www.takbook.com

آئین تندرستی

راز سلامتی در کلمات

پیامبر اکرم(ص) و ائمه سلام الله علیهم

تألیف:
سید محمود دهسرخی اصفهانی

ترجمه:
شیخ علی صحت

www.takbook.com

www.takbook.com

یادداشت ناشر

کتاب حاضر ترجمه‌ی کتاب رمزالصحه فی طبالنبی والائمه تالیف سید محمود دهسرخی اصفهانی است که در اصل به زبان عربی نوشته شده و ترجمه‌ء حاضر از روی طبع دوم متن عربی کتاب صورت گرفته است. در رابطه با این کتاب تذکر دو نکته را ضروری میدانیم:

۱ – مولف محترم کتاب دیگری در همین زمینه دارد تحت عنوان مفاتیح‌الصحه فی طبالنبی و الائمه که به فارسی نوشته و در بخش «خوراکیها و نوشیدنیها» ی ترجمه‌ی حاضر از این کتاب استفاده‌ی فراوان کرده‌ایم.

۲ – قسمت «پیوستها» در متن عربی نیست و ما خود به کتاب افزوده‌ایم با این توضیح که کلیه‌ی احادیث و روایات این بخش، از کتابهای معتبر مثل مکارم‌الاخلاق و وسائل‌الشیعه نقل شده است. امید که مورد قبول و استفاده‌ی علاقمندان قرار بگیرد.

والسلام

www.takbook.com

www.takbook.com

مقدمه مولف

بسم‌الله الرحمن الرحیم

سپاس و ستایش بر خداوند که پروردگار جهانیان است، و درود و سلام بر حضرت محمد صلی‌الله علیه و اله و بر دودمان پاکش، و لعنت و نفرین بر دشمنانشان باد.

پس از حمد و درود، چنین گوید این بندهٔ گنهکار سید محمود موسوی دهسرخی اصفهانی فرزند سید مهدی که خداوند ایشان را بیامرزد: همانا این، رساله و کتاب شریفی است شامل برخی از روایاتی که پیرامون امور پزشکی و خوردنی‌ها و آشامیدنی‌های مباح و حلال از گفتار پیامبر اکرم و امامان معصوم علیهم‌السلام نقل شده و اینجانب آنها را جمع و مرتب نموده و لغات آنها را بیان و مشکلات آنها را توضیح داده و نیز گفتار برخی از علماء و دانشمندان نامی را در این پیرامون گردآوری نموده‌ام، و این رساله شامل سه بخش و یک پایان نامه میباشد، و این کتاب را بنام (راز سلامتی در طب پیامبر و امامان علیهم‌السلام) نامیدم.

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش اول

طب پیامبر اکرم(ص)

«طب النبی»

روایات این بخش از کتاب شریف بحارالانوار علامه مجلسی نقل میشود.

طب النبی

صلی الله علیه و آله و سلم

www.takbook.com

www.takbook.com

المعده بیت کل داء و الحمیه راس کل دواء واعط کل بدن ماعودته

(رسول اکرم«ص» - بحارالانوار، جلد ۶۲، صفحه ۲۹۰)

«سرآغاز و خانهٔ هر بیماری معده، و سرآغاز هر دارو و درمانی پرهیز است و هر بدنی را از آن چیزی برخوردار کن که عادتش دادهای».

www.takbook.com

www.takbook.com

بسم‌الله الرحمن الرحیم

*** برای هر دردی دوائی است**

۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: خداوند هیچ درد و مرضی را نیافریده مگر آنکه دارو و دوای آن را نیز آفریده است بغیر از مرگ.(۱)

۲ ـ نبی اکرم«ص» فرمود: خدائی که بیماری را قرار داده و نازل کرده است، شفا و درمان آن را نیز قرار داده و نازل کرده است.

*** گرمی و سردی**

۳ ـ پیامبر خدا«ص» فرمود: گرم مزاجان را به طولانی بودن عمرشان مژده و بشارت دهید.

