۱)

فہرست آیات

سورہ	آیہ	شمارہ آیہ	جلد / صفحہ
البقرہ	﴿وَقَوْدُهَا النَّاسُ وَالْجِبَارَةُ﴾	۲۴	۲۷۴/۲
	﴿صَفَرَاءُ فَاقِعٌ لَّوْنُهَا تَسُرُّ النُّظُرِينَ﴾	۶۹	۹۶/۱
	﴿وَإِذْ أَيْتَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ رَبُّهُ بِكَلِمَاتٍ﴾	۱۲۴	۵۳۴/۱
	﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ...﴾	۱۷۳	۸۰/۱
	﴿أَجَلٌ لَّكُمْ لَيْلَةٌ الصَّيَّامِ الرَّفَقْتُ إِلَيَّ تَسَاءَلُكُمْ﴾	۱۸۷	۶۱۴/۱
	﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى... الْمُنْتَطَهِّرِينَ﴾	۲۲۲	۵۹۸، ۵۷۶/۱
	﴿وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ﴾	۲۲۲	۶۰۰، ۵۷۶/۱
	﴿وَالْوَالِدَتُ يُرَضِعَنَّ أَوْلَدَهُنَّ حَوْلَيْنِ... بِصَبِيرٍ﴾	۲۳۳	۶۸۶/۱
	﴿وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ﴾	۲۳۳	۶۸۸/۱
آل عمران	﴿أَنِّي أَخْلُقُ لَكُمْ مِنَ الطَّيْنِ كَهَيْئَةِ الطَّيْرِ... وَالْأَبْرَصَ﴾	۴۹	۳۰۲/۱
	﴿وَأُبْرِئُ الْأَكْمَهَ وَالْأَبْرَصَ وَأَخِي الْمَوْتَىٰ بِإِذْنِ اللَّهِ﴾	۴۹	۱۹/۱
النساء	﴿مَنْ كَانَ يُرِيدُ ثَوَابَ الدُّنْيَا فَعِنْدَ اللَّهِ ثَوَابُ الدُّنْيَا...﴾	۱۳۴	۱۱/۱
	﴿وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا﴾	۱۲۵	۵۳۶/۱

المائدة	﴿يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ﴾	١٦	١١/١
الأنعام	﴿وَمَا لَكُمْ أَلَّا تَأْكُلُوا مِمَّا ذُكِّرَ عَلَيْكُمْ أَنَّهُ حَلَالٌ لَكُمْ...﴾	١١٩	٨٠/١
الأعراف	﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾	٣١	٩٦، ٩٢/٢، ٩٠/١
يوسف	﴿يَبْنِيْنَا بَنَاءَ وَبِيلَةٍ إِنَّا نَرَاكَ مِنَ الْمُحْسِنِينَ﴾	٣٦	١٨٢/١
	﴿وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا سَفِي عَلَى يَوْسُفَ وَأَبْيَضْتُ...﴾	٨٤	١٠٤/١
النحل	﴿وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ...﴾	٦٨	٣٩٦/٢
	﴿ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ...﴾	٦٩	٣٩٦/٢
	﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ... لِلنَّاسِ﴾	٦٩	٢٠٤، ٣٩٨/٢
	﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾	٦٩	٨٤/١
الإسراء	﴿إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾	٢٧	٦٠٨/١
	﴿قُلْ أَدْعُوا الَّذِينَ رَعَيْتُمْ مِن دُونِهِ فَلَا يَمْلِكُونَ كَشْفَ...﴾	٥٦	١٧٨/١
مريم	﴿وَهَزَىٰ إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقُ عَلَيْكَ وَطَبَا جَنِيًّا﴾	٢٥	٢٥٤/٢، ٦٨٠/١
	﴿وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا﴾	٦٢	١٥٨/٢، ٢٨٢/١
الأنبياء	﴿كُلُّ نَفْسٍ ذَا بَقَّةٍ الْمَوْتِ﴾	٣٥	٨٧/١
	﴿وَنَبِّلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ...﴾	٣٥	٨٩/١
الحج	﴿يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَيْتِ فَإِنَّا... يُتَوَفَّى﴾	٥	٦٤٨/١
المؤمنون	﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِن سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ﴾	١٢	٦٤٨/١
	﴿ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ﴾	١٣	٦٤٨/١
	﴿ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً...﴾	١٤	٦٤٨/١
الشعراء	﴿وَإِذَا مَرَضْتَ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾	٨٠	٥٢/١
فاطر	﴿وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا...﴾	١١	٦٥٠/١
فاطر	﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن...﴾	٦٧	٦٤٨/١

الشوری	﴿أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنْتَا وَيَجْعَلُ مَن يَشَاءُ عَاقِبَةً...﴾	۵۰	۶۵۸/۱
	﴿إِنَّهُ مَلِكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ يَهْبُ...﴾	۴۹	۶۵۸/۱
الأحقاف	﴿وَحَمَلُهُ رَوْحُصْنُهُ رَلْتَنُونَ شَهْرًا﴾	۱۵	۶۷۰/۱
الإنسان	﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ...﴾	۲	۶۵۰/۱
المرسلات	﴿أَلَمْ نَجْعَلِ الْأَرْضَ كِفَاتًا﴾	۲۵	۵۵۶/۱
	﴿أَحْيَاءَ وَأَمْوَاتًا﴾	۲۶	۵۵۶/۱



مرکز تحقیقات کلامی و تفسیری قرآنی



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

(۲)

فهرست اشخاص

- آدم ﷺ : ۳۲۸، ۳۱۴/۲، ۶۶۴، ۴۱۲، ۳۴/۱
ابن عباس : ۳۰۲، ۲۹۸، ۳۰۸، ۱۸۸، ۱۸۲/۱
ابراهیم بن اَبی یحیی : ۳۳۴/۱
ابراهیم بن بسطام : ۳۸۶/۲
ابراهیم بن الحسن الجعفری : ۱۸۶/۲
ابراهیم بن عمر الیمانی : ۱۸۲/۲
ابراهیم بن محمد الزارع البصري : ۲۲۶/۲
ابراهیم بن محمد المتطیب : ۲۲۰/۱
ابراهیم بن نظام : ۳۳۶/۲
ابراهیم الجعفی : ۳۵۲/۲
ابراهیم الخلیل ﷺ : ۵۲/۱، ۱۷۰، ۱۸۰، ۵۳۴
۵۳۶
ابلیس : ۳۴۸، ۵۴، ۵۲/۲
ابن اَبی عمیر : ۲۹۴، ۱۶۸/۱
ابن إسحاق : ۱۸۶/۱
ابن یکیر : ۳۸۴/۲
ابن سنان = عبد الله بن سنان
ابن عباس : ۳۰۲، ۲۹۸، ۳۰۸، ۱۸۸، ۱۸۲/۱
۵۲۴، ۶۲۴، ۶۶۶، ۶۸/۲، ۱۴۶
ابن عکاشة بن محسن الأسدي : ۴۱۰/۲
ابن عمر : ۱۹۸/۱
ابن القلاح : ۱۳۶/۲
ابن الکواء : ۷۶/۲
ابن محبوب : ۲۹۲/۱
أبو ابراهیم = الکاظم ﷺ
أبو إسحاق الطرسوسي : ۳۴/۱
أبو امامة : ۲۰۶/۱
أبو امامة بن سهل بن حنيف : ۲۱۸/۱
أبو بصرة الغفاري : ۴۰/۲
أبو بصير : ۱۸۴/۲، ۵۹۶، ۵۹۰، ۳۴۰، ۲۸۸/۱
أبو البلاد : ۴۶۲/۲
أبو جحيفة : ۶۰/۲
أبو جعفر ﷺ = الباقر ﷺ

أبو الحسن = الكاظم	أبو ولاد: ٢٠٢/١
أبو الحسن الأصبهاني: ٤٥٨/٢	أبو هاشم الجعفري: ٣٧٨/٢، ٣٨٠، ٤٧٢
أبو الحصين: ٤١٢/٢	أبو هريرة: ١١٤/١
أبو حمزة: ١٥٢/١	أبو هند الذاري: ٢٥٨/١، ٣٢٠/٢
أبو حمزة الثمالي: ١٣٢/٢، ٧٨/١	أبو يحيى الواسطي: ٣٧٠/١
أبو حنيفة: ٦٥٦/١	أحمد بن أبي عبد الله = أحمد بن محمد بن خالد
أبو خزامة: ٥٠/١	أحمد (بن إسحاق): ٧٤/١
أبو الخطاب: ٢٣٤/٢	أحمد بن بشار: ٣٤٤/١
أبو خيرة الصباحي: ٣٧٨/١	أحمد بن الحسن الجلاب: ٥١٤/١، ٤٩٢/٢
أبو ذر: ٢٥٨/٢، ٣١٨/١	أحمد بن عبد الله الأسدي: ٣٥٨/١
أبو رمة: ٥٤/١	أحمد بن محمد: ٣٣٨/١
أبو سعيد: ٢١٠/١	أحمد بن محمد بن أبي نصر: ٥٦٤/١، ٥٧٠
أبو سعيد الخدري: ٤٦/١، ٤٣٠، ٥٩٦	٩٤/٢، ٢٦٠، ٢٩٢، ٣٦٦
١٥٢، ١٤٦/٢	أحمد بن محمد بن خالد = أحمد بن أبي عبد
أبو شعبة الأسدي: ٥٣٠/١	الله: ٩٦/١، ٤٤٠/٢
أبو طيفور المتطبب: ٤٥٤/١	أحمد بن محمد بن يزيد: ٣٨٤/٢
أبو العباس البقباق: ٥٢٨/١	إدريس بن عبد الله: ١٢٦/٢
أبو عبد الله = الصادق	أرسطاطاليس: ١٣٦/١
أبو عروة: ٦٠٢/١	الأزرق بن سليمان: ٥٦٨/١، ١٨٨/٢
أبو عمرو: ٢٤٨/٢، ٤١٢/١	إسحاق (بن أم إسحاق): ٦٨٤/١
أبو عمير: ٣٥٤/٢	إسحاق بن عمار: ٤٥٠/١، ٤٧٢، ٥١٦، ٥٣٢
أبو فاخنة: ٢٠٢/١	٥٣٤، ٦٧٢
أبو كبشة الأنماري: ١٨٦/٢	إسحاق بن مطهر: ٢٣٦/٢
أبو محمد: ٣٤٢/٢	إسحاق الجريدي: ٤٣٦/١
أبو محمد = الحسن	إسماعيل: ٥٣٤/١، ٤٧٨/٢، ٤٨٠
أبو موسى: ٣٧٦/١	إسماعيل بن بزيع: ٥٩٤/١

جعفر بن أبی طالب : ۲۴۴/۲ : ۳۵۸، ۲۳۲/۱	الخضر : ۴۴۲/۲ : ۶۲۰/۱
جعفر بن إسماعیل : ۲۶/۲	خلف : ۲۸۸/۱
جمیل بن درّاج : ۹۲/۲	دانیال : ۶۶۸/۱
جمیل بن صالح : ۲۹۲/۱	داوود : ۲۶/۲
الحارث بن المغيرة : ۴۲۰/۱	داوود بن أبی داوود : ۴۳۸/۲
حزقیل : ۴۴۶/۱	داوود بن فرقد : ۲۷۸، ۲۷۶/۲
الحسن : ۲۵۶/۲	درست بن أبی منصور : ۲۳۸/۲
الحسن : أبو محمّد : ۴۶۲، ۲۱۸، ۸۸/۱	ذریح : ۴۲۸/۲ : ۲۹۲/۱
۶۱۸، ۶۷۶ : ۲۲۲، ۷۶/۲	ذریح المحاربی : ۴۴۸/۱
الحسن بن علی بن النّعمان : ۳۵۴/۲	الربیع : ۱۸۴/۱
الحسین : ۴۴۲، ۲۵۶/۲ : ۶۷۶، ۵۳۰/۱	الربیع صاحب المنصور : ۳۴/۱
الحسین بن خالد : ۱۳۰/۲ : ۶۵۰/۱	ربیعة بن اکثم : ۳۷۶/۱
الحسین بن یزید : ۳۶۰/۱	رسول الله ﷺ - النبی - محمّد : ۴۸، ۴۶، ۴۴/۱
حشر بن زیاد : ۱۹۰/۱	۵۴، ۵۰، ۷۶، ۸۰، ۸۲، ۱۰۰، ۱۱۲، ۱۱۴، ۱۱۶
حفص : ۵۴/۲	۱۱۸، ۱۴۴، ۱۵۶، ۱۶۴، ۱۶۶، ۱۷۴، ۱۷۶، ۱۸۰
حفص بن البختري : ۵۷۸/۱	۱۸۲، ۱۸۴، ۱۸۶، ۱۸۸، ۱۹۰، ۱۹۲، ۱۹۴، ۱۹۸
حفص بن غياث : ۵۲/۲	۲۰۰، ۲۰۲، ۲۰۶، ۲۰۸، ۲۱۰، ۲۱۲، ۲۱۸، ۲۲۸
الحلبی : ۴۵۰/۲ : ۵۳۰/۱	۲۳۲، ۲۵۸، ۲۶۲، ۲۶۴، ۲۶۶، ۲۷۶، ۲۹۰، ۳۰۲
حماد بن زكريّا : ۲۳۴/۲	۳۳۰، ۳۳۲، ۳۴۸، ۳۵۲، ۳۵۴، ۳۵۸، ۳۶۲، ۳۶۸
حمدان بن إسحاق : ۷۴/۱	۳۷۰، ۳۷۶، ۳۷۸، ۳۸۰، ۳۹۰، ۳۹۶، ۴۳۰، ۴۳۲
حمران : ۴۳۰/۱	۴۵۲، ۴۷۰، ۴۷۶، ۵۰۴، ۵۰۶، ۵۱۸، ۵۲۴، ۵۲۶
حمزة بن الطيّار : ۴۰۴/۲ : ۴۰۲/۱	۵۳۰، ۵۳۴، ۵۴۲، ۵۴۶، ۵۷۰، ۵۹۰، ۵۹۶، ۵۹۸
حنان : ۴۱۶، ۷۲/۲	۶۰۸، ۶۱۲، ۶۱۴، ۶۴۴، ۶۵۰، ۶۶۰، ۶۶۲، ۶۶۴
حنان بن سدير : ۶۴۶/۱	۶۶۶، ۶۷۶، ۶۸۰، ۶۸۲، ۶۸۴، ۷۲/۲ : ۳۴، ۴۰، ۴۲
خالد بن نجیح : ۴۳۶/۱	۵۸، ۶۰، ۶۲، ۶۶، ۶۸، ۸۰، ۹۰، ۹۶، ۱۰۰، ۱۰۲
خالد القنّاط : ۳۹۴/۱	۱۰۴، ۱۱۶، ۱۱۸، ۱۲۰، ۱۲۴، ۱۳۴، ۱۳۶، ۱۳۸