---

۱ ـ در کتاب طبالنبی گوید: مسلم در کتاب خود بنام «صحیح» بروایت ابی الزبیر از جابربن عبدالله انصاری نقل کرده که پیامبر خدا «ص» فرمود: برای هر دردی دوائی قرار داده شده است که چون این دوا بان درد برسد بهبودی یافتن خداوند حاصل میگردد.

و در کتاب «مسند احمد بن حنبل» بروایت زیاد بن علاقه از اسامه بن شریک نقل شده که گوید: در نزد پیامبر خدا بودم که گروهی از بادیه نشینان بحضورشان آمدند و عرض کردند: ای رسول خدا اجازه میدهید در بیماریها خودمان را مداوا و معالجه نمائیم؟ حضرت رسول «ص» فرمود: آری ای بندگان خدا، مداوا کنید خودتان را که خداوند هیچ بیماری و دردی را قرار نداده است مگر آن که برایش شفا و درمانی قرار داده است مگر یک مرض. گفتند: یا رسولالله آن یک مرض چیست؟ فرمود: پیری.

www.takbook.com

www.takbook.com

۴ ـ رسول خدا«ص» فرمود: سرآغاز و پایه‌ی هر درد و بیماری، سردی و برودت مزاج است(۱)

*** چه موقع باید غذا خورد؟**

۵ ـ رسول خدا«ص» فرمود: در حالی غذا بخور که میل و اشتها داری و هنگامی دست از غذا بکش که هنوز میل و اشتها داشته باشی.

*** مکان دردها معده است**

۶ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: مکان هر مرضی معده و سرآغاز هر درمانی پرهیز است و هر بدنی را از آن چیز برخوردار کن که عادتش داده‌ای.(۲)

*** با هم غذا بخوریم**

۷ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین و دوسترین طعام در نزد خداوند آن طعامی است که دستهای بیشتری بسویش برده شود.

---

۱ ـ در کتاب بحارالانوار گوید: منظور از این حدیث این است که اغلب و اکثر بیماریها از برودت و سردی ناشی میشود و یا غالب بیماریها در جاهائی که سردسیر است از برودت و سردی ناشی میشود.

۲ ـ در کتاب «آیات الأحکام جزائری» آمده است که: هارون الرشید طبیبی داشت نصرانی. روزی این طبیب نصرانی به علی بن الحسین بن واقد گفت: آیا در کتاب شما قرآن کریم چیزی درباره‌ی طب هست؟ در حالی که علم دو علم است: یکی علم ادیان و دیگری علم ابدان، ابن واقد باو گفت: خداوند تمام طب و پزشکی را در نصف آیه بیان کرده و فرموده است:

کلوا و اشربوا ولا تسرفوا (سوره اعراف ، آیه ۳۰)

یعنی «بخورید و بیاشامید و زیاده روی نکنید».

و پیامبر خدا (ص) فرموده است:

المعده بیت کل داء و الحمیه راس کل دوا (بحار ج ۶۲ ص ۲۹۰)

یعنی «معده مکان هر دردی و پرهیز سرآغاز هر دارو و درمانی است».

طبیب نصرانی گفت: واقعا کتاب شما و پیامبر شما طبی برای جالینوس باقی نگذارده‌اند.

www.takbook.com

www.takbook.com

*** غذا خوردن با سه انگشت**

۸ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: با یک انگشت غذا خوردن از روش شیطان است و با دو انگشت غذا خوردن از روش گردنکشان است و با سه انگشت غذا خوردن از روش پیامبران است.

*** غذای خنک**

۹ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: طعام را خنک کنید (سپس بخورید) که در طعام داغ برکتی نیست.

*** کفشها را موقع غذا خوردن بیرون آورید**

۱۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هنگام غذا خوردن کفشها را از پاهایتان بیرون آورید که برای پاهایتان راحتتر بوده و این کار روش پسندیده است.