سالم الضرير: ٥٦٢/١	١٩٨، ١٩٦، ١٨٦، ١٦٨، ١٥٢، ١٥٠، ١٤٦، ١٤٢
سعد الإسكاف: ٢٩٦/٢	٢٥٨، ٢٥٦، ٢٥٤، ٢٥٠، ٢٤٨، ٢٤٤، ٢١٨، ٢٠٢
سعد بن سعد: ٢٧٨/٢؛ ٣٢٢/١	٣٤٤، ٣٢٢، ٣٢٠، ٣٢٨، ٣٢٠، ٢٩٦، ٢٩٠، ٢٦٢
سعد بن سعد الأشعري: ٦٨٨/١	٤١٠، ٤٠٢، ٣٩٤، ٣٩٢، ٣٩٠، ٣٨٨، ٣٥٠، ٣٤٨
سعد بن معاذ: ١٨٦/١	٢٥٤، ٢٣٦، ٢٣٤، ٢٢٨، ٢٢٦، ٢٢٤، ٢١٨، ٢١٤
سعید بن جناح: ٢٨٤/٢؛ ٢٧٤/١	٤٩٨، ٤٩٦، ٢٩٤، ٢٨٤، ٢٧٢، ٢٦٠
سلمان الفارسي: ١٢٨/١، ١٥٠، ١٥٢، ١٥٦؛ ٦٠/٢	٣٢٢، ٣٢٦، ٢٦٦، ٢٦٤، ٢٥٠/١
سلمة: ٢٣٦/٢	٥١٤، ٤٥٢، ٤٣٢، ٤١٦، ٤٠٠، ٣٩٨، ٣٩٤، ٣٨٠
سلمى أم رافع: ٥١٨/١	٢٩٢، ٢٦٠، ٢٣٠، ١٣٠، ٩٤/٢؛ ٦٨٨، ٥٧٠، ٥٦٤
سلمى (خادمة رسول الله ﷺ): ٢٤٦/١	٢٩٢، ٢٣٦، ٢٣٤، ٢٢٨، ٢٨٦، ٣٧٨، ٣٦٦، ٣٣٦، ٣٠٦
سليم: ٢٩٤/١	رضي الدين علي بن طاووس = ابن طاووس
سليمان بن جعفر الجعفري: ٣٢٢/١؛ ٧٠/٢	الرضي = الشريف الرضي
سليمان بن داود: ١٢٨/١؛ ٢٥٤/٢	رفيدة: ١٨٦/١
سماعة: ٩٦/٢	الزبير: ٣٢٢/٢
سهل بن زياد: ٢٧٨/٢	زرارة: ٣٩٠، ٣٥٦، ٢٣٢/٢؛ ٥٢٨، ٧٢/١
سهل بن سعد الساعدي: ١٨٤/١؛ ٢٥٤/٢	زكريا: ٦١٦/١
السياري: ٢٨٢، ٢٧٦، ٢٢٨، ٣٢٨/٢؛ ٢٧٦/١	زياد بن أبي الحلال: ٢٧٤، ١٦٤/٢
سيف: ٢٨٤/٢	زياد بن مروان - زياد القندي: ٢٦٠/١
سيف بن عميرة: ٨٤/١	٣٨٤، ٢٤٠، ١٨٨/٢
سيف النمار: ٣٨٠/٢	زياد القندي = زياد بن مروان
شبرمة: ٦٥٦/١	زيد بن أرقم: ٣٢٨، ٧٤/١؛ ٣٢٨/٢
شرحبيل بن مسلم: ٢٥٠/٢	زيد بن خالد الجهني: ٢٨٠/١
شعيب العرقوفي: ٦٠٢/١	زيد الشحام: ٣١٢/٢؛ ٢٦٢/١
الشمريل المتطلب: ٧٦، ٦٨/١	زين العابدين: ٢٠٤، ١٣٢/٢
	زينب (بنت رسول الله ﷺ): ٢٤٨/٢
	السائب بن يزيد: ٢٠٢/٢

طلحة بن زيد: ٣٤٦/٢	شهاب بن عبد ربه: ١٥٨/٢
طلحة بن عبيد الله: ٣٤٢، ٣٤٠، ٣٤٢/٢	شهر بن حوشب: ٦٢/١
طلحة بن عمرو: ٣٤٢/٢	صاحب الزمان (ع) = المهدي (ع)
عائذ بن حبيب بن جاع الهروي: ١٠٢/٢	الصادق (ع): ٣٤/١، ٣٦، ٤٠، ٥٤، ٧٢، ٧٤، ٧٨
عائشة: ٨٠/٢، ٥٢٦، ٥٠٦، ٣٣٢، ٢٠٨/١	٨٢، ٨٤، ٩٦، ١٦٦، ١٦٨، ١٧٢، ١٨٢، ٢٠٤، ٢٠٦
١٦٨، ١٣٤، ١٠٤	٢٧٤، ٢٧٦، ٢٨٦، ٢٨٨، ٢٩٢، ٢٩٤، ٣٣٤، ٣٣٨
عامر بن الطقیل العامري: ٤٠٢/٢	٣٤٠، ٣٤٦، ٣٥٨، ٣٧٠، ٣٨٠، ٣٨٤، ٣٨٦، ٣٨٨
عامر بن مالك: ٤٠٢/٢	٤٠٠، ٤١٤، ٤٢٠، ٤٣٠، ٤٣٤، ٤٣٦، ٤٤٢، ٤٤٨
عبد الله بن إبراهيم الجعفري: ١٨٢/٢	٤٥٠، ٤٦٢، ٤٧٢، ٤٧٤، ٤٨٨، ٥٠٢، ٥١٤، ٥١٦
عبد الله بن أبي طلحة: ١٨٨/١	٥٢٠، ٥٢٢، ٥٣٤، ٥٣٨، ٥٤٠، ٥٤٤
عبد الله بن أبي يعفور: ٥٢٨، ٢٨٦/١	٥٦٢، ٥٦٤، ٥٦٨، ٥٧٨، ٥٩٦، ٦٠٠، ٦٠٢، ٦٠٤
عبد الله بن بريدة: ٤٠٢/٢	٦٤٦، ٦٥٦، ٦٧٦، ٦٨٤، ٧٠٠/٢، ٧٠٢، ٧٠٤، ٧٠٦، ٧٠٨
عبد الله بن التيهان: ٢٩٤، ٣٩٢/٢	٦٦، ٦٨، ٧٢، ٧٨، ٨٦، ٩٢، ٩٦، ١٠٢، ١٠٤، ١٢٤، ١٢٦
عبد الله بن جعفر - عبد الله بن جعفر بن أبي	١٣٤، ١٣٦، ١٣٨، ١٥٨، ١٦٤، ١٨٢، ١٨٤، ١٨٦
طالب: ٢٥٨، ١٧٦/١، ٢٥٤، ٢٢٤، ٢٥٤	١٨٨، ١٩٤، ٢٢٦، ٢٢٨، ٢٣٠، ٢٣٤، ٢٣٦، ٢٣٨
عبد الله بن حسن: ١٧٦/١	٢٤٠، ٢٤٨، ٢٥٠، ٢٦٨، ٢٧٢، ٢٧٦، ٣١٢، ٣١٦
عبد الله بن زيد: ١٩٢/١	٣٢٦، ٣٢٨، ٣٣٢، ٣٤٦، ٣٥٢، ٣٥٤، ٣٧٦، ٣٨٠
عبد الله بن سنان: ٥٦٨، ٥١٤، ٢٠٤/١	٣٨٢، ٣٨٨، ٣٩٠، ٤١٠، ٤١٦، ٤٢٨، ٤٣٤
٤٧٤/٢	٤٥٠، ٤٥٨، ٤٦٤، ٤٧٤، ٥٠٤
عبد الله بن سوريا: ٦٦٤/١	صالح (بن عبد الله بن جعفر): ١٧٦/١
عبد الله بن عبد الرحمن المعروف	صعصعة بن صوحان: ٣١٦/٢
بالصفواني: ٣٩٨/١	صفوان بن أمية: ١٢٠/٢
عبد الله بن مالك: ٣٤/١	صهيب: ١٠٠/٢
عبد الله بن محمد الجعفي: ٢١٤/٢، ٣٨٤/١	الضحاک بن مزاحم: ٧٠/١
عبد الرحمن: ٥٢٤/١	طارق بن سويد الجعفي: ٨٢/١
عبد الرحمن بن أبي عبد الله: ٥٢٤/١	طلحة: ٣٤٢/٢

عبد الرحمن بن الجهم: ٢٤٨/١	علي بن محمد بن أشيم: ٢٣٠/٢؛ ٤٥٢/١
عبد الرحمن بن الحجاج: ٥٧٨/١	علي بن مهزيار: ٤٨٢/٢؛ ٥٩٤/١
عبد الرحمن بن سالم: ٦٥٦، ٦١٠/١	علي بن يقطين: ٦٠٠، ٢٩٤، ٢٦٤/١
عبد الرحمن بن سيابة: ٦٧٠/١	عمار بن ياسر: ٧٤/١
عبد الرحمن بن كثير: ٢٣٦/١	عمران بن الحصين: ١٦٤/١
عبد الرحمن الهاشمي: ٢٠٦/٢	عمر بن أبي حسنة الجمال: ٢٢٦/٢؛ ٦٣٤/١
عبد الملك بن عمرو: ٦٠٠/١	عمر بن أبي سلمة: ٨٠/٢
عبيد الله الحلبي: ٦٨٤/١	عمر بن اذينة: ٥١٦/١
عثمان: ٢٩٠/١	عمر بن توبة: ٢٩٤/١
عذافر الصيرفي: ٦٠٢/١	عمر (بن الخطاب): ٤٨٢/٢؛ ٦٧٠/١
العرزمي: ١٧٢/١	عمرو الأفرق: ٥٩٦/١
العسكري: ٣٣٨، ٧٤/١	عمرو بن إبراهيم: ٣١٤/٢
عطية بن عامر الجهني: ٦٠/٢	عتوان البصري: ٨٢/٢
علي بن أمير المؤمنين: ٨٨، ٧٤، ٧٠/١	عبيثة: ٣٧٦/٢
٢٥٢، ٢٠٢، ١٩٦، ١٨٦، ١٨٤، ١٥٢، ١٥٠، ١٤٢	عيسى بن عبد الرحمن: ٢١٠/٢
٤٣٠، ٣٧٨، ٣٦٢، ٣٥٦، ٢٨٤، ٢٧٠، ٢٦٨، ٢٥٨	عيسى بن عيسى بن مريم -
٦٠٤، ٥٩٨، ٥٨٤، ٥٢٦، ٥٠٠، ٤٩٨، ٤٩٢، ٤٨٠	المسيح: ٢٥٢، ٢٠٨، ١١٨/٢؛ ٥٦٨، ٦٦/١
٦٧٠، ٦٦٨، ٦٢٤، ٦١٨، ٦١٢، ٦١٠، ٦٠٨، ٦٠٦	٣٩٢
١٤٨، ١٤٢، ١٢٦، ٩٨، ٧٦، ٧٢/٢؛ ٦٨٢، ٦٧٢	العيص بن القاسم: ٢٦٤/٢
٤١٢، ٣٩٢، ٣٤٨، ٣٣٢، ٣١٦، ٢٦٢، ٢٣٢، ١٩٨	غزوة بن عمرو: ١٩٤/١
٤٨٢، ٤٥٤، ٤٥٢، ٤٢٨، ٤٢٠، ٤٢٨، ٤٢٦، ٤١٤	فاطمة الزهراء: ٢٢٠، ٢٥٠/٢؛ ١٨٦/١
٤٩٤	فرات بن أحنف: ٥٠٢، ٢٤٢، ٢٨٦، ٢٣٢/١
علي بن أبي علي الهبي: ١٦٤/٢	٢٣٤، ١٣٤/٢
علي بن أسباط: ٢٧٤، ٢٨٨، ٢٦٤/١	فضال: ٥٤٠/١
علي بن جعفر: ١٣٨/٢؛ ٨٠/١	الفضل: ٥٩٦/١
علي بن سليمان: ٢١٦/١	فضل بن يونس الكاتب: ٣٦٢، ٣٦٠/١
علي بن محمد: ٣٧٨/١	قائد بن طلحة: ٨٢/١

القاسم بن مسلم : ۱۴۸/۲	محمد بن صالح الخثعمي : ۲۲۲/۲
قليب : ۳۰۲/۱	محمد بن عرقه : ۲۶۰/۲
قنبر : ۱۸۴/۱	محمد بن علي الهمداني : ۳۰۶/۲ : ۲۵۰/۱
قيس بن الربيع : ۷۶/۱	محمد بن عمر : ۱۹۴، ۱۹۲/۱
الكاظم عليه السلام - أبو ابراهيم - أبو الحسن - العالم -	محمد بن عمرو بن ابراهيم : ۲۴۶/۱
موسی بن جعفر : ۲۳۸، ۱۷۴، ۸۴، ۸۰، ۷۸/۱	محمد (بن عیثمة) : ۳۷۶/۲
۲۴۶، ۲۵۲، ۲۸۸، ۲۹۴، ۳۴۲، ۳۴۴، ۳۵۴، ۳۶۰	محمد بن عيسى : ۱۲۴/۲
۳۶۲، ۳۸۴، ۴۰۲، ۴۰۴، ۴۵۴، ۴۶۰، ۴۶۶، ۵۱۴	محمد بن الفضل النيسابوري : ۲۶۸/۲
۵۱۶، ۵۹۴، ۶۰۰، ۶۰۲، ۶۲۴، ۶۵۰، ۶۷۲، ۷۲/۲	محمد بن الفيض : ۵۰۴، ۲۳۸/۲ : ۴۷۴/۱
۷۰، ۷۲، ۱۳۸، ۱۶۶، ۱۸۸، ۱۹۸، ۲۲۶، ۲۴۰، ۲۷۲	محمد بن المنثري : ۱۴۰/۲
۲۷۸، ۲۹۰، ۲۹۲، ۳۸۴، ۴۰۴، ۴۳۰، ۴۳۲، ۴۳۶	محمد بن مروان : ۴۳۴/۱
۴۶۶، ۴۷۸، ۴۹۲، ۵۰۰	محمد بن مسكان الحلبي : ۲۷۶/۱
کميل بن زياد : ۸۸، ۷۶/۲ : ۴۲۴/۱	محمد بن مسلم : ۸۳۲/۲ : ۶۷۲، ۵۸۰، ۳۹۲/۱
لينة : ۷۶/۱	مرکز تحقیقات کتب و اسناد
لقمان : ۴۴۰/۱	محمد بن مصادف : ۱۸۲/۱
المأمون - المأمون العباسي : ۲۶۰/۲	محمد بن موسى : ۳۸۲/۲
محسن الوشاء : ۴۴۸/۱	محمد بن يحيى : ۴۶۶/۲ : ۶۴۴، ۴۶۲/۱
محمد بن ابراهيم الجعفي : ۴۳۲/۱	محمد بن يحيى بن حبان : ۱۹۲/۱
محمد بن أبي نصر : ۲۰۰/۱	محمد الصيرفي : ۶۵۶/۱
محمد بن اذينة : ۳۴۲، ۳۴۰/۱	مرازم بن الحكيم : ۲۲۶، ۸۶/۲ : ۱۸۲/۱
محمد بن إسماعيل : ۴۷۸/۲ : ۲۶۶/۱	مريم بنت عمران عليه السلام : ۲۵۴، ۲۵۲/۲ : ۶۸۰/۱
محمد (بن أم اسحاق) : ۶۸۴/۱	مسعدة بن صدقة : ۲۳۴/۲
محمد بن الحسن بن شقون : ۴۰۴/۱	مسمع - مسمع بن عبد الملك : ۷۸/۲
محمد بن الحكم : ۲۸۴/۲	المسيح عليه السلام = عيسى عليه السلام
محمد بن خالد البرقي : ۳۱۶/۲	مصادف : ۱۸۲/۱
محمد بن سنان : ۵۲۰/۱	معتب : ۳۱۲/۲



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

(٣)

فهرست جمعیت با وقبیلہ

آل جعفر: ٥٢/٢	بنو غفار: ١٩٠/١
آل محمّد ﷺ: ١٨٢/٢	بنو غفار: ١١٦/٢
الأئمة - أئمة الإسلام - أئمة أهل البيت - أئمة	بنو هاشم: ٢١٨/١
الدين ﷺ: ٣٢/١	الجن: ١٣٢/٢
الأزد: ٣٦٨/١	الحواريون: ٣٦/٢
أسلم: ١٨٦/١	ربيعة: ٢٨٠/٢
الأعاجم: ١٢٠/٢	عبد القيس: ٢٢٨/٢
الأنبياء ﷺ: ٣٢/١، ٣٦٦، ٣٧٢، ٣٧٨، ٤١٦	العرب: ٥٣٢، ٧٢/١، ٢، ٤٠٠، ٤٠٢
٢، ٢٥٦، ٤٣٢، ١٦٢/٢، ١٩٦، ١٩٨، ٢٢٨، ٣٤٦	قريش: ٥٧٨/١، ١١٨/٢
٣٥٠، ٣٩٤، ٤٠٨، ٤٢٦، ٤٣٦، ٤٤٢، ٤٧٤، ٢٩٨	المّسلون: ٣٦٨/١
الأنصار: ١٧٦/١، ١٨٠، ١٨٦، ١٦٢، ٢٩٢/٢	الملكّة: ١٣٢/١، ٣٥٦، ٣٥٨، ٣٧٤، ٣٩٠
أهل العراق: ٢٢٤/١	٢٥٠، ١٦، ١٠/٢
أهل الكوفة: ٧٦/١	
بنو إسرائيل: ٥٠/١، ٢٣٢، ٥١٢، ٥٢، ٥٤/٢	
٢٩٦، ٤٢٨، ٨٤	
بنو اميّة: ٢٧٠/٢	



مرکز تحقیقات کلام و علوم اسلامی

(۴)

فہرست ادیان، فرقہ و مذہب

الإسلام: ۱/۱۱۴، ۲۶۴، ۳۰۸، ۴۷۲

الشیعة: ۱/۷۴، ۲/۲۹۰

المسلمون: ۱/۱۵۶، ۱۹۴، ۲۰۴، ۶۷۸، ۲/۱۲۸

المناذیة: ۱/۵۲۲

اليهود: ۱/۵۰۲، ۶۶۲، ۶۶۴، ۲/۲۶۴، ۲۷۴



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

(۵)

فهرست بیماری‌ها و ناخوشی‌ها

آب (الماء): ۲۸۹/۱	باسور، بواسیر (الباسور): ۴۴۱، ۴۲۹/۱
آب در چشم (الماء في العين): ۳۳۷، ۲۸۹/۱	۳۳۱/۲
آب ریزش چشم (رطب العينين): ۳۰۲/۱	بدبوی عرق (السنهك): ۵۱۹، ۳۹۱/۱
آب سیاه (الماء الأسود): ۲۸۹/۱	بدکوار (الثخم): ۱۵۹/۲
اسهال خونی (الزحیر): ۳۸۹/۲	برسام (البرسام): ۳۸۱، ۳۶۵/۲
اشک ریزش (الدقاع - الذمعة): ۳۸۹، ۳۷۳/۱	بلغم (البلغم): ۲۵۵، ۲۵۳، ۲۵۱، ۲۴۷، ۲۳۵/۱
أم صبیان (أم الصبیان): ۶۷۷/۱	۳۸۵، ۳۸۳، ۳۷۷، ۳۷۵، ۳۷۳، ۳۷۷، ۲۶۱، ۲۵۷
انسدادها - گرفتگی‌های عروق و مجاری (التسد - السدود): ۳۳۳، ۲۵۹، ۱۹۹/۲، ۳۸۷، ۳۸۵/۱	۵۹۲، ۵۶۷، ۵۳۱، ۴۶۳، ۴۵۵، ۴۱۵، ۳۹۵، ۳۸۹
۴۴۳، ۳۵۵	۳۷۹، ۳۵۷، ۳۳۵، ۳۳۳، ۳۲۱، ۲۴۹، ۲۴۱، ۲۱۵/۲
باد - بادهای بدخیم (الزيج - الزيج الخبيثة): ۴۰۱، ۳۳۳، ۲۸۷/۲، ۴۸۳، ۳۳۷، ۲۸۹/۱	۴۸۹، ۴۵۵، ۴۵۳، ۴۱۷، ۴۰۵، ۳۹۹، ۳۸۷
بادها (الزياج): ۱۸۹/۲، ۵۹۳، ۵۰۳، ۴۴۳/۱	بند نیامدن خون عادت (عدم انقطاع دم الحيض): ۵۹۵/۱
۴۹۱، ۴۳۵، ۴۱۷، ۳۳۵، ۳۳۳، ۳۲۹، ۳۲۷	بواسیر (البواسير): ۴۸۳، ۴۴۷، ۴۴۵، ۴۴۳/۱
بادهای قولنج (رياح القولنج): ۲۵۹/۲	۲۵۹/۲، ۶۳۷، ۶۳۱، ۶۲۹، ۶۰۵، ۵۷۳، ۵۰۳، ۴۹۵
بادهایی در مفاصل (الرياح في المفاصل): ۱۸۹/۲، ۴۵۱، ۴۴۹، ۲۹۵/۱	۴۸۱، ۴۳۹، ۴۲۵، ۴۱۵، ۳۷۱، ۳۳۷، ۳۳۳، ۳۲۷
بازگشت عادت ماهانه (قطع العادة الشهرية): ۳۹۵/۱	بوی بد دهان، بدبوی دهان (البخر): ۳۹۷/۱
۵۹۵/۱	۳۱۹، ۲۶۱، ۲۵۹/۲، ۵۶۵، ۵۴۹، ۴۰۵
	بوی دهان (رياح الفم): ۳۹۵/۱
	بَهک (البهق): ۴۹۳، ۳۷۳/۲، ۵۱۵، ۴۹۵، ۴۸۵/۱

درد جگر (الکبد): ۱۴۹/۲	۴۷۹/۲: ۵۱۹، ۴۸۷، ۴۵۵، ۳۰۹، ۳۰۱، ۲۶۹
درد چشم (وجع العين): ۴۰۵، ۲۹۱، ۲۸۷/۱	سر درد (وجع الرأس): ۴۸۷، ۴۰۳/۱
۴۴۵/۲	سردی، سردی مزاج (البرودة): ۵۷۳، ۴۴۳/۱
درد دهان (وجع الفم): ۳۹۷/۱	۲۸۷، ۲۵۹/۲: ۳۱
درد شدید (الضربان): ۳۹۷/۱	سردی سینه (برد الصدر): ۴۰۱/۲
درد طحال (وجع الطحال): ۲۶۷/۱	سردی مزاج (البرودة): ۲۱۷/۲: ۶۳۳، ۴۲۳/۱
درد قولنج (وجع القولنج): ۴۲۹/۲	سرفه (السعال): ۴۹۱، ۳۴۱، ۲۷۵/۱
درد کبد (وجع الکبد): ۴۴۹/۱	سرگیجه (الدوار): ۳۴۹/۱
درد کمر (وجع الظهر): ۶۳۷، ۵۷۱، ۴۴۵/۱	سرگیجه (الدوران): ۴۵۹/۱
۴۹۹، ۴۸۱، ۲۹۳/۲	سرماخوردگی (الزكام): ۳۳۵، ۳۲۳، ۱۱۱/۱
درد گوش (وجع الأذن): ۳۱۹/۱	۴۰۵/۲: ۵۰۵، ۴۸۹، ۳۳۷
درد تشیمناگه (وجع السفل): ۳۷۱/۲: ۴۴۵/۱	سست اندامی - قلع (الفالج): ۲۷۵، ۲۷۳/۱
درد نهفته (الداء الدفين): ۴۳۹/۱	۳۷۳، ۲۲۳، ۲۲۱/۲: ۶۱۳، ۴۹۱، ۴۸۵
دشواری دفع ادرار (عسر البول): ۵۸۷/۱	سستی (الضعف): ۶۴۳، ۵۶۹، ۵۶۵/۱
دندان درد (وجع الأسنان - وجع الأضراس):	سفیدی در چشم (البياض في العين): ۲۹۵/۱
۴۰۵، ۴۰۳، ۴۰۱، ۳۳۱، ۳۰۹، ۲۹۵، ۲۸۷/۱	سفیدی (پوسیت) - پیسی (البياض): ۵۱۳/۱
۴۹۵، ۴۸۷/۲: ۴۸۷، ۴۴۱	سِل (السِّل): ۱۳۳/۲: ۶۴۳، ۵۶۹، ۳۴۵، ۳۴۳/۱
دیوانگی (الجنون): ۲۷۱، ۲۶۹، ۲۶۷، ۲۵۳/۱	سنگ در مثانه (الحصى في المثانة): ۵۹۳/۱
۵۱۱، ۵۰۱، ۴۸۷، ۴۸۵، ۴۸۱، ۴۰۳، ۳۳۱، ۳۰۹	۲۱۹/۲
۵۵۵، ۵۸۵، ۶۰۵، ۶۰۷، ۶۰۳، ۳۷۳/۲: ۴۹۵، ۴۴۳	سنگ - سنگ مثانه (الحصاة): ۶۱۳، ۵۸۷/۱
دیوانگی (اللمم): ۲۴۱/۲: ۶۷۷/۱	۶۲۷
رگ‌های برآشفته (العروق الهائجة): ۴۵۵/۱	سنگینی (الطخاء): ۴۵۱، ۳۴۱/۲: ۴۲۱/۱
زخم چرکین (القرحة): ۵۱۹/۱	سودا (السوداء): ۳۶۵/۲: ۴۶۵/۱
زردآب (الماء الأصفر): ۱۴۵/۲	سوء هاضمه - اسهال - بیماری معده (الذرب):
زَن تازِه زَا (النفاس): ۳۹۹/۲	۴۶۵، ۴۶۳/۲: ۴۳۹/۱
سبوسه - شوره سر (الحزازة): ۵۱۹/۱	شاخک (القرن): ۵۸۵/۱
سپُز - طحال (الطحال): ۴۲۷، ۲۳۱/۲: ۴۲۹/۱	شب کوری (العشا - العشوة): ۴۸۷، ۲۶۷/۱
سختی حفره‌های بیینی (شدّة الخياشيم): ۳۳۷/۱	۴۸۹
سر درد (الصّداع): ۲۶۷، ۲۶۵، ۲۶۳، ۲۴۱/۱	شقیقه (الشقيقة): ۲۶۹/۱

شکم‌درد (البطن): ۳۰۳/۲؛ ۴۳۵/۱	کوزک - آماسه (الذئبل - الذمامیل): ۴۸۹/۱
شکم‌درد (الشوصة): ۲۶۹/۱	۲۳۱/۲
شکم درد (المغص): ۴۳۳/۱	کوروی (العمی): ۵۵۵، ۴۹۱، ۲۸۷، ۲۸۵، ۲۷۵/۱
شکم درد (وجع البطن): ۴۹۵/۲؛ ۴۳۱، ۳۳۱/۱	۶۰۷
شکم کلن (الذبیلة): ۴۰۳/۲؛ ۳۵۹/۱	گری (الجرب): ۵۱۷، ۴۹۵/۱
صفرا (الصفراء): ۴۶۳، ۴۶۱، ۴۵۵، ۲۳۱/۱	کلو درد (العذرة): ۳۳۳، ۳۳۱/۱
۲۸۳، ۳۰۳، ۲۰۵، ۱۹۱/۲	کلو درد (وجع الحلق): ۴۵۹/۲؛ ۳۳۳، ۳۳۱/۱
صفرا (الصفرة): ۴۰۵/۲؛ ۲۵۳/۱	۴۹۵
ضربان قلب (الخفقان): ۲۸۷/۱	گنگی (الخرس): ۶۲۵/۱
ضعف بینایی (ضعف البصر): ۶۱۳/۱	مزاج صفراوی (المرّة الصفراء): ۹۹/۱
عطسه (العطاس): ۴۸۹، ۳۴۱، ۳۲۷، ۲۸۹/۱	مسلول (المسلول): ۲۹۹/۲
غش (الغشيان): ۳۹۱/۱	مسمومیت - زهر (السّم): ۲۴۱/۲؛ ۴۵۳/۱
فتق (الفتق): ۶۱۳/۱	۲۴۷
فرااموشی (النسیان): ۵۵۳، ۳۷۷، ۲۹۹/۱	مور چشم (الشعر في العين): ۳۳۷/۱
فنج (العقل): ۵۸۵/۱	ناتوانی بویایی (الخُشام): ۳۳۳/۱
قطره قطره - قطره قطره پیشاب - ریزش غیرارادی	ناسور (النّاسور): ۴۷۱/۱
ابرار (التّقیر - التّقطیر): ۶۱۳، ۵۹۷، ۴۴۷/۱	ناسور (النّواصیر): ۶۰۵، ۴۴۱/۱
۴۷۱/۲	نفس بریدگی (الابتهار): ۲۳۱/۲، ۳۴۷/۱
قولنج (القولنج): ۶۲۹، ۶۱۳، ۴۴۳، ۴۴۱/۱	نفس تنگی (الزّبو): ۲۳۱/۲؛ ۳۴۷/۱
۵۰۳، ۴۸۷، ۲۷۷، ۲۶۱/۲	نقرس (النّقرس): ۶۳۱، ۶۱۳، ۵۷۳، ۴۴۳/۱
کرم‌ها - جنبندگان شکم - کرم‌های شکم (الزّود -	۲۵۹/۲
دواب‌البطن): ۵۴۹، ۴۵۳، ۴۵۱، ۴۲۹، ۳۹۳/۱	وبا (الوباء): ۳۵۵، ۲۴۱، ۲۳۷/۲؛ ۵۳۳/۱
۳۰۵، ۳۰۳، ۱۲۵/۲	وبای دندانها (وباء الأسنان): ۳۹۷/۱
کز چشمی (الحول): ۱۸۳/۲؛ ۲۸۵/۱	وبای مو (وباء الشعر): ۵۳۳/۱
کز دهانی (القوة): ۳۷۳/۲؛ ۶۱۳، ۴۸۵، ۲۷۷/۱	وحشت (الفرع): ۲۷۷/۱
کک مک (نمش الوجه): ۴۹۷/۲؛ ۵۱۷/۱	وسواس (الوسواس): ۱۵۵/۲
کم عقلی (البله): ۵۶۵/۱	وسواس و پریشان‌عقلی (الشهل): ۱۵۵/۲
کنجدک - کک مک (الکف): ۲۳۱، ۹۳/۲؛ ۴۹۵/۱	یرقان (الیرقان): ۴۸۵/۲
کودنی - بی‌خردی (الحمق): ۶۸۳/۱	

(۶)

فہرست خوراکی ماہ داروہا و ترکیبات دارویی

آب (الماء) : ۲۵۵/۱	آویشن - السعتر (الصعتر) : ۳۳۵/۲
آب تلخ (الماء المر) : ۱۲۱/۱	اندرار شتر شیردہ (أبوال اللقاح) : ۳۴۹/۱
آب جوشیدہ (الماء المغلي) : ۱۴۷/۲	استعمال انقیہ (السعوط) : ۳۳۱، ۲۶۵/۱
آب زیرہ (ماء الكفون) : ۴۳۷/۱	۴۰۲/۲ : ۳۶۵
آب سرد (الماء البارد) : ۴۴۷، ۲۷۵، ۲۶۳/۱	انار (الزمان) : ۴۶۳، ۴۲۱، ۴۱۹، ۲۵۱، ۲۳۱/۱
۴۵۵ : ۲۵۳، ۲۴۱، ۲۳۹/۲	۳۱۹، ۳۱۷، ۳۱۵، ۳۱۱، ۱۴۷/۲ : ۴۶۵
آب کشک (ماء کشک) : ۵۱۷/۱	انجیر (التين) : ۵۴۹، ۴۴۳، ۴۰۵، ۲۳۷/۱
آب گوگرد دار (ماء الكبريت) : ۱۲۱/۱	۲۶۱، ۲۵۹/۲ : ۵۷۳، ۵۶۵
آب نیم گرم (الماء الفاتر) : ۳۹۱، ۲۶۳/۱	انگور (العنب) : ۴۱۱، ۴۰۹/۲
۴۵۵ : ۱۴۷، ۱۴۵/۲	بادروج (حوک) (البانروج) : ۱۹۹/۲ : ۳۸۵/۱
آرد برنج - سوبق برنج (سوبق الأرز) : ۲۸۳/۲ : ۴۳۵/۱	بادنجان / بادمجان (البانجان) : ۲۳۷/۱
آرد گاؤزس (سوبق الجاوس) : ۴۳۷/۱	۲۰۵، ۲۰۳/۲ : ۵۱۱
آکرا (عاقرقرحا) : ۲۹۵، ۳۴۷/۱	باقلا (الباقلاء) : ۵۶۷، ۴۶۵، ۴۲۳، ۲۴۳/۱
آلو (الإجاص) : ۱۹۱، ۱۸۹/۲ : ۵۶۹، ۴۶۱/۱	۲۱۱، ۲۰۹/۲
آویشن (السعتر) : ۴۰۱، ۳۹۹، ۳۸۷، ۲۷۷/۱	برداع (الورس) : ۳۳۱/۱
۳۳۳/۲ : ۴۸۳، ۴۳۱	برگ چغندر (ورق السلق) : ۲۶۵/۲