*** تواضع در غذا خوردن**

۱۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: غذا خورن با خادمان از روش تواضع و فروتنی است و هر که با خادمان غذا بخورد (اهل بهشت شده) و بهشت باو مشتاق میشود.

*** غذا خوردن در بیرون**

۱۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: غذا خوردن در بازار (و خیابان و کوچه) از روشهای پست و نکوهیده است.

*** چه غذائی را باید دوست داشت؟**

۱۳ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: موءمن طعامی را میخورد که اهل و خانواده‌اش دوست دارند و منافق طعامی را به اهل و خانواده‌اش میخوراند که خودش دوست دارد.

*** از کجای غذا باید خورد؟**

۱٤ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: زمانی که طعام در سفره قرار داده شد از قسمت جلوی خودتان بخورید و بسوی بالا و وسط طعام دست دراز نکنید که برکت در بالای طعام قرار داده شده است و هیچ یک از شما نباید دست از غذا

www.takbook.com

www.takbook.com

بکشد و از سر سفره بلند شود تا همه‌ی حاضرین سیر شده و از سر سفره بلند شوند زیرا اگر زودتر از دیگران کسی دست از غذا کشیده و بلند شود موجب شرمندگی و خجلت آنان میگردد.

*** برکت در وسط طعام**

۱۵ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: برکت در وسط طعام است. پس از کنار و اطراف طعام استفاده کنید و از میانه غذا استفاده نکنید.

*** برکت در کدام طعام است؟**

۱۶ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: برکت در سه چیز است: در طعام دسته جمعی، و در طعام سحر، و در طعامی که ترید شود.

*** مسواک و خلال**

۱۷ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که دو چوب را (چوب خلال و چوب مسواک) بکار برد از درد کلیتین در امان باشد (احتیاج بکشیدن و معالجه دندان بواسطه کلیتین و یا وسائل دیگر پیدا نمیکند).

۱۸ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بعد از خوردن غذا لای دندانهایتان را خلال کنید و آب را در دهانتان گردانده و مضمضه کنید، زیرا که این کار موجب بهداشت و سلامت دندانهای پیشین و عقل (و بلکه موجب صحت همه‌ی دندانها) میشود.

۱۹ ـ رسول‌الله (ص) فرمود: دندانهایتان را خلال کنید که موجب پاکی و نظافت است و نظافت از ایمان و ایمان، صاحبش را تا بهشت همراهی میکند.

*** طعام سخی**

۲۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: ظرف غذائی که از باقی مانده طعام پاک و لیسیده شود بر آن که باقی مانده‌ی غذا را خورده است استغفار میکند (اشاره باین است که خداوند کسی را که باقی مانده‌ی غذا را در ظرف نگذاشته و آن را میخورد تا تلف و فاسد نشود مورد عنایت و رحمت خود قرار میدهد).

www.takbook.com

www.takbook.com

*** دسته جمعی غذا بخورید**

۲۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: طعام را با هم و دسته جمعی بخورید و در غذا خوردن پراکنده نباشید که برکت در جماعت است.

*** زیاده خوری**

۲۳ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: زیاده خوری شوم و ناپسند است.

۲٤ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که گرسنه شود و یا احتیاج پیدا کند و از مردم پوشیده بدارد و روی نیاز بسوی خدا آورد بر خداوند حق و لازم است روزی حلال یکساله‌ی او را برویش بگشاید.

۲۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر که ریخته شده‌های در سفره را بخورد مادامی که زندگی میکند دارای وسعت و فراخی در روزی شده و خود و فرزندان و نواده گانش از حرام در امان میمانند.

*** احترام به مهمان**

۲٦ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که بر خدا و روز قیامت ایمان دارد باید که به مهمانش احترام کند.

*** تواضع در طعام**

۲۷ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: از روشهای تواضع این است که انسان لقمه باقی مانده‌ی غذای برادر موءمنش استفاده کرده و بخورد.

*** طعام اندک**

۲۸ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: هر که طعامش کم باشد حسابش کم خواهد بود.

*** آب خوردن**

۲۹ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: نباید شما ایستاده آب بخورید (البته این دستور مربوط بشب است) اگر کسی فراموش کرده ایستاده آب بخورد باید که پرهیز نماید.

www.takbook.com

www.takbook.com

*** احتکار**

۳۰ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: ملعون است آن که احتکار میکند (مواد غذائی مردم را).

۳۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: احتکار در ده چیز است ۱ ـ گندم، ۲ ـ جو ۳ ـ خرما ٤ ـ کشمش ٥ ـ ذرت ٦ ـ روغن حیوانی ۷ ـ عسل ۸ ـ پنیر ۹ ـ گردو ۱۰ ـ روغن نباتی.

۳۲ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: اگر برای کسی تجارت و محل درآمدی جز در طعام (و خرید و فروش آن) نباشد (ممکن است که) طغیان و ستم روا دارد.

۳۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: اگر کسی (مواد غذائی) و طعام را چهل روز نگهدارد و احتکار کند برای اینکه قیمت آن بالا برود همانا که از خداوند دوری جسته و خدا نیز از او دوری میجوید.

۳٤ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: کسی که طعامی را در میان مسلمین احتکار کند خداوند او را به جذام و نداری مبتلا میگرداند.

*** طعام در سحر**

۳۵ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: سحر خیز باشید و در سحر بخورید که برکت در آن است.

۳٦ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: سحرخیز باشید و در سحر بخورید برخلاف اهل کتاب و پیروان ادیان.

*** نان و انگور**

۳۷ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین طعام شما نان و بهترین میوه‌ی شما انگور است.

*** یکبار در روز غذا بخورید**

۳۸ ـ رسول خدا «ص» فرمود: در هر یک از روز و شب یکبار بخورید یعنی از کسانی باشید که یکبار در روز و یکبار در شب میخورند.

www.takbook.com

www.takbook.com

*** حلیم**

۳۹ ـ رسول‌الله «ص» : بر شما باد بخوردن حلیم (طعامها) که این طعام، آدمی را برای عبادت چهل روز قوت و نشاط میدهد و این طعام برای ما بجای مائده‌ای است که بر عیسی علیه‌السلام نازل میگردید.

*** احترام به نان**

۴۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: نان را با چاقو نبرید و به نان ارزش و احترام قائل شوید که خداوند بآن احترام گذارده است.

*** نمک**

۴۱ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: قبل از خوردن غذا اگر کسی سه لقمه با نمک بخورد هفتاد و دو نوع بیماری از او دور میشود که برخی از این بیماری‌ها عبارتند از جنون و جذام و برص.

۴۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین خورشتهای غذاهای شما نمک است.

۴۳ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر که بخورد نمک را قبل از هر طعام و بعد از هر طعام، خداوند هفتاد و سه نوع بلا و مرض را از او دور میکند که آسانترینش جذام است.

۴۴ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: غذا را با نمک شروع کنید که آن داروی هفتاد مرض است.

*** آب**

۴۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بهترین صدقه و احسان آب دادن است.

۴۶ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بهترین آشامیدنی‌ها در دنیا و آخرت آب است.

۴۷ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بیماری تب از چرک دوزخ است پس آن را

www.takbook.com

www.takbook.com

با آب خنک کنید(۱).

* نوشیدن آب

۴۸ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: زمانی که تشنه شدید آب را خرده خرده (جرعه جرعه) بنوشید و یکجا سر نکشید.

۴۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: سر کشیدن آب موجب درد کبد میشود.

۵۰ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: هر طعام و آشامیدنی که در آن حیوانی بیافتد که دارای خون جهنده و روان نباشد و بمیرد، آن طعام و آشامیدنی حلال و پاک میباشد.

۵۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که بخوردن و نوشیدن زیاد عادت کند قلبش قساوت پیدا میکند.