بـرنج (الأرز): ۴۴۵، ۴۳۷، ۴۲۵، ۴۲۱/۱	تلخک (الحنظل): ۳۹۹، ۳۹۷/۱
۲۸۹، ۳۸۳، ۱۹۵، ۱۹۳/۲	تلخه (المر): ۲۹۳/۱
بُستک دریایی (القسط البحري): ۳۴۹/۱	تنقیه کردن (الحقنة): ۴۰۳/۲؛ ۴۲۵/۱
۳۳۱/۲	توتیای هندی (توتیا هندی): ۲۹۳/۱
بُستک هندی (القسط الهندي): ۲۲۳، ۳۳۱/۱	جغددر (السلق): ۵۱۳، ۵۰۳، ۴۶۱، ۲۴۷/۱
بلس [میوه‌ای همانند انجیر] (البلس): ۲۶۱/۲	۵۶۵؛ ۲۶۷، ۳۶۵/۲
بنج (بنج): ۳۴۷/۱	حب الأثل (حب الأثل): ۳۷۹/۱
بوی خوش (الطیب): ۶۳۹/۱	ججامت (الحجامة): ۲۶۷، ۲۵۵، ۲۵۳، ۲۴۵/۱
بِسْ (السفرجل): ۴۲۳، ۴۲۱، ۲۹۷، ۲۵۱/۱	۳۰۹، ۳۱۱، ۳۵۵، ۴۰۳، ۴۶۳، ۴۶۵، ۴۸۷
۴۵۱، ۳۵۱، ۳۴۹، ۳۴۷، ۳۴۵، ۳۴۳، ۳۴۱/۲	۴۰۳/۲
پلخم سفید - ابرفیون (خربق أبيض): ۳۴۷/۱	حزا (الحزاء): ۴۲۳/۱
پنیر (الجبنة): ۴۵۷، ۴۱۷، ۳۸۳، ۳۲۱، ۲۵۵/۱	حَمَام (الحمام): ۴۰۳/۲
۲۶۹، ۲۶۷، ۲۶۵/۲	حفا (الحفاء): ۳۹۱، ۳۰۹، ۳۰۷، ۲۶۷، ۲۶۵/۱
پیاز (البصل): ۴۸۵، ۳۹۳، ۳۸۵، ۲۹۷/۱	۴۴۳، ۵۹۵، ۵۴۹، ۵۱۹، ۵۱۵، ۴۷۹
۶۲۳، ۶۲۵، ۲۱۵، ۲۲۷/۲	خوک - بادروج (الحوك): ۴۵۷، ۳۸۵، ۲۳۷/۱
بیه (الشحم): ۳۹۱، ۳۸۹/۲	۵۰۳؛ ۱۹۹، ۱۹۷/۲
بیه گاو (شحم البقر): ۳۹۱/۲	خربزه (البطيخ): ۵۹۳، ۴۸۱، ۴۲۳، ۲۷۳/۱
تخم مرغ (البیض): ۲۲۵/۲؛ ۶۲۵، ۶۳۳/۱	۶۳۱؛ ۲۲۱، ۴۱۹، ۲۱۷/۲
۴۷۳، ۴۷۱، ۲۲۹، ۲۲۷	خَرْدَل (الخردل): ۳۹۵، ۲۵۹/۱
قُرَب (الفجل): ۴۱۷/۲؛ ۵۹۳/۱	خُرفه (الغرفخ): ۲۴۷/۱
قرنج (الانرج): ۱۸۷، ۱۸۵، ۱۸۳/۲؛ ۲۸۵/۱	خرما (التمر): ۴۴۵، ۴۱۵، ۴۰۵، ۲۹۷، ۲۷۵/۱
قَـرِه (الكراث): ۵۰۳، ۴۶۷، ۴۴۳، ۳۸۷/۱	۴۸۵، ۳۷۱، ۲۴۹، ۲۴۷/۲؛ ۶۸۱، ۶۳۱، ۴۵۳
۴۳۷، ۴۳۵/۲	خرما (الرطب): ۳۹۹، ۲۵۵/۲؛ ۶۸۱، ۶۷۹/۱
تلبینه (التلبين - التلبينة): ۲۴۵/۲؛ ۴۲۵/۱	خرمای نارس (البسر): ۳۱۱/۲؛ ۴۴۵/۱
	خضاب (الخضاب): ۶۴۱، ۳۹۱، ۳۲۱، ۳۰۷/۱
	خطمی (الخطمي): ۵۱۹، ۵۱۱، ۲۶۳/۱

خلال (الخلال) : ۳۵۹، ۳۵۷، ۳۵۵/۱	روغن مرزنجوش (دهن المرزنجوش) :
خيار (الخيار) : ۳۳۵/۱	۳۴۱، ۲۹۱/۱
خيار (القثاء) : ۴۲۳/۲	روغن یاسمین (دهن جل) : ۵۹۷/۱
خیری (الخیری) : ۴۷۷/۱	زردک (الجزر) : ۴۴۲/۱، ۶۲۹، ۶۳۱، ۲۷۷/۲
دانه (الحب) : ۵۷۱/۱	۲۷۹
رگ زدن، رگ زنی (الفصد) : ۲۷۷، ۷۷/۱	زردۀ تخم مرغ (مح البيض) : ۴۵۳/۱
۴۶۵، ۴۴۹	زعفران (الزعفران) : ۳۴۷/۱، ۴۰۷/۲
روژه گرفتن (الصيام) : ۲۵۹، ۲۵۷، ۱۰۹/۱	زنابق (الزنابق) : ۲۶۷/۱
۳۱/۲، ۶۴۵، ۶۴۳، ۳۷۷	زنجبیل (الزنجبیل) : ۲۵۹/۱
روغن (الدهن) : ۴۷۱/۱	زیتون (الزیتون) : ۴۵۱/۱، ۳۲۷/۲، ۳۲۹
روغن بادام شیرین (دهن اللوز الحلو) :	زیره (الکمون) : ۳۹۹/۱
۵۱۷/۱	زیره کوهی (الکاشم) : ۴۴۹، ۳۴۱/۱
روغن بنفشه (دهن البنفسج) : ۲۶۵، ۲۴۵/۱	شیر (الصبر) : ۲۹۵، ۲۹۳، ۲۹۱/۱
۲۶۷، ۲۹۵، ۳۲۵، ۴۷۲، ۴۷۵، ۴۷۷، ۱۹۵/۲	سذاب (السذاب) : ۳۴۹، ۳۱۹، ۲۴۷/۱
۳۱۱	سدر (السدر) : ۱۱۷، ۱۱۵/۱
روغن حیوانی (السمن) : ۳۸۹، ۳۶۹، ۳۳۱/۲	سرکه (الخل) : ۳۹۷، ۳۹۳، ۲۵۱، ۲۴۵، ۲۳۱/۱
روغن زنبق رازی (دهن الزنبق) : ۴۷۷/۱	۳۰۷، ۳۰۵، ۳۰۳/۲، ۵۴۷، ۴۵۱، ۳۹۹
روغن زنبک (الزنبق) : ۳۷۱/۲	سرمه کشیدن (الکحل) : ۳۰۳، ۳۰۱، ۲۸۹/۱
روغن زیتون (الزیت) : ۵۶۵، ۴۸۱، ۳۴۹/۱	۶۴۳، ۶۴۱، ۵۴۹، ۳۸۹
۵۷۱، ۶۳۳، ۶۳۵، ۶۳۷، ۲۲۷/۲، ۶۳۷، ۳۲۹، ۳۳۱	سرمه ائمد [سنگ سرمه، سرمه، سرمه سیاه]
۳۷۹	(الائمد) : ۳۰۳، ۳۰۱، ۲۹۵، ۲۹۳، ۲۸۹/۱
روغن زیتون (زیت الزیتون) : ۳۳۱/۲	۶۴۱، ۵۴۹، ۴۰۵، ۳۸۹
روغن عربی (سمن عربی) : ۴۶۷/۱	سقز (العلك) : ۳۹۳/۱
روغن کنجد (دهن الججلان) : ۲۶۵/۱	سماق (السماق) : ۴۳۱/۱
روغن گاو (سمن البقر) - پیه گاو (شحم	سنا (السنا) : ۳۷۳/۲، ۴۸۵/۱
البقر) : ۴۴۵/۱، ۴۴۹/۲، ۳۶۹/۲، ۳۷۱، ۳۹۱، ۴۷۷	سنبل الطیب (سنبل الطیب) : ۳۷۹/۱

سنبل (سنبل): ۳۴۷/۱	شیر شتر (لبن الإبل): ۴۳۹/۱؛ ۴۶۵، ۴۶۳/۲
سِنَجِد (الغجیراء): ۵۶۷، ۴۸۳، ۴۴۵/۱	شیر گاو (لبن البقر): ۴۷۷، ۴۶۳، ۴۶۱/۲
۲۱۵/۲	عَجْوَه (العجوة): ۲۴۷/۲
سویق (السَّوِیق): ۵۱۵، ۵۱۳، ۴۸۱، ۴۱۷/۱	عدس (العدس): ۵۴۷، ۲۳۳/۱
۵۶۵، ۵۶۷، ۶۳۷؛ ۳۷۹، ۳۷۷، ۳۷۵، ۳۳۱/۲	عسل (العسل): ۲۵۷، ۲۵۵، ۲۵۳، ۲۳۵، ۸۵/۱
۳۸۷، ۳۸۱	۲۵۹، ۲۷۵، ۳۴۷، ۴۰۳، ۴۳۱، ۴۲۳، ۴۴۹
سویق جو (سویق الشعیر): ۳۸۱/۲	۵۷۱، ۶۲۹، ۶۳۹، ۶۷۹؛ ۱۸۵/۲؛ ۳۹۷، ۳۹۹
سویق خشک (سویق جاف): ۲۸۷/۲	۴۰۱، ۴۰۳، ۴۰۵، ۴۰۷، ۴۵۵، ۴۶۷
سویق سیب (سویق التفاح): ۳۸۵/۲	عسل با موم - شهد (الشهد): ۲۳۵/۱؛ ۲۰۵/۲
سویق عدس (سویق العدس): ۵۹۵، ۴۶۱/۱	عُنَاب (العُنَاب): ۴۱۳/۲
۳۸۳/۲	عنبر (العنبر): ۲۶۷/۱
سیاهدانه (الحبّة السوداء): ۳۴۵، ۲۷۷/۱	عود هندی (العود الهندي): ۲۳۹/۱
۴۴۹	فالوده (الفالودج): ۴۰۷/۲
سیب (التفاح): ۴۵۳، ۴۱۹، ۲۵۷، ۲۳۱/۱	فُلُقُل (الفلقل): ۲۹۵/۱
۳۸۵، ۲۴۳، ۲۴۱، ۲۳۹، ۲۳۷/۲	قارچ (الكمأة): ۲۹۱/۱؛ ۴۴۹، ۴۴۷/۲
سیر (الثوم): ۲۶۳/۲	قاقله (قاقلة): ۳۴۷/۱
شلغم (السلجم): ۵۰۱/۱؛ ۳۶۳، ۳۶۱/۲	قرائت قرآن (قراءة القرآن): ۲۵۷، ۲۵۵/۱
شکر (السَّكَّر): ۳۵۵، ۳۵۳/۲؛ ۳۴۱/۱	۲۵۹، ۳۷۷؛ ۳۸۹/۲؛ ۴۵۳، ۳۹۹
شکر طَبْرَزَد (السَّكَّر الطَّبْرَزَد): ۴۰۱، ۲۵۹/۱	کاسنی (الهندباء): ۲۶۷/۱؛ ۴۰۱، ۶۶۱؛
۳۵۷/۲	۳۱۱/۲؛ ۵۰۳، ۵۰۵
شلغم (السلجم): ۵۰۱/۱؛ ۳۶۳، ۳۶۱/۲	کافور (الكافور): ۲۹۵، ۲۹۳/۱
شنبلیله (الحلبة): ۲۸۷/۲	کاهو (الخس): ۴۶۱، ۴۱۵/۱؛ ۳۰۱/۲
شونیز - سیاهدانه (الشونیز): ۳۳۷/۱	کباب (الكباب): ۲۳۳/۲
۴۰۵/۲؛ ۵۹۷، ۵۷۱، ۴۳۳	کدو (الدباء): ۲۴۹/۱؛ ۲۲۹/۲
شیر (اللبن): ۶۳۹، ۵۶۳، ۳۳۳، ۲۶۱، ۸۵، ۳/۱	کدو (القرع): ۲۴۷/۱
۴۷۹، ۴۷۵، ۴۷۳، ۴۶۷، ۴۵۹، ۴۰۵/۲	کدو (البقطين): ۲۲۷/۲
شیر انجیر (لبن التین): ۴۴۹، ۴۴۷/۱	کَرَفَس (الکرفس): ۲۴۹/۱؛ ۲۵۳، ۴۴۳/۲
شیر زن (لبن المرأة): ۳۲۱/۱	کزمازک (الکزمارج): ۳۷۹/۱

کف دریا (زبد البحر): ۳۸۱/۱	۲۵۷، ۲۵۹، ۳۰۵، ۳۵۵، ۳۶۵، ۳۶۷، ۳۶۹
کُنْدَر (الکندر): ۲۸۳/۲	۳۷۱، ۳۷۳، ۳۷۵، ۳۷۷، ۳۷۹، ۳۸۱، ۳۸۳
کُنْدَر (اللبان): ۲۴۹/۱، ۲۵۱، ۲۵۵، ۲۵۷، ۲۵۹	۳۸۹، ۳۹۷، ۴۰۵، ۴۱۷، ۵۳۷، ۵۴۹، ۳۲۷/۲
۳۹۹، ۳۸۷، ۳۹۵، ۵۰۵، ۶۵۹، ۲۸۵/۲	۴۵۳
۴۵۵، ۴۵۳، ۴۰۵	مشک (السعد): ۳۷۹/۱، ۳۸۷، ۴۰۳، ۴۴۷
کندس (کندس): ۳۳۷/۱	۶۳۹، ۳۳۷/۲، ۳۳۹
کاوشیر (جاوشیر): ۶۷۷/۱	مویز (الزبیب): ۲۵۱/۱، ۲۵۹، ۲۶۱، ۳۸۳
کاوشک (قربیون) (إبرقیون): ۳۴۷/۱	۴۸۵، ۳۲۱/۲، ۳۲۳، ۳۲۵
گردو (الجوز): ۴۳۳، ۲۸۱/۲، ۴۸۳، ۴۳۳/۱	نان (الخبز): ۱۸۵/۲
کلاب (ماء الورد): ۵۴۷/۱	نان پرنج (خبز الأرز): ۴۳۷/۱، ۲۹۹/۲
کسلاپی (الکمشری): ۴۲۹، ۴۲۱، ۲۳۵/۱	نان خشک (الخبز اليابس): ۱۸۵/۲
۴۵۱/۲	نانخواه (النآنخواه): ۴۸۳/۱، ۳۳۳/۲
گل (الورد): ۳۷۹/۱	نخود (الحمص): ۵۷۱/۱، ۲۹۳/۲
گوشت (اللحم): ۲۴۹/۱، ۵۶۳، ۵۷۱، ۲۹۹	نرگس (النرجس): ۲۷۱/۱، ۳۳۵، ۴۸۵
۶۳۵، ۲۲۹/۲، ۳۸۹، ۴۳۱، ۴۷۱، ۴۷۳، ۴۷۵	نمک (الملح): ۲۷۱/۱، ۲۹۳، ۳۳۱، ۳۷۹، ۳۸۱
گوشت شتر (لحم الجوزور): ۴۷۷/۲	۳۸۷، ۳۹۹، ۴۰۱، ۴۸۱، ۴۸۳، ۵۱۷، ۸۱/۲
گوشت کبک (لحم القباچ): ۴۸۱/۲	۸۳، ۳۰۷، ۳۳۳، ۴۹۵، ۴۹۷
گوشت کَبْکَنْجیر (لحم الدَّرَاج): ۴۸۳/۲	نوره (النَّوْرَة): ۴۶۵/۱، ۵۱۵، ۶۴۳، ۴۰۵/۲
گوشت گاو (لحم البقر): ۵۱۵، ۵۱۳/۱	نیشکر (قصب السَّکَر): ۲۳۹/۱، ۳۵۵/۲
گوشت گوسفند (لحم الغنم): ۴۷۷/۲	هزار اسپند (الحرمل): ۵۰۳/۱، ۵۰۵، ۵۹۷
گوشت میش (لحم الضَّأن): ۴۷۹/۲، ۲۶۱/۱	۲۸۵، ۲۸۳/۲
گیاه بان (البان): ۵۱۷/۱	هضم کنندۀ (الهاضوم): ۲۷۷/۱
لوبیا (اللوبیا): ۴۹۱/۲	هليلة (الهليلة): ۲۵۹/۱، ۲۹۳
ماسک چکیده ماده الاغ (شیراز الاتن): ۴۶۵/۲	هليلة زرد (هليلة أصفر): ۳۹۵/۱
ماش (الماش): ۴۹۳/۲، ۵۱۵/۱	هَلیم (الهريسة): ۵۷۱/۱، ۶۳۷، ۴۹۹/۲
ماهی (السَّمَك): ۴۶۳، ۲۶۹/۱	هوبره (الحباری): ۴۴۵/۱، ۶۳۷، ۴۸۱/۲
مرزنگوش (المرزنجوش): ۳۳۳، ۲۹۹/۱	
مسواک زدن (السَّوَاك): ۲۴۷، ۲۵۵، ۹۹/۱	

(۷)

فهرست شهرها و مکان ها

الحجر: ۴۰۲



خراسان: ۱/۲۵۰، ۲۸۸، ۳۸۰، ۳۹۸، ۲/۲۶۰

۳۰۶، ۳۳۶، ۴۳۸

رباط سجد: ۱/۳۹۸، ۲۰۰

الطائف: ۲/۲۱۸

العراق: ۲/۳۷۰

قبر الحسين عليه السلام: ۱/۶۷۸

کرمان: ۱/۳۹۸

الکعبة: ۱/۳۵۴

الکوفة: ۱/۷۶

المدينة: ۱/۱۸۲، ۱۸۴، ۱۹۲، ۲۴۴، ۴۳۶

۵۲۸، ۶۶۲، ۶۶۴، ۶۸۰، ۲/۳۸۴، ۴۳۲، ۴۳۶

مرو: ۲/۳۸۶

المسجد النبوي: ۱/۱۸۲، ۱۸۶، ۲۴۴

مكة: ۱/۳۴۴، ۲/۲۴۰، ۳۸۰

الهند: ۱/۳۴

(۸)

فہرست زمان ماوروزما

أحد-يوم أحد: ۱۸۸/۱، ۱۹۲، ۱۹۴

الحديبية: ۱۹۲/۱

حنين-يوم حنين: ۱۸۸/۱، ۱۹۲

الخنديق: ۱۸۶/۱

خيبر-غزة خيبر: ۱۸۸/۱، ۱۹۰، ۱۹۲

عمرة القضية: ۱۹۲/۱

ليلة العقبه: ۱۹۲/۱

المعراج: ۲۴/۲ يوم اليمامة، ۱۹۲/۱



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران



مرکز تحقیقات کلام و علوم اسلامی

(٩)

فهرست منابع و مآخذ

١. القرآن الكريم.
٢. إتحاف السادة المتقين بشرح إحياء علوم الدين، لأبي الفيض محمد بن محمد الزبيدي (ت ١٢٠٥ هـ)، دار الفكر - بيروت.
٣. الاحتجاج على أهل اللجاج، لأبي منصور أحمد بن علي بن أبي طالب الطبرسي (ت ٦٢٠ هـ)، تحقيق: إبراهيم البهادري ومحمد هادي به، دار الأسوة - طهران، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
٤. إحقاق الحق وإزهاق الباطل، للشهيد القاضي نور الله بن السيد شريف الشوشري (ت ١٠١٩ هـ)، مع تعليقات السيد شهاب الدين المرعشي، مكتبة آية الله المرعشي - قم، الطبعة الأولى ١٤١١ هـ.
٥. الأحكام النبوية في الصناعة الطبية، لأبي الحسن علي بن عبد الكريم بن طرخان الحموي الكحال (ت ٧٢٠ ق)، تحقيق: عبدالسلام هاشم حافظ، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده - مصر، ١٣٧٤ ق.
٦. إحياء علوم الدين، لأبي حامد محمد بن محمد الغزالي (ت ٥٠٥ هـ)، دار الهادي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٢ هـ.
٧. الاختصاص، المنسوب إلى أبي عبد الله محمد بن محمد بن النعمان العكبري البغدادي المعروف بالشيخ المفيد (ت ٤١٣ هـ)، تحقيق: علي أكبر الغفاري، مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الرابعة ١٤١٤ هـ.

٨. الاخوان . لأبي بكر عبدالله بن محمد بن ابي الدنيا (ت ٢٨١ق)، تحقيق وتعليق: محمد عبدالرحمن طوالبية، دارالاعتصام - قاهره .
٩. الأدب المفرد. لأبي عبدالله محمد بن إسماعيل البخاري (ت ٢٥٦ هـ)، تحقيق: محمد بن عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت .
١٠. الإرشاد في معرفة حجج الله على العباد. لأبي عبدالله محمد بن محمد بن النعمان العكبري البغدادي المعروف بالشيخ المفيد (ت ٤١٣ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١١. إرشاد القلوب. لأبي محمد الحسن بن أبي الحسن الديلمي (ت ٧١١ هـ)، مؤسسة الأعلمي - بيروت، الطبعة الرابعة ١٣٩٨ هـ.
١٢. الاستبصار فيما اختلف من الأخبار. لأبي جعفر محمد بن الحسن الطوسي (ت ٤٦٠ هـ)، تحقيق: حسن الموسوي الخرسان، دار الكتب الإسلامية - طهران، الطبعة الأولى .
١٣. أسد الغابة في معرفة الصحابة. لأبي الحسن عز الدين علي بن أبي الكرم محمد بن محمد بن عبد الكريم الشيباني المعروف بابن الأثير الجزري (ت ٦٣٠ هـ)، تحقيق: علي محمد معوض وعادل أحمد عبد الموجود، دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٥ هـ.
١٤. الإصابة في تمييز الصحابة. لأبي الفضل أحمد بن علي بن الحجر العسقلاني (ت ٨٥٢ هـ)، تحقيق: عادل أحمد عبد الموجود وعلي محمد معوض، دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٥ هـ.
١٥. الأصول الستة عشر. عدة من الرواة، دار الشبستري - قم، الطبعة الثانية، ١٤٠٥ هـ.
١٦. الاعتقادات. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، تحقيق: عاصم عبد السيد، المؤتمر العالمي لألفية الشيخ المفيد - قم، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١٧. أعلام الدين في صفات المؤمنين. لأبي محمد الحسن بن محمد الديلمي (ت ٧١١ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت (ع) - قم .
١٨. إعلام الوري بأعلام الهدى. لأبي علي الفضل بن الحسن الطبرسي (ت ٥٢٨ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٧ هـ.

١٩. الأمالي للطوسي. لأبي جعفر محمد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسي (ت ٤٦٠ هـ)، تحقيق: مؤسسة البعثة، دار الثقافة - قم، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
٢٠. الأمالي للمفيد. لأبي عبد الله محمد بن النعمان العكبري البغدادي المعروف بالشيخ المفيد (ت ٤١٣ هـ)، تحقيق: حسين أستاذ ولي وعلي أكبر الغفاري، مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الثانية ١٤٠٤ هـ.
٢١. بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار عليهم السلام. للعلامة محمد باقر بن محمد تقي المجلسي (ت ١١١٠ هـ)، مؤسسة الوفاء - بيروت، الطبعة الثانية ١٤٠٣ هـ.
٢٢. البداية والنهاية. لأبي الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير الدمشقي (ت ٧٧٤ هـ)، تحقيق ونشر: مكتبة المعارف - بيروت.
٢٣. بشارة المصطفى لشيعه المرتضى. لأبي جعفر محمد بن محمد بن علي الطبري (ت ٥٢٥ هـ)، المطبعة الحيدرية - النجف الأشرف، الطبعة الثانية ١٣٨٣ هـ.
٢٤. البلد الأمين والدرع الحصين. لتقي الدين إبراهيم بن زين الدين الكفعمي (ت ٩٠٥ هـ).
٢٥. البيان والتبيين. لأبي عثمان عمرو بن بحر الكناني الليثي المعروف بالجاحظ (ت ٢٥٥ هـ)، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، مكتبة الخانجي - قاهره، الطبعة الخامسة ١٤٠٥ هـ.
٢٦. تاج العروس من جواهر القاموس. للسيد محمد بن محمد مرتضى الحسيني الزبيدي (ت ١٢٠٥ هـ)، تحقيق: علي شيري، دار الفكر - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
٢٧. تاريخ أصبهان. لأبي نعيم أحمد بن عبد الله الإصفهاني (ت ٤٣٠ هـ)، تحقيق: سيد كسروي حسن، دار الكتب العلمية - بيروت.
٢٨. تاريخ بغداد أو مدينة السلام. لأبي بكر أحمد بن علي الخطيب البغدادي (ت ٤٦٣ هـ)، المكتبة السلفية - المدينة المنورة.
٢٩. تاريخ دمشق. لأبي القاسم علي بن الحسن بن هبة الله المعروف بابن عساكر الدمشقي (ت ٥٧١ هـ)، تحقيق: علي الشيري، دار الفكر - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٥ هـ.
٣٠. تاريخ الطبري (تاريخ الأمم والملوك). لأبي جعفر محمد بن جرير الطبري (ت ٣١٠ هـ)، تحقيق: محمد أبو الفضل إبراهيم، دار المعارف - مصر.
٣١. التاريخ الكبير. لأبي عبد الله محمد بن إسماعيل البخاري (ت ٢٥٦ هـ)، دار الفكر - بيروت.

٣٢. تحرير الوسيلة . للإمام روح الله الموسوي الخميني (ت ١٣٥٨)، دارالكتب العلمية ، مؤسسة اسماعيليان - قم .
٣٣. تحف العقول عن آل الرسول ﷺ . لأبي محمد الحسن بن علي الحراني المعروف بابن شعبة (ت ٣٨١ هـ) ، تحقيق : علي أكبر الغفاري ، مؤسسة النشر الإسلامي - قم ، الطبعة الثانية ١٤٠٤ هـ .
٣٤. الترغيب والترهيب من الحديث الشريف . لزكي الدين عبد العظيم بن عبد القوي المنذري (ت ٦٥٤ ق) ، ضبط احاديثه وعلق عليه مصطفى محمد عمارة ، بيروت - داراحياء التراث العربي ، ١٤٠٨ ق .
٣٥. تصحيح الاعتقاد (مصنفات الشيخ المفيد) . لأبي عبد الله محمد بن محمد بن النعمان العكبري المعروف بالشيخ المفيد (ت ٤١٣ هـ) ، تحقيق : حسين درگاهي ، المؤتمر العالمي لألفية الشيخ المفيد - قم ، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ .
٣٦. تفسير التبيان . لشيخ الطائفة محمد بن الحسن الطوسي (ت ٤٦٠ هـ) ، مكتبة الأمين - النجف الأشرف ، ١٣٨١ هـ .
٣٧. تفسير العياشي . لأبي النضر محمد بن سعيد السلمي السمرقندي المعروف بالعياشي (ت ٣٢٠ هـ) ، تحقيق : السيد هاشم الرسولي المحلاتي ، المكتبة العلمية - طهران ، الطبعة الأولى ١٣٨٠ هـ .
٣٨. تفسير القرطبي (الجامع لأحكام القرآن) . لأبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي (ت ٦٧١ هـ) ، تحقيق : محمد عبد الرحمن المرعشلي ، دار إحياء التراث العربي - بيروت ، الطبعة الثانية ١٤٠٥ هـ .
٣٩. تفسير القمي . لأبي الحسن علي بن إبراهيم بن هاشم القمي (ت ٣٠٧ هـ) ، إعداد : السيد الطيّب الموسوي الجزائري ، مطبعة النجف الأشرف .
٤٠. تفسير مجمع البيان . لأبي علي الفضل بن الحسن الطبرسي (ت ٥٤٨ هـ) تحقيق : السيد هاشم الرسولي المحلاتي والسيد فضل الله اليزدي الطباطبائي ، دار المعرفة - بيروت ، الطبعة الثانية ١٤٠٨ هـ .
٤١. التفسير المنسوب إلى الإمام العسكري ﷺ . تحقيق ونشر : مدرسة الإمام المهدي - قم ، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ .

٤٢. التمهيد. لأبي علي محمد بن همام الاسكافي (ت ٣٣٦ هـ)، تحقيق ونشر: مدرسة الإمام المهدي (عج) - قم.
٣٣. تنبيه الخواطر ونزهة النواظر (مجموعة ورام). لأبي الحسين ورام بن أبي فراس (ت ٦٠٥ هـ)، دار التعارف ودار صعب - بيروت.
٤٤. التوحيد. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، تحقيق: هاشم الحسيني الطهراني، مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الأولى ١٣٩٨ هـ.
٤٥. تهذيب الأحكام في شرح المقنعة. لأبي جعفر محمد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسي (ت ٤٦٠ هـ)، تحقيق: سيد حسن الموسوي الخرسان، دار التعارف - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠١ هـ.
٤٦. تهذيب التهذيب. لأبي الفضل أحمد بن علي بن حجر العسقلاني (ت ٨٥٢ هـ)، تحقيق: خليل مأمون شيحا وعمر السلاحي وعلي بن مسعود، دار المعرفة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٧ هـ.
٣٧. تهذيب الكمال في أسماء الرجال. ليونس بن عبد الرحمن المزني (ت ٧٤٢ هـ)، تحقيق: الدكتور بشار عواد معروف، مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ.
٤٨. الثاقب في المناقب. لأبي جعفر محمد بن علي بن حمزة الطوسي (ت ٥٦٠ هـ)، تحقيق: رضا علوان، مؤسسة أنصاريان - قم، الطبعة الثانية ١٤١٢ هـ.
٣٩. الثقات. لأبي حاتم محمد بن حبان البستي (ت ٣٥٤ هـ)، مؤسسة الكتب الثقافية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ.
٥٠. ثواب الأعمال وعقاب الأعمال. لأبي جعفر محمد بن علي القمي المعروف بالصدوق (ت ٣٨١ هـ)، تحقيق: علي أكبر الغفاري، مكتبة الصدوق - تهران.
٥١. جامع الأحاديث. لأبي محمد جعفر بن أحمد بن علي القمي المعروف بابن الرازي (القرن الرابع)، تحقيق: السيد محمد الحسيني النيسابوري، مؤسسة الطبع والنشر التابعة للحضرة الرضوية المقدسة - مشهد، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.

٥٢. جامع الأحاديث. لجلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي (ت ٩١١ق)، جمع وترتيب: عباس احمد صقر و احمد عبد الموجد، دار الفكر - بيروت، ١٤١٤ق.
٥٣. جامع الأخبار أو معارج اليقين في أصول الدين. لمحمد بن محمد الشعيري السيزواري (القرن السابع)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
٥٤. الجامع الصغير في أحاديث البشير النذير. لجلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي (ت ٩١١ هـ)، دار الفكر - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠١ هـ.
٥٥. الجامع لاخلق الراوي وآداب السامع. لأبي بكر أحمد بن علي الخطيب البغدادي (ت ٤٦٣ق)، تحقيق: محمد عجاج الخطيب، مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٢ق.
٥٦. حلية الأولياء وطبقات الأصفياء. لأبي نعيم أحمد بن عبد الله الإصبهاني (ت ٤٣٠ هـ)، دار الكتاب العربي - بيروت، الطبعة الثانية ١٣٨٧ هـ.
٥٧. حياة الحيوان الكبرى. لكمال الدين محمد بن موسى الدميري (ت ٨٠٨ هـ)، دار إحياء التراث العربي - بيروت.
٥٨. الخرائج والجرائع. لأبي الحسين سعيد بن عبد الله الراوندي المعروف بقطب الدين الراوندي (ت ٥٧٣ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة الإمام المهدي (عج) - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ.
٥٩. الخصال. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، مؤسسة النشر الاسلامي - قم، الطبعة الرابعة ١٤١٤ هـ.
٦٠. خصائص الأئمة (عليهم السلام) (خصائص أمير المؤمنين (عليه السلام)). لأبي الحسن الشريف الرضي محمد بن الحسين بن موسى الموسوي (ت ٤٠٦ هـ)، تحقيق: محمد هادي الأميني، مجمع البحوث الإسلامية التابع للحضرة الرضوية المقدسة - مشهد، سنة ١٤٠٦ هـ.
٦١. الدر المنثور في التفسير المأثور. لجلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي (ت ٩١١ هـ)، دار الفكر - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
٦٢. الدرر الشرعية في فقه الإمامية. لشمس الدين محمد بن مكّي العاملي المعروف بالشهيد الأول (ت ٧٨٦ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة النشر الاسلامي - قم.
٦٣. الدرر الواقية. لأبي القاسم علي بن موسى بن طاووس الحلبي (ت ٦٦٤ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.

٦٤. دستور معالم الحكم و مآثور مكارم الشيم. لأبي عبد الله بن محمد بن سلامة القضاعي (ت ٤٥٤ هـ)، دار الكتاب العربي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠١ هـ.
٦٥. الدعاء. لأبي القاسم سليمان بن أحمد الطبراني (ت ٣٦٠ هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
٦٦. دعائم الإسلام و ذكر الحلال و الحرام و القضايا و الأحكام. لأبي حنيفة النعمان بن محمد بن منصور بن أحمد بن حيّون التميمي المغربي (ت ٣٦٣ هـ)، تحقيق: آصف بن عليّ أصغر فيضي، دار المعارف - مصر، الطبعة الثالثة ١٣٨٩ هـ.
٦٧. الدعوات. لأبي الحسين سعيد بن عبد الله الراوندي المعروف بقطب الدين الراوندي (ت ٥٧٣ هـ)، تحقيق و نشر: مؤسسة الإمام المهدي (عج) - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٧ هـ.
٦٨. الديوان المنسوب إلى الإمام عليّ. لأبي الحسن محمد بن الحسين الكيدري (ت قرن ٦ هـ)، ترجمة: أبو القاسم إمامي، النشر الاسوة - طهران.
٦٩. ربيع الأبرار و نصوص الأخبار. لأبي القاسم محمود بن عمر الزمخشري (ت ٥٣٨ هـ)، تحقيق: سليم النعيمي، منشورات الرضي - قم، الطبعة الأولى ١٤١٠ هـ.
٧٠. رجال الكشي (اختيار معرفة الرجال). لأبي جعفر محمد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسي (ت ٤٦٠ هـ)، تحقيق: السيّد مهدي الرجائي، مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٤ هـ.
٧١. الرواشح السماوية في شرح الأحاديث الإمامية. لمير محمد باقر الحسيني المرعشي الداماد (ت ١٠٤١ هـ)، مكتبة آية الله المرعشي - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٥ هـ.
٧٢. روضة الواعظين. لمحمد بن الحسن بن عليّ الفتال النيسابوري (ت ٥٠٨ هـ)، تحقيق: حسين الأعلمي، مؤسسة الأعلمي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٦ هـ.
٧٣. الزهد. لأبي عبد الرحمن بن عبد الله بن المبارك الحنظلي المروزي (ت ١٨١ هـ)، تحقيق: حبيب الرحمن الأعظمي، دار الكتب العلميّة - بيروت.
٧٤. سبل الهدى و الرشاد في سيرة خير العباد. لمحمد بن يوسف الصالحى الشامى (ت ٩٤٢ ق)، تحقيق: مصطفى عبد الواحد، المجلس الاعلى للشؤون الاسلامية، لجنة احياء التراث الاسلامية، ١٤١٤ ق.