۵۲ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر که آب نوشیده و سه بار نفس بکشد

۱ـ در کتاب «طب‌النبی ص» نوشته است: این حدیث مورد اشکال برخی از طبیبان نادان قرار گرفته و خیال کرده‌اند که راه معالجه و مداوای تب در این حدیث با درمان صحیح و معالجه‌ی آن منافات دارد، ولی ما بیاری خداوند اشکال این حدیث را برطرف کرده و راز آن را بیان میکنیم و میگوئیم: خطابهای پیامبر بر دو نوع است: یکی برای همه‌ی مردم روی زمین است و دیگری برای مردم خاص میباشد، اما خطابهای عمومی آنحضرت مانند بسیاری‌از احادیث ایشان است که مورد خطاب همه‌ی مردم میباشد، و اما خطابهای خصوصی آنحضرت مثل این است که آنحضرت فرمود: «رو بقبله و پشت بقبله بول و غائط نکنید بلکه در این حال، رو بشرق و غرب بنمائید». این خطاب متوجه مردم شرق و غرب و مردم عراق نمیباشد (زیرا ممکن است اگر آنان رو بشرق و غرب بایستند محاذی و مقابل قبله باشند) بلکه این خطاب متوجه‌ی مردم مدینه و آنانی که در سمت مدینه هستند مانند مردم شام و امثال ایشان میباشند با توجه باین حقیقت میتوان گفت: خطاب پیامبر در موضوع بیماری تب متوجه مردم حجاز و امثال ایشان باشد که تب بسیاری از ایشان از تب‌های روزمره‌ای میباشد که از حرارت خورشید عارض شده و بدین جهت خوردن و شستشو کردن در آب خنک مفید بر آن میتواند باشد.

www.takbook.com

www.takbook.com

(از این جهت) در امان خواهد بود.

*** مغز استخوان**

۵۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: از بدترین امت من کسانی هستند که مغز استخوانها را میخورند (مغز حرام را).

*** مسکرات**

۵٤ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: ابلیس (که بزرگ شیاطین است) شیطانها را مورد خطاب قرار داده و میگوید: بر شما باد به خوردن گوشت و مسکر (چیزهای مست کننده) و زنان، همانا که من اجتماع شر و بدیها را پیدا نمیکنم مگر در آنها.

*** گوشت**

۵۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بهترین خورشتها در دنیا و آخرت گوشت است.

*** بچه شتر**

۵٦ ـ پیامبر اکرم «ص» فرمود: بر شما باد بخوردن بچه شتر برخلاف یهودیان (که آنان بچه شتر را نمیخورند)

*** گوشت**

۵۷ ـ رسول اکرم «ص» فرمود: خوردن گوشت، گوشت بدن را زیاد میکند. هر که چهل روز خوردن گوشت را ترک کند خلقش بد میشود.

۵۸ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر که خوردن مردار و گوشت خوک و خون را ترک کند در موقعی که بخوردن آنها ناچار باشد (و غذای دیگری نتواند پیدا کند و بترسد که از گرسنگی بمیرد) و سپس بمیرد جاودانه بسوی آتش خواهد رفت.

*** گوشت را با چاقو نبرید**

۵۹ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: گوشت را در سفره با چاقو نبرید که این از شهای عجمها میباشد، بلکه گوشت را از هم جدا کنید و بدندان بکشید که این

www.takbook.com

www.takbook.com

روش، گواراتر و خوشتر است.

*** ماهی**

۶۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: از شکار شده‌های مجوسیان نخورید جز ماهی را.

*** گوشت**

۶۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که چهل روز (مرتبا) گوشت بخورد قساوت و تیرگی دل پیدا میکند.

۶۲ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: خداوند به یکی از پیامبرانش که از ضعف و ناتوانی شکایت میکرد وحی فرستاد که: گوشت را با شیر بپز و بخور، همانا که من شفا و برکت را در آنها قرار داده‌ام.

*** برنج**

۶۳ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: برنج در میان خوراکی‌ها مانند سید و آقا در میان قوم و قبیله است، و من در میان پیامبران مانند نمک در طعام هستم.