٧٥. السرائر الحاوي لتحرير الفتاوي. لأبي جعفر محمد بن منصور بن أحمد بن إدريس الحلبي (ت ٥٩٨ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الثانية ١٤١٠ هـ.
٧٦. سنن ابن ماجه. لأبي عبد الله محمد بن يزيد بن ماجه القزويني (ت ٢٧٥ هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث - بيروت، الطبعة الأولى ١٣٩٥ هـ.
٧٧. سنن أبي داود. لأبي داود سليمان بن أشعث السجستاني الأزدي (ت ٢٧٥ هـ)، تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد، دار إحياء السنة النبوية - بيروت.
٧٨. سنن الترمذي (الجامع الصحيح). لأبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة الترمذي (ت ٢٩٧ هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر، دار إحياء التراث - بيروت.
٧٩. سنن الدار قطني. لأبي الحسن علي بن عمر البغدادي المعروف بالدار قطني (ت ٢٨٥ هـ)، تحقيق: أبو الطيب محمد آبادي، عالم الكتب - بيروت، الطبعة الرابعة ١٤٠٦ هـ.
٨٠. سنن الدارمي. لأبي محمد عبد الله بن عبد الرحمن الدارمي (ت ٢٥٥ هـ)، تحقيق: مصطفى ديب البغا، دار القلم - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٢ هـ.
٨١. السنن الكبرى. لأبي بكر أحمد بن الحسين بن علي البيهقي (ت ٤٥٨ هـ)، تحقيق: محمد عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
٨٢. السنن الكبرى. لأبي عبد الرحمن أحمد بن شعيب النسائي، تحقيق: عبد الغفار سليمان البنداري، دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١١ هـ.
٨٣. سنن النسائي. (بشرح الحافظ جلال الدين السيوطي وحاشية الإمام السندي)، لأبي عبد الرحمن أحمد بن شعيب النسائي (ت ٣٠٣ هـ)، دار الجيل - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٧ هـ.
٨٤. سير أعلام النبلاء. لأبي عبد الله محمد بن أحمد الذهبي (ت ٧٤٨ هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة العاشرة ١٤١٤ هـ.
٨٥. السيرة النبوية. لأبي محمد عبد الملك بن هشام بن أيوب الحميري (ت ٢١٨ هـ)، تحقيق: مصطفى السقا وإبراهيم الأبياري، مكتبة المصطفى - قم، الطبعة الأولى ١٣٥٥ هـ.
٨٦. شرح أسماء العقار. لأبي عمران موسى بن عبيد الله القرطبي (ت)، صححه: ماكس مايرهوف، مكتبة الثقافة الدينية - بي جا، ١٤١٩ ق.

٨٧. شرح نهج البلاغة، لعزّ الدين عبد الحميد بن محمّد بن أبي الحديد المعتزلي المعروف بابن أبي الحديد (ت ٦٥٦ هـ)، تحقيق: محمّد أبو الفضل إبراهيم، دار إحياء التراث - بيروت، الطبعة الثانية ١٣٨٧ هـ.
٨٨. شعب الإيمان، لأبي بكر أحمد بن الحسين البيهقي (ت ٤٥٨ هـ)، تحقيق: محمّد السعيد بسيوني زغلول، دار الكتب العلميّة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٠ هـ.
٨٩. الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية، لأبي نصر إسماعيل بن حمّاد الجوهري (ت ٣٩٨ هـ) تحقيق: أحمد بن عبد الغفور عطار، دار العلم للملايين - بيروت، الطبعة الرابعة ١٤١٠ هـ.
٩٠. صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، لعلاء الدين عليّ بن بلبان الفارسي (ت ٧٣٩ هـ)، تحقيق: شعيب الأرناؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة الثانية ١٤١٤ هـ.
٩١. صحيح ابن خزيمة، لأبي بكر محمّد بن إسحاق السلمي النيسابوري المعروف بابن خزيمة (ت ٣١١ هـ)، تحقيق: محمّد مصطفى الأعظمي، المكتب الإسلامي - بيروت، الطبعة الثالثة ١٤١٢ هـ.
٩٢. صحيح البخاري، لأبي عبد الله محمّد بن إسماعيل البخاري (ت ٢٥٦ هـ)، تحقيق: مصطفى ديب البغا، دار ابن كثير - بيروت، الطبعة الرابعة ١٤٢١ هـ.
٩٣. صحيح مسلم، لأبي الحسين مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري (ت ٢٦١ هـ)، تحقيق: محمّد فؤاد عبد الباقي، دار الحديث - القاهرة، الطبعة الأولى ١٤١٢ هـ.
٩٤. صحيفة الإمام الرضا (عليه السلام)، المنسوبة إلى الإمام الرضا (عليه السلام)، تحقيق ونشر: مؤسسة الإمام المهدي (عج) - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ.
٩٥. الصحيفة السجّادية، المنسوب إلى الإمام عليّ بن الحسين (عليه السلام)، تصحيح: عليّ أنصاريان، المستشارية الثقافية للجمهوريّة الإسلاميّة الإيرانيّة - دمشق، ١٤٠٥ هـ.
٩٦. طب الامام الرضا (ع)، المنسوب الى الامام علي بن موسى (ع)، تحقيق: محمد مهدي نجف، مكتبة الامام الحكيم العامة -
٩٧. طب الائمة، برواية عبدالله والحسين ابني بسطام بن ساهور الزيات النيسابوريين (ت قرن ٤هـ)، (شرح وتعليق: محسن عقيل، منشورات الرضى - قم).
٩٨. طب النبي، لمحمود بن محمد الجعفي (ت)، چاپ سنگی.

٩٩. الطبقات الكبرى. لمحمد بن سعد كاتب الواقدي (ت ٢٣٠ هـ)، دار صادر - بيروت.
١٠٠. عدة الداعي ونجاح الساعي. لأبي العباس أحمد بن محمد بن فهد الحلبي الأسدي (ت ٨٤١ هـ)، تحقيق: أحمد الموحدي، مكتبة وجداني - طهران.
١٠١. علل الشرائع. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، دار إحياء التراث - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ.
١٠٢. حوالي اللآلي العزيزية في الأحاديث الدينية. لمحمد بن علي بن إبراهيم الأحساني المعروف بابن أبي جمهور (ت ٩٤٠ هـ)، تحقيق: مجتبی العراقي، مطبعة سيد الشهداء ﷺ - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٣ هـ.
١٠٣. عيون الأخبار. لأبي محمد عبد الله بن مسلم بن قتيبة الدينوري (ت ٢٧٦ هـ)، دار الكتب المصرية - القاهرة، سنة ١٣٤٣ هـ.
١٠٤. عيون أخبار الرضا. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، تحقيق: السيد مهدي الحسيني اللاجوردي، منشورات جهان - طهران.
١٠٥. عيون الحكم والمواعظ. لأبي الحسن علي بن محمد الليثي الواسطي (قرن ٦ هـ)، تحقيق: حسين الحسيني البيرجندي، دار الحديث - قم، الطبعة الأولى ١٣٧٦ هـ ش.
١٠٦. غريب الحديث. لأبي محمد عبد الله بن مسلم بن قتيبة الدينوري (ت ٢٧٦ هـ)، دار الكتب العلمية - بيروت، ١٤٠٨ هـ.
١٠٧. الغيبة. لأبي جعفر محمد بن الحسن بن علي بن الحسن الطوسي (ت ٤٦٠ هـ)، تحقيق: عباد الله الطهراني وعلي أحمد ناصح، مؤسسة المعارف الإسلامية - قم، الطبعة الأولى ١٤١١ هـ.
١٠٨. الغيبة. لأبي عبد الله محمد بن إبراهيم بن جعفر الكاتب النعماني (ت ٢٥٠ هـ)، تحقيق: علي أكبر الغفاري، مكتبة الصدوق - طهران.
١٠٩. الفائق في غريب الحديث. لأبي القاسم محمود بن عمر الزمخشري (ت ٥٨٣ هـ)، تحقيق: علي محمد البجاوي، دار الفكر - بيروت، ١٤١٤ هـ.
١١٠. فتح الباري (شرح صحيح البخاري). لأبي الفضل أحمد بن علي بن حجر العسقلاني (ت ٨٥٢ هـ)، تحقيق: عبد العزيز بن عبد الله بن باز، دار الفكر - بيروت، الطبعة الأولى ١٣٧٩ هـ.

١١١. الفرج بعد الشدة، لأبي بكر عبد الله بن محمد القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (ت ٢٨١ هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، مؤسسة الكتب الثقافية - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١١٢. فرج المهموم في تاريخ علماء النجوم، لأبي القاسم علي بن موسى بن طاووس الحلبي (ت ٦٦٤ هـ) منشورات الرضي - قم.
١١٣. الفردوس بمأثور الخطاب، لأبي شجاع شيرويه بن شهر دار الديلمي الهمداني (ت ٥٠٩ هـ)، تحقيق: السعيد بن بسيوني زغلول، دار الكتب العلميّة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٦ هـ.
١١٤. فرهنگ صبا، محمد بهشتي، انتشارات صبا - تهران، ١٣٧٠.
١١٥. الفصول المختارة من العيون والمحاسن، لأبي القاسم علي بن الحسين الموسوي المعروف بالشريف المرتضى وعلم الهدى (ت ٤٣٦ هـ)، المؤتمر العالمي بمناسبة ذكرى أئمة الشيعة المفيد - قم، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١١٦. الفضائل، لأبي الفضل شاذان بن جبرئيل القمي (ت ٦٦٠ هـ)، الطبعة الحيدريّة - نجف، ١٣٣٨ هـ.
١١٧. الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام، تحقيق مؤسسة آل البيت، المؤتمر العالمي للإمام الرضا عليه السلام - مشهد.
١١٨. فيض القدير، لزين الدين محمد عبد الرؤوف المناوي (قرن ١٠ هـ)، دار الفكر - بيروت.
١١٩. القاموس المحيط، للشيخ أبي طاهر مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروز آبادي (ت ٨١٧ هـ)، دار الفكر - بيروت.
١٢٠. قرب الإسناد، لأبي العباس عبد الله بن جعفر الجعفري القمي (ت بعد ٣٠٤ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١٢١. قصص الأئمة، لأبي الحسين سعيد بن عبد الله المعروف بقطب الدين الراوندي (ت ٥٧٣ هـ)، تحقيق: غلام رضا عرفانيان، مجمع البحوث الإسلامية التابع لمؤسسة الآستانة الرضويّة - مشهد، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ.
١٢٢. الكافي، لأبي جعفر ثقة الإسلام محمد بن يعقوب بن إسحاق الكليني الرازي (ت ٣٢٩ هـ)، تحقيق: علي أكبر الغفاري، دار صعب ودار التعارف - بيروت، الطبعة الرابعة ١٤٠١ هـ.

- ١٢٣ . كشف الخفاء ومزيل الإلباس عما اشتهر من الأحاديث على ألسنة الناس . لإسماعيل بن محمد العجلوني الجراحي (ت ١١٦٢ هـ) دار الكتب العلميّة - بيروت ، ١٤٠٨ هـ .
- ١٢٤ . كشف الغمّة في معرفة الأئمّة . لعليّ بن عيسى الإربلي (ت ٦٨٧ هـ) ، تصحيح : السيّد هاشم الرسولي المحلّاتي ، دار الكتاب الإسلامي - بيروت ، الطبعة الأولى ١٤٠١ هـ .
- ١٢٥ . كفاية الأثر في النصّ على الأئمّة الإثني عشر . لأبي القاسم عليّ بن محمد بن عليّ الخزّاز القميّ (القرن الرابع) ، تحقيق : السيّد عبد اللطيف الحسيني الكوه كمرى ، انتشارات بيدار قم ، سنة ١٤٠١ هـ .
- ١٢٦ . كمال الدين وتعام النعمة . لأبي جعفر محمد بن عليّ بن الحسين بن بابويه القميّ المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ) ، تحقيق : عليّ أكبر الغفّاري ، مؤسسة النشر الإسلامي - قم . الطبعة الأولى ١٤٠٥ هـ .
- ١٢٧ . كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال . لعلاء الدين عليّ المتقيّ بن حسام الدين الهندي (ت ٩٧٥ هـ) ، تصحيح : صفوة السقا ، مكتبة التراث الإسلامي - بيروت ، الطبعة الأولى ١٣٩٧ هـ .
- ١٢٨ . كنز الفوائد . للشيخ أبي الفتح محمد بن عليّ بن عثمان الكراجكي الطرابلسي (ت ٤٤٩ هـ) ، إعداد : عبد الله نعمة ، دار الذخائر - قم ، الطبعة الأولى ١٤١٠ هـ .
- ١٢٩ . لسان العرب . لأبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور المصري (ت ٧١١ هـ) ، دار صادر - بيروت ، الطبعة الأولى ١٤١٠ هـ .
- ١٣٠ . لغت نامه دهخدا . على أكبر دهخدا (ت ١٣٣٤) ، مؤسسه لغت نامه دهخدا - تهران ، ١٣٧٢ .
- ١٣١ . مائة كلمة للإمام أمير المؤمنين عليّ بن أبي طالب (ع) . لأبي عثمان عمرو بن بحر الجاحظ (ت ٢٥٥ ق) ، تحقيق : رياض مصطفى العبدالله ، دارالحكمة - بيروت ، الطبعة الاولى ١٤١٦ ق .
- ١٣٢ . المجازات النبويّة . لأبي الحسن محمد بن الحسين الموسوي المعروف بالشريف الرضي (ت ٤٠٦ هـ) ، تحقيق وشرح : طه محمد الزيني ، مكتبة بصيرتي - قم .
- ١٣٣ . مجمع البحرين . لفخر الدين الطريحي (ت ١٠٨٥ هـ) ، تحقيق ونشر : قسم الدراسات الإسلاميّة ، مؤسسة البعثة - قم ، الطبعة الاولى ١٤١٤ هـ .
- ١٣٤ . مجمع الزوائد ومنبع الفوائد . لنور الدين عليّ بن أبي بكر الهيثمي (ت ٨٠٧ هـ) ، تحقيق : عبد الله محمد درويش ، دار الفكر - بيروت ، الطبعة الأولى ١٤١٢ هـ .

١٣٥. المحاسن. لأبي جعفر أحمد بن محمد بن خالد البرقي (ت ٢٨٠ هـ)، تحقيق: السيّد مهدي الرجائي، المجمع العالمي لأهل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤١٣ هـ.
١٣٦. المحبّة البيضاء في تهذيب الأحياء. لمولانا محسن الفيض الكاشاني (ت ١٠٩١ هـ) مع حاشية: عليّ أكبر الغفّاري، جماعة المدرسين في حوزة العلميّة - قم، ١٣٨٣ هـ.
١٣٧. المحيط في اللغة. لأبي القاسم إسماعيل بن عباد الطالقاني (ت ٣٨٥ هـ)، تحقيق: محمد حسن آل ياسين، عالم الكتب - بيروت.
١٣٨. مرآة العقول في شرح أخبار آل الرسول. للعلامة محمد باقر بن محمد تقي المجلسي (ت ١١١١ هـ)، تحقيق: هاشم الرسولي المحلاتي، دار الكتب الإسلاميّة - تهران، الطبعة الثالثة ١٣٧٠ هـ ش.
١٣٩. المراسيل مع الاسانيد. لأبي داود سليمان بن الأشعث السجستاني (ت ٢٧٥ ق)، تحقيق: عبدالعزيز السيروان، دار القلم - بيروت، ١٤٠٦ ق.
١٤٠. المرض والكفارات. لأبي بكر عبدالله بن محمد بن أبي الدنيا (ت ٢٨١ ق)، تحقيق: عبدالوكيل الندوي، الدار السلفية - هند، ١٤١١ ق.
١٤١. مسائل عليّ بن جعفر ومستدركاها. لأبي الحسن عليّ بن جعفر الحسيني العلوي الهاشمي العريضي (ت ٢١٠ هـ) تحقيق: مؤسسة آل البيت (عليه السلام)، المؤتمر العالمي للإمام الرضا (عليه السلام) في مشهد، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ.
١٤٢. المستدرک علی الصحیحین. لأبي عبد الله محمد بن عبد الله الحاكم النيسابوري (ت ٤٠٥ هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلميّة - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١١ هـ.
١٤٣. مستدرک الوسائل ومستنبط المسائل. لميرزا حسين النوري الطبرسي (ت ١٣٢٠ هـ)، مؤسسة آل البيت - قم، الطبعة الأولى ١٤٠٧ هـ.
١٤٤. مستطورات السرائر. لأبي عبد الله محمد بن أحمد بن إدريس الحلّي (ت ٥٩٨ ق)، تحقيق ونشر: مدرسة الامام المهدي (ع).
١٤٥. مستد ابن جعد. لأبي الحسن عليّ بن الجعد بن عبيد الجوهري (ت ٢٣٠ هـ) مؤسسة ناور - بيروت، ١٤١٠ هـ.