*** خوردن میوه**

۶۴ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: هر که میوه‌ای را تک تک بخورد باو ضرر نمیرساند.

*** عطر بنفشه**

۶۵ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: خود را به روغن و عطر بنفشه معطر کنید که آن موجب خنکی در تابستان و موجب گرمی در زمستان میباشد.

*** شیر**

۶۶ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: زنان باردار خود را شیر بخورانید تا عقل کودکانتان افزونتر شود.

۶۷ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: بعد از خوردن شیر مضمضه کرده و آب را در دهانتان بگردانید که شیر چربی داشته و در دهان باقی میماند.

۶۸ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: سه چیز است که نباید برگردانده شود

www.takbook.com

www.takbook.com

بالش و شیر و روغن.

۶۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: پنیر موجب ناخوشی است و گردو موجب ناخوشی است، چون با هم خورده شوند موجب شفا میگردند.

۷۰ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: نوشیدن شیر ایمان را خالص میگرداند.

*** کندر**

۷۱ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بر شما باد به کندر که خوردن کندر حرارت را از قلب میزداید و پاک میکند چنانکه با انگشت خود عرق پیشانی را پاک میکنید، و کمر را سفت و قوی کرده و عقل را زیاد و فروغ چشم را افزون نموده و فراموشی را از میان میبرد.

*** علت فراموشی**

۷۲ ـ پیامبر اکرم «ص» فرمود: ده چیز است که موجب فراموشی و نسیان میشوند: خوردن پنیر، خوردن باقی مانده و دهان خورده‌ی موش، خوردن سیب ترش، خوردن تخم گشنیز، حجامت نمودن از گودی پشت سر، راه رفتن میان دو زن، نگاه کردن بر کسی که از دار آویخته شده است، نگاه بدیوانگان، و خواندن نوشته‌های روی قبرها.

*** شیر**

۷۳ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: هیچ چیزی مثل شیر جای خوراکی و نوشیدنی را نمیگیرد.

*** گوسفند**

۷۴ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: داشتن یک گوسفند یک برکت است، و داشتن دو گوسفند دو برکت است، و داشتن سه گوسفند (و بیشتر) موجب غنیمت (و دولتمندی) است.

*** شادابی**

۷۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: سه چیز موجب شادابی جسم و تن میشود: بکار بردن عطر و بوی خوش، و پوشیدن جامه‌ی نرم، و نوشیدن عسل.

www.takbook.com

www.takbook.com

*** عسل و شیرینی**

۷۶ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بر شما باد بخوردن عسل. سوگند بان خدائی که جانم بدست اوست در هر خانه‌ای که عسل در آن باشد فرشتگان باهل آن خانه طلب آمرزش میکنند. اگر کسی عسل بخورد هزار دوا در درونش داخل شده و هزار درد از وجودش بیرون میرود و اگر از دنیا برود آتش به بدنش نمیرسد (البته اگر کسی بقصد پیروی از دستورات بهداشتی خدا و رسولش چیزی را بخورد علاوه بر نتایجی که از خوردن آن بدست میاورد از وعده‌های معنوی نیز بهرمند خواهد شد.)

*** شیرینی**

۷۷ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: قلب مومن (با صفا و) شیرین است، و شیرینی را دوست میدارد.

۷۸ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: اگر کسی لقمه‌ی شیرین را در دهان برادر دینیش قرار دهد و این کار را بخاطر طمع و رشوه‌ای و یا بخاطر در امان ماندن از شر او انجام نداده بلکه فقط برای خدا این کار را انجام دهد خداوند او را از گرمای (آتشین) روز قیامت بدور میدارد.

۷۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: عسل، نوشیدنی بسیار نیکوئی است که قلب را بارور نموده و سردی سینه را از میان میبرد.

۸۰ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر که میخواهد حافظه‌اش خوب گردد باید که عسل بخورد.

۸۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: اگر یکی از شما کنیزی را خریداری کرد اول چیزی را که باو میخوراند باید عسل باشد که موجب پاکی (و شادابی) او میشود.