- ١٤٦ . مسند أبي يعلى الموصلي . لأبي يعلى أحمد بن علي بن المثنى التميمي الموصلي (ت ٣٠٧ هـ) ، تحقيق : إرشاد الحق الأثري ، دار القبلة - جدة ، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ .
- ١٤٧ . مسند اسحاق بن راهويه . لاسحاق بن ابراهيم بن مخلد المروزي (ت ٢٣٨ ق) ، تحقيق : عبدالغفور عبدالحق وحسين برالبوشى ، مكتبة الايمان - مدينه ، ١٤١٢ ق .
- ١٤٨ . مسند الإمام زيد (مسند زيد) . المنسوب إلى زيد بن علي بن الحسين (ع) (١٢٢ هـ) ، منشورات دار مكتبة الحياة - بيروت ، الطبعة الأولى ١٩٦٦ م .
- ١٤٩ . مسند البزار (البحر الزخار) . لأبي بكر أحمد بن عمرو العتكي البزار (ت ٢٩٢ هـ) ، تحقيق : محفوظ الرحمن زين الله ، مؤسسة علوم القرآن - بيروت ، الطبعة الأولى ١٤٠٩ هـ .
- ١٥٠ . مسند الحميدي . لأبي بكر عبد الله بن الزبير الحميدي (ت ٢١٩ هـ) ، تحقيق : حبيب الرحمن الأعظمي ، المكتبة السلفية - المدينة المنورة .
- ١٥١ . مسند الشاميين . لأبي القاسم سليمان بن أحمد الطبراني (ت ٣٦٠ ق) ، تحقيق : حمدي عبدالمجيد السلفي ، مؤسسة الرسالة - بيروت .
- ١٥٢ . مسند الشهاب . لمحمد بن سلامة القضاعي (ت ٤٥٤ هـ) مؤسسة الرسالة - بيروت ، ١٤٠٥ هـ .
- ١٥٣ . المسند لأحمد بن حنبل . لأحمد بن محمد بن حنبل الشيباني (ت ٢٤١ هـ) ، تحقيق : عبد الله محمد الدرويش ، دار الفكر - بيروت ، الطبعة الثانية ١٤١٤ هـ .
- ١٥٤ . مشكاة الأنوار في غرر الأخبار . لأبي الفضل علي الطبرسي (القرن السابع) ، تحقيق : مهدي هوشمند ، دار الحديث - قم ، الطبعة الأولى ١٤١٨ هـ .
- ١٥٥ . مصادقة الاخوان . لأبي جعفر محمد بن ابي الحسن علي بن بابويه القمي المعروف بالصدوق (ت ٣٨١ ق) ، عراق : مكتبة الامام صاحب الزمان العامه ، ١٤٠٢ ق .
- ١٥٦ . مصباح الشريعة ومفتاح الحقيقة . المنسوب إلى الإمام الصادق (ع) ، شرح : عبد الرزاق گيلاني ، نشر صدوق - طهران ، الطبعة الثالثة ١٤٠٧ هـ .ش .
- ١٥٧ . المصباح في الأدعية والصلوات والزيارات . للشيخ تقي الدين ابراهيم بن علي بن الحسن العاملي الكفعمي (ت ٩٠٠ هـ) ، منشورات الشريف الرضي - قم .
- ١٥٨ . المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للرافعي . لأبي العباس أحمد بن محمد بن علي الفيومي (ت ٧٧٠ هـ) ، مؤسسة دار الهجرة - قم ، الطبعة الثانية ١٤١٤ هـ .

- ١٥٩ . المصنّف . لأبي بكر عبد الرزّاق بن همام الصنعاني (ت ٢١١ هـ) ، تحقيق : حبيب الرحمن الأعظمي ، منشورات المجلس العلمي - بيروت .
- ١٦٠ . المصنّف في الأحاديث والآثار . لأبي بكر عبد الله بن محمّد بن أبي شيبة العبسي الكوفي (ت ٢٣٥ هـ) ، تحقيق : سعيد محمّد اللحّام ، دار الفكر - بيروت .
- ١٦١ . معاني الأخبار . لأبي جعفر محمّد بن عليّ بن الحسين بن بابويه القميّ المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ) ، تحقيق : عليّ أكبر الغفّاري ، مؤسسة النشر الإسلامي - قم ، الطبعة الأولى ١٣٦١ هـ .ش .
- ١٦٢ . المعجم الأوسط . لأبي القاسم سليمان بن أحمد اللخمي الطبراني (ت ٣٦٠ هـ) ، تحقيق : طارق بن عوض الله وعبد الحسن بن إبراهيم الحسيني ، دار الحرمين - القاهرة ، الطبعة الأولى ١٤١٥ هـ .
- ١٦٣ . معجم البلدان . لأبي عبد الله شهاب الدين ياقوت بن عبد الله الحموي الرومي (ت ٦٢٦ هـ) ، دار إحياء التراث العربي - بيروت . الطبعة الأولى ١٣٩٩ هـ .
- ١٦٤ . معجم السفر . لأبي طاهر أحمد بن محمد السلفي (ت ٥٧٦ ق) ، تحقيق : عبد الله عمر البارودي ، دار الفكر - بيروت ، ١٤١٤ ق .
- ١٦٥ . المعجم الصغير . لأبي القاسم سليمان بن أحمد اللخمي الطبراني (ت ٣٦٠ هـ) ، تحقيق : محمّد عثمان ، دار الفكر - بيروت ، الطبعة الثانية ١٤٠١ هـ .
- ١٦٦ . المعجم الكبير . لأبي القاسم سليمان بن أحمد اللخمي الطبراني (ت ٣٦٠ هـ) ، تحقيق : حمدي عبد المجيد السلفي ، دار إحياء التراث العربي - بيروت ، الطبعة الثانية ١٤٠٤ هـ .
- ١٦٧ . المعجم الوسيط . لمصطفى إبراهيم واحمد حسن الزيات وحامد عبدالقادر ومحمد علي النجار ، المكتبة الإسلامية - استانبول ، ١٣٩٢ ق .
- ١٦٨ . معدن الجواهر ورياضة الخواطر . لأبي الفتح محمّد بن علي الكراچكي (ت ٤٤٩ ق) ، تحقيق : أحمد الحسيني ، المكتبة المرتضوية - تهران ، ١٣٤٩ ق .
- ١٦٩ . مفردات ألفاظ القرآن . لأبي القاسم الحسين بن محمّد الراغب الأصفهاني (ت ٤٢٥ هـ) ، تحقيق : صفوان عدنان داودي ، دار القلم - بيروت ، الطبعة الأولى ١٤١٢ هـ .

١٧٠. المقتنة. لأبي عبد الله محمد بن محمد بن النعمان العكبري البغدادي المعروف بالشيخ المفيد (ت ٤١٣ هـ)، تحقيق ونشر: مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الثانية ١٤١٠ هـ.
١٧١. مكارم الأخلاق. لأبي علي الفضل بن الحسن الطبرسي (ت ٥٤٨ هـ)، تحقيق: علاء آل جعفر، مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
١٧٢. مناقب آل أبي طالب (المناقب لابن شهر آشوب). لأبي جعفر رشيد الدين محمد بن علي بن شهر آشوب المازندراني (ت ٥٨٨ هـ)، المطبعة العلمية - قم.
١٧٣. منتخب كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال. لعلاء الدين علي المتقي بن حسام الدين الهندي (ت ٩٧٥ هـ)، داراحياء التراث العربي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٠ هـ.
١٧٤. المنتخب من مستند عبد بن حميد. لأبي محمد عبد بن حميد (ت ٢٤٩ هـ)، تحقيق: السيد صبحي البدري السامرائي ومحمود محمد خليل الصعيدي، مكتبة السنة - القاهرة، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ.
١٧٥. من لا يحضره الفقيه. لأبي جعفر محمد بن علي بن الحسين بن بابويه القمي المعروف بالشيخ الصدوق (ت ٣٨١ هـ)، تحقيق: علي أكبر الغفاري، مؤسسة النشر الإسلامي - قم، الطبعة الثانية.
١٧٦. منية المريد. لزين الدين علي العاملي المعروف بالشهيد الثاني (ت ٩٦٥ هـ) مكتب الإعلام الإسلامي - قم، ١٤١٥ هـ.
١٧٧. المواعظ العددية. للحاج الميرزا علي المشكيني الأردبيلي (معاصر)، تحقيق: علي الأحمد الميانجي، دفتر نشر الهادي - قم، الطبعة الرابعة ١٤٠٦ هـ.
١٧٨. الموطأ. لمالك بن أنس (ت ١٥٨ هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار احياء التراث العربي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤٠٦ هـ.
١٧٩. المؤمن. لحسين بن سعيد الكوفي الاهوازي (ت قرن ٣ ق)، تحقيق ونشر: مدرسة الامام المهدي (ع) - قم، ١٤٠٤ ق.
١٨٠. مهج الدعوات ومهيج العبادات. لأبي القاسم بن موسى الحلبي المعروف بابن طاووس (ت ٦٦٤ هـ) تحقيق: حسين الأعلمي، مؤسسة الأعلمي - بيروت، الطبعة الأولى ١٤١٤ هـ.
١٨١. نثر الدر. لأبي سعيد منصور بن الحسين الأبي (ت ٤٢١ هـ)، تحقيق: محمد علي قرنة، الهيئة المصرية العامة - مصر، الطبعة الأولى ١٩٨١ م.

- ١٨٢ . نزهة الناظر وتنبيه الخواطر . لأبي عبد الله الحسين بن محمد الحلواني (من أعلام القرن الخامس) تحقيق ونشر : مؤسسة الإمام المهدي (عج) - قم ، الطبعة الأولى ١٤٠٨ هـ .
- ١٨٣ . نصب الراية . لأبي محمد عبد الله بن يوسف الحنفي الزيلعي (ت ٧٦٢ هـ) دار الحديث - القاهرة ، ١٤١٥ هـ .
- ١٨٤ . النوادر . لفضل الله بن عليّ الحسني الراوندي (ت ٥٧١ هـ) ، تحقيق : سعيد رضا عليّ عسكري . مؤسسة دار الحديث - قم ، الطبعة الأولى ١٣٧٧ هـ ش .
- ١٨٥ . النهاية في غريب الحديث والأثر . لأبي السعادات مبارك بن مبارك الجزري المعروف بابن الأثير (ت ٦٠٦ هـ) ، تحقيق : طاهر أحمد الزاوي ، مؤسسة إسماعيليان - قم ، الطبعة الرابعة ١٣٦٧ هـ ش .
- ١٨٦ . نهج البلاغة . ما اختاره أبو الحسن الشريف الرضي محمد بن الحسين بن موسى الموسوي من كلام الإمام أمير المؤمنين عليه السلام (ت ٤٠٦ هـ) .
- ١٨٧ . الوافي . لملاً محسن بن مرتضى الفيض الكاشاني (ت ١٠٩١ هـ) ، تحقيق : ضياء الدين حسين اصفهاني ، مكتبة الإمام أمير المؤمنين عليه السلام - اصفهان ، ١٤٠٦ هـ .
- ١٨٨ . ينابيع المودة لذوي القربى . لسليمان بن إبراهيم القندوزي الحنفي (ت ١٢٩٤ هـ) ، تحقيق : عليّ جمال أشرف الحسيني ، دار الأسوة - طهران ، الطبعة الأولى ١٤١٦ هـ .



مرکز تحقیقات کلامی و فقهی اسلامی

فهرست تفصیلی

بخش چهارم: تأثیر خوردن و آشامیدن در سلامت و بیماری

۱۱	فصل یکم: کم خوری	۱۱
۱۱	تشویق به کم خوری	۱ / ۱
۱۳	فایده‌های ظاهری کم خوری	۲ / ۱
۱۳	الف - سلامت تن	
۱۵	ب - شادابی چهره	
۱۷	ج - طول عمر	
۱۷	فایده‌های باطنی کم خوردن	۳ / ۱
۱۷	الف - صفای اندیشه	
۱۷	ب - فروغ دل	
۱۷	ج - رهایی از شیطان	
۱۹	د - در آمدن به ملکوت آسمان‌ها	
۱۹	ه - تقرّب به درگاه خداوند	
۱۹	و - مجموعه‌ای از منافع کم خوری	
۲۳	فصل دوم: پرهیز	

۲۳	معنای پرهیز	۱ / ۲
۲۵	تشویق به پرهیز	۲ / ۲
۲۷	آنچه دربارهٔ مدت پرهیز بیمار، روایت شده است	۳ / ۲
۲۹	فصل سوم: گرسنگی کشیدن	
۲۹	تشویق به گرسنگی کشیدن	۱ / ۳
۳۱	فایده‌های جسمی گرسنگی کشیدن	۲ / ۳
۳۱	الف- سلامت تن	
۳۳	ب- خوش مزگی غذا	
۳۳	فایده‌های روحی گرسنگی کشیدن	۳ / ۳
۳۳	الف- دامن در کشیدن از گناه	
۳۳	ب- رهایی از شیطان	
۳۵	ج- تقرّب به درگاه خداوند	
۳۵	د- [رسیدن به] علم و حکمت پروردگار	
۳۷	ه- دیدن خداوند با دیدهٔ دل	
۳۹	فصل چهارم: پُرخوری	
۳۹	نکوهش پُرخوری	۱ / ۴
۴۳	نکوهش خوردن غذاهای رنگارنگ	۲ / ۴
۴۵	زیان‌های ظاهری پُرخوری	۳ / ۴
۴۵	الف- انواع ناتن درستی‌ها	
۴۷	ب- کاهش تن درستی	
۴۷	ج- گندبویی	
۴۹	زیان‌های باطنی پُرخوری	۴ / ۴
۴۹	الف- تباهی پاک‌دامنی	
۴۹	ب- تباهی نفس	

ج - پوشیده ماندن تیزهوشی ۵۱

د - ظلمت دل ۵۱

ه - آشفتگی خواب‌ها ۵۳

و - کمی عبادت ۵۳

ز - دوری از خداوند ۵۷

ح - گرسنگی در روز قیامت ۶۱

مجموعه‌ای از زبان‌های پُر خوری ۵ / ۴ ۶۳

زبان‌های خوردن پس از سیری ۶ / ۴ ۶۵

فصل پنجم: آداب غذا خوردن ۶۷

شستن دست‌ها پیش و پس از غذا ۱ / ۵ ۶۷

گذارن سبزی در سفره ۲ / ۵ ۷۳

درآوردن کفش‌ها ۳ / ۵ ۷۵

بر زبان آوردن نام خدا ۴ / ۵ ۷۵

خوردن با دست راست ۵ / ۵ ۸۱

آغاز کردن غذا با تمک و به پایان بردن آن با تمک یا سرکه ۶ / ۵ ۸۱

خوردن غذا به هنگام گرسنگی و اشتها ۷ / ۵ ۸۵

آغاز کردن با سُبک‌ترین غذا ۸ / ۵ ۸۷

خوردن غذای گرم، پیش از سرد شدن ۹ / ۵ ۸۷

برداشتن لقمه‌های کوچک و جویدن کامل غذا ۱۰ / ۵ ۸۷

دست کشیدن از غذا پیش از سیری ۱۱ / ۵ ۸۹

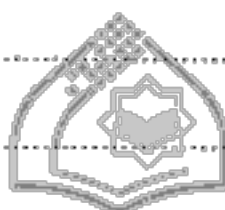
دست کشیدن بر چهره و دعا کردن پس از شستن دستان ۱۲ / ۵ ۹۱

به پشت دراز کشیدن پس از غذا ۱۳ / ۵ ۹۵

برهیز از زیاده‌روی ۱۴ / ۵ ۹۵

برهیز از دمیدن در غذا ۱۵ / ۵ ۹۷

۹۷	پرهیز از خوردن با دست چپ	۱۶ / ۵
۹۹	پرهیز از خوردن پس از سیری	۱۷ / ۵
۱۰۱	پرهیز از خوردن غذای داغ	۱۸ / ۵
۱۰۵	پرهیز از خوردن در حالت جنابت، مگر با وضو	۱۹ / ۵
۱۰۵	پرهیز از خفتن، بلافاصله پس از خوردن غذا	۲۰ / ۵
۱۰۷	رهنمودهای اسلام درباره خوردن	
۱۰۸	یک. مهم‌ترین رهنمود	
۱۰۹	دو. دو وعده غذا خوردن در شبانه‌روز	
۱۰۹	سه. توصیه به کم‌خوری	
۱۰۹	چهار. خطر پرخوری	
۱۱۰	پنج. مقدار خوراک مفید	
۱۱۰	شش. برترین خوراکی در بهترین سفره	
۱۱۰	هفت. آداب سفره	
۱۱۱	هشت. آداب غذا خوردن	
۱۱۳	نه. آداب پایان غذا و برچیدن سفره	
۱۱۴	ده. آداب خوردن گوشت و میوه	
۱۱۷	فصل ششم: آداب خوردن گوشت	
۱۱۷	انتخاب سردست یا قسمت‌های جلو	۱ / ۶
۱۱۹	شستن گوشت پیش از پختن آن	۲ / ۶
۱۲۱	گرفتن گوشت با نوک دندان‌ها	۳ / ۶
۱۲۳	پرهیز از خوردن گوشت خشکیده نمک‌سود	۴ / ۶
۱۲۵	نهی از خوردن گوشت خام	۵ / ۶
۱۲۷	پرهیز از اعتیاد به خوردن گوشت	۶ / ۶



مرکز تحقیقاتی پزشکی

۱۲۷	نوبت‌های خوردن گوشت	۷ / ۶
۱۲۹	وا نگذاردن گوشت به مدت چهل روز	۸ / ۶
۱۳۳	تمیز نکردن کامل استخوان و نخوردن مغز استخوان	۹ / ۶
۱۳۵	فصل هفتم: آداب خوردن میوه	
۱۳۵	شستن میوه با آب	۱ / ۷
۱۳۵	بردن نام خدا به هنگام خوردن	۲ / ۷
۱۳۵	دعا کردن به هنگام دیدن میوه نوبر	۳ / ۷
۱۳۷	خوردن هر میوه در آغاز فصلش و پرهیز از آن در پایان آن فصل	۴ / ۷
۱۳۷	جدا نکردن پوست میوه	۵ / ۷
۱۳۹	دانه دانه خوردن میوه و پرهیز از خوردن چند میوه با هم	۶ / ۷
۱۴۳	فصل هشتم: آداب آشامیدن	
۱۴۳	آنچه در آشامیدن، بایسته است	۱ / ۸
۱۴۳	الف - آشامیدن به سه نفس	
۱۴۳	ب - ایستاده آب آشامیدن در روز، و نشسته آشامیدن در شب	
۱۴۵	ج - آشامیدن آب نیم گرم	
۱۴۷	آنچه در آشامیدن ناپایسته است	۲ / ۸
۱۴۷	الف - دمیدن	
۱۴۹	ب - یکجا سر کشیدن	
۱۵۱	ج - آشامیدن آب بسیار داغ	
۱۵۱	د - آشامیدن آب در لابه‌لای غذا خوردن	
۱۵۱	ه - آشامیدن آب بر روی گوشت	
۱۵۳	و - آشامیدن آب بر روی چربی	
۱۵۳	ز - آشامیدن آب از مجاور دستۀ ظرف یا لبۀ شکسته آن	
۱۵۵	ح - آشامیدن در ظرف‌های مسی	
۱۵۵	ط - آشامیدن در حالت ناشتا	
۱۵۵	ی - آشامیدن آب سرد، پس از خوردن شیرینی	
۱۵۷	ک - نوشیدن آب فراوان	

۱۵۷	ل- نوشیدن آب سرد و آب جو در حمام
۱۵۹	فصل نهم : توبت‌های غذا
۱۵۹	۱ / ۹ صبحگاهان و شامگاهان
۱۵۹	۲ / ۹ تأکید بر خوردن ناشتایی و نهی از واگذارن آن
۱۶۱	۳ / ۹ تأکید بر خوردن شام و نهی از واگذارن آن
۱۶۹	۴ / ۹ یک وعده در روز
۱۶۹	۵ / ۹ سه وعده در دو روز
۱۷۳	سخنی درباره احادیث مربوط به وعده‌های غذا

بخش پنجم : درمان با غذاها و گیاهان دارویی

۱۸۱	فصل یکم : تُرنج
۱۸۱	۱ / ۱ تأکید بر خوردن تُرنج
۱۸۱	۲ / ۱ خواص تُرنج
۱۸۳	۳ / ۱ خوردن تُرنج پس از غذا
۱۸۳	۴ / ۱ نخوردن تُرنج در شب
۱۸۵	۵ / ۱ آنچه تُرنج را هضم می‌کند
۱۸۷	۶ / ۱ مُربای تُرنج
۱۸۷	۷ / ۱ نگاه کردن به تُرنج
۱۸۹	فصل دوم : آلو
۱۹۳	فصل سوم : برنج
۱۹۳	۱ / ۳ مهتر همه خوراکی‌ها
۱۹۳	۲ / ۳ خواص برنج
۱۹۷	فصل چهارم : بادروج (خوک)
۲۰۳	فصل پنجم : بادمجان
۲۰۹	فصل ششم : باقلا
۲۰۹	۱ / ۶ خوراک عیسی

۵۶۳	فهرست تفصیلی
۲۰۹	خواص باقلا ۲ / ۶
۲۱۱	خوردن باقلا با پوست آن ۳ / ۶
۲۱۳	فصل هفتم : پیاز
۲۱۷	فصل هشتم : خربزه
۲۱۷	خواص خربزه ۱ / ۸
۲۲۱	خوردن خربزه پیش از غذا ۲ / ۸
۲۲۱	نهی از خوردن خربزه در حالت ناشتا ۳ / ۸
۲۲۳	آداب خوردن خربزه ۴ / ۸
۲۲۵	فصل نهم : تخم مرغ
۲۲۵	خواص تخم مرغ ۱ / ۹
۲۲۷	خوردن تخم مرغ با پیاز و روغن زیتون ۲ / ۹
۲۲۹	خوردن تخم مرغ با گوشت ۳ / ۹
۲۲۹	زرده تخم مرغ ۴ / ۹
۲۳۱	نهی از افراط در خوردن تخم مرغ ۵ / ۹
۲۳۳	تخم مرغ های حلال و تخم مرغ های حرام ۶ / ۹
۲۳۷	فصل دهم : سیب
۲۳۷	خواص سیب ۱ / ۱۰
۲۴۱	خواص خوردن سیب در حالت ناشتا یا در سحرگاهان ۲ / ۱۰
۲۴۳	بویدن سیب پیش از خوردن ۳ / ۱۰
۲۴۳	مکروه بودن خوردن سیب ترش ۴ / ۱۰
۲۴۵	فصل یازدهم : تلیبینه
۲۴۷	فصل دوازدهم : خرما
۲۴۷	خواص خرما ۱ / ۱۲
۲۵۱	بهترین افطاری و سحری ۲ / ۱۲
۲۵۳	خواص خرما برای زن باردار و تازه‌زا ۳ / ۱۲
۲۵۵	خوردن خرما با خربزه و خیار ۴ / ۱۲

۲۵۷	 گشودن کام نوزاد با خرما	۵ / ۱۲
۲۵۹	 فصل سیزدهم : آنجیر	
۲۶۳	 فصل چهاردهم : سیر	
۲۶۵	 فصل پانزدهم : پنیر	
۲۶۵	 خواص پنیر	۱ / ۱۵
۲۶۷	 خوردن پنیر با گردو	۲ / ۱۵
۲۶۷	 خوردن پنیر با خربزه	۳ / ۱۵
۲۶۹	 زیان‌های پنیر	۴ / ۱۵
۲۶۹	 خوردن پنیر در صبحگاهان و شامگاهان	۵ / ۱۵
۲۷۱	 فصل شانزدهم : جرجیر	
۲۷۱	 آنچه در نکوهش جرجیر روایت شده	۱ / ۱۶
۲۷۳	 آنچه در نهی از خوردن جرجیر به هنگام شب رسیده است	۲ / ۱۶
۲۷۳	 آنچه احادیث پیشین را رد می‌کنند	۳ / ۱۶
۲۷۷	 فصل هفدهم : زردک	
۲۸۱	 فصل هجدهم : گردو	
۲۸۳	 فصل نوزدهم : هزار اسپند	
۲۸۷	 فصل بیستم : شنبلیله	
۲۹۱	 فصل بیست و یکم : شیرینی	
۲۹۳	 فصل بیست و دوم : نخود	
۲۹۵	 فصل بیست و سوم : نان	
۲۹۵	 خواص نان	۱ / ۲۳
۲۹۷	 خواص نان جو	۲ / ۲۳
۲۹۷	 خواص نان برنج	۳ / ۲۳
۲۹۹	 خواص نان گاؤزس	۴ / ۲۳
۳۰۱	 فصل بیست و چهارم : کاهو	
۳۰۳	 فصل بیست و پنجم : سرکه	

۳۰۲	خواص سرکه	۱ / ۲۵
۳۰۵	خواص سرکه شراب	۲ / ۲۵
۳۰۷	آغاز کردن غذا با سرکه	۳ / ۲۵
۳۰۹	فصل بیست و ششم: انار	
۳۰۹	بهتر میوه‌ها	۱ / ۲۶
۳۰۹	خواص انار	۲ / ۲۶
۳۱۵	خواص انار شیرین	۳ / ۲۶
۳۱۷	خواص انار ترش و شیرین (مُلَس)	۴ / ۲۶
۳۱۷	خواص خوردن انار با پیه آن	۵ / ۲۶
۳۲۱	فصل بیست و هفتم: مویز	
۳۲۱	خواص مویز	۱ / ۲۷
۳۲۳	خواص خوردن مویز در حالت ناشتا	۲ / ۲۷
۳۲۵	خواص خوردن بیست و یک دانه مویز	۳ / ۲۷
۳۲۷	فصل بیست و هشتم: زیتون	
۳۲۷	خواص زیتون	۱ / ۲۸
۳۲۹	خواص روغن زیتون	۲ / ۲۸
۳۳۳	فصل بیست و نهم: آویشن	
۳۳۷	فصل سی‌ام: مُشکک	
۳۴۱	فصل سی و یکم: پِه	
۳۴۱	خواص پِه	۱ / ۳۱
۳۴۹	فایده‌های ناشتا خوردن پِه	۲ / ۳۱
۳۵۱	خواص پِه برای زنان باردار	۳ / ۳۱
۳۵۳	فصل سی و دوم: شکر	
۳۵۳	خواص شکر	۱ / ۳۲
۳۵۷	خواص شکر طَبَرَزَد	۲ / ۳۲
۳۶۱	فصل سی و سوم: شلغم	
۳۶۵	فصل سی و چهارم: چغندر	

۳۶۹	فصل سی و پنجم : روغن حیوانی
۳۶۹	۱ / ۳۵ خواص روغن گاو
۳۷۱	۲ / ۳۵ مکروه بودن روغن حیوانی برای پیران
۳۷۳	فصل سی و ششم : سیّا (سُنا)
۳۷۵	فصل سی و هفتم : سَوِیق
۳۷۵	۱ / ۳۷ خواص سَوِیق
۳۸۱	۲ / ۳۷ خواص برخی از انواع سَوِیق
۳۸۱	الف - سَوِیق چو
۳۸۳	ب - سَوِیق عدس
۳۸۳	ج - سَوِیق برنج
۳۸۵	د - سَوِیق سیب
۳۸۷	۳ / ۳۷ خواص سَوِیق خشک
۳۸۹	فصل سی و هشتم : پیذ
۳۹۳	فصل سی و نهم : عدس
۳۹۷	فصل چهل و یکم : عسل
۳۹۷	۱ / ۴۰ درمان با عسل
۴۰۱	۲ / ۴۰ خواص عسل
۴۰۹	فصل چهل و یکم : انگور
۴۰۹	۱ / ۴۱ تأثیر انگور در از میان رفتن آندوه
۴۱۱	۲ / ۴۱ آداب خوردن انگور
۴۱۳	فصل چهل و دوم : عُنّاب
۴۱۵	فصل چهل و سوم : سِنجد
۴۱۷	فصل چهل و چهارم : تَرَب
۴۱۹	فصل چهل و پنجم : خُرّقه
۴۲۳	فصل چهل و ششم : خیار
۴۲۳	۱ / ۴۶ خواص خیار

۵۶۷	فهرست تفصیلی
۴۲۳	۲ / ۴۶ آداب خوردن خیار
۴۲۷	فصل چهل و هفتم: کدو
۴۳۱	فصل چهل و هشتم: کباب
۴۳۵	فصل چهل و نهم: تره
۴۳۵	۱ / ۴۹ خواص تره
۴۳۹	۲ / ۴۹ خوردن تره تازه
۴۴۱	۳ / ۴۹ خوردن تره همراه با نمک
۴۴۳	فصل پنجاهم: کرفس
۴۴۵	فصل پنجاه و یکم: قارچ
۴۵۱	فصل پنجاه و دوم: گلابی
۴۵۳	فصل پنجاه و سوم: کُنْدُر
۴۵۳	۱ / ۵۳ خواص کُنْدُر
۴۵۵	۲ / ۵۳ فایده‌های کُنْدُر برای زنان باردار
۴۵۹	فصل پنجاه و چهارم: شیر
۴۵۹	۱ / ۵۴ خواص شیر
۴۶۱	۲ / ۵۴ درمان کردن با شیر گاو
۴۶۳	۳ / ۵۴ شیر شتر
۴۶۵	۴ / ۵۴ ماست چکیده ماده الاغ
۴۶۷	۵ / ۵۴ شیر با عسل
۴۶۷	۶ / ۵۴ ماست و نانخواه
۴۶۹	فصل پنجاه و پنجم: گوشت
۴۶۹	۱ / ۵۵ مهتر همه خوراکیها
۴۷۱	۲ / ۵۵ خواص گوشت
۴۷۳	۳ / ۵۵ خواص گوشت همراه با شیر
۴۷۵	۴ / ۵۵ گوشت شتر
۴۷۷	۵ / ۵۵ گوشت گاو
۴۷۹	۶ / ۵۵ گوشت میش

۴۸۱	گوشت کبک	۷ / ۵۵
۴۸۱	گوشت هونر	۸ / ۵۵
۴۸۱	گوشت مرغ	۹ / ۵۵
۴۸۳	گوشت کبک‌نچیر	۱۰ / ۵۵
۴۸۳	گوشت سنگ‌خوارک	۱۱ / ۵۵
۴۸۵	گوشت ماهی	۱۲ / ۵۵
۴۸۵	خوردن گوشت ماهی	۱-۱۲/۵۵
۴۸۵	خوردن خرما یا عسل، پس از خوردن ماهی	۲-۱۲/۵۵
۴۸۷	نهی از خوردن تخم مرغ و ماهی با همدیگر	۳-۱۲/۵۵
۴۸۷	نهی از اعتیاد به خوردن ماهی	۴-۱۲/۵۵
۴۹۱	فصل پنجاه و ششم: لویا	
۴۹۳	فصل پنجاه و هفتم: ماش	
۴۹۵	فصل پنجاه و هشتم: نمک	
۴۹۹	فصل پنجاه و نهم: هَلیم	
۵۰۳	فصل شصتم: کاسنی	
۵۰۷	فهرست‌ها	
۵۰۹	۱. فهرست آیات	
۵۱۳	۲. فهرست اشخاص	
۵۲۳	۳. فهرست جمعیت‌ها و قبیله‌ها	
۵۲۵	۴. فهرست ادیان، فرقه‌ها و مذاهب	
۵۲۷	۵. فهرست بیماری‌ها و ناخوشی‌ها	
۵۳۱	۶. فهرست خوراکی‌ها، داروها و ترکیبات دارویی	
۵۳۶	۷. فهرست شهرها و مکان‌ها	
۵۳۷	۸. فهرست زمان‌ها و روزها	
۵۳۹	۹. فهرست منابع و مأخذ	
۵۵۷	۱۰. فهرست تفصیلی	