*** خرما**

۸۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: اگر زنی فرزندی زائید اول چیزی که میباید بخورد خرمای شیرین است، زیرا اگر چیزی بهتر از آن بود خداوند جناب

www.takbook.com

www.takbook.com

مریم را از آن اطعام میکرد موقعی که عیسی علیه‌السلام را زائید (۱)

* رطب

۸۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: زمانی که خرمای رطب و رسیده فرا رسید مرا تهنیت و بشارت دهید و زمانی که برده شده و پایان یافت مرا تعزیت بگوئید.

۸۴ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: خانه‌ایکه در آن خرما نباشد گویا که در آن طعامی نیست.

۸۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: درخت خرما و انار و انگور از زیادی سرشت آدم علیه‌السلام آفریده شده است.

۸۶ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: گرامی و عزیز بدارید دو خویش خود نخله خرما و کشمش را.

۸۷ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: ناشتا خرما بخورید که کرمکهای بدن را نابود میکند.

۸۸ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین سحری (طعامی که در سحر و قبل از صبح خورده شود) برای مومن خرما است.

۸۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هر کس خرما توانست پیدا کند باید بان افطار کند و اگر خرما نشد باب افطار کند.

* عسل

۹۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: کسی اگر بشما شربت عسل را تعارف کرد رد نکنید.

---

۱ ـ اشاره است بایه شریفه که خداوند بمریم میگوید.

و هزی الیک بجزع النخله تساقط علیک رطبا جنیا (سوره مریم، آیه ۲۵)

«و بکش بسوی خود تنه درخت خرما را که فرو میریزاند بر تو خرمای رسیده‌ی تازه چیده را». امام باقر علیه‌السلام فرمود: چیزی برای بهبودی زنی که بعد از زائیدن در حال نفاس است مثل خرما سودبخش نمیباشد.

www.takbook.com

www.takbook.com

*** گوشت**

۹۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: گوشت گاو موجب بیماری است، و شیر آن شفابخش میباشد، و گوشت گوسفند شفابخش و شیر آن بیماری‌زا است.

*** میوه‌ها**

۹۲ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: از میوه‌ها در اول فصل و موقع رسیدنشان بخورید که بدن را سالم نموده و غصه‌ها را برطرف میکند، و در موقع پایان فصلشان از میوه‌ها نخورید که موجب بیماری بدنها میشوند.

*** افطاری**

۹۳ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: بهترین چیزی که روزه‌دار بان میتواند افطار کند کشمش یا خرما یا چیز شیرینی است.

*** انجیر، انگور، به، خربزه**

۹۴ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: خوردن انجیر باز میدارد از قولنج (و آماس) و خوردن به تاریکی چشم را از بین میبرد.

۹۵ ـ رسول‌الله (ص) فرمود: بهار امت من در انگور و خربزه است.

۹۶ ـ پیامبر گرامی «ص» فرمود: خربزه را بعنوان میوه بخورید، همانا که خربزه میوه بهشتی است و در آن هزار برکت و هزار رحمت وجود داشته و شفای هر دردی میباشد.

۹۷ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: به دندان بکشید خربزه را و آن را قطعه قطعه نکنید، همانا که خربزه میوه‌ی مبارک و پاکیزه و پاک کننده دهان و نورانی کننده قلب بوده و دندانها را سفید و خدای رحمان را خوشنود کننده است. بوی آن از عنبر و آب آن از کوثر و گوشت آن از فردوس و لذت آن از بهشت و خوردن آن عبادت است.

۹۸ ـ از ابن عباس روایت شده پیامبر خدا فرمود: بر شما باد به خوردن خربزه که در آن ده خاصیت است: خوراکی و نوشیدنی است و پاک کننده دندانها و ریحان است، مثانه را شستشو داده و شکم را میشوید، طراوت چهره را

www.takbook.com

www.takbook.com

فراوان کرده و عمل آمیزش را زیاد مینماید، برودت را بریده و پوست صورت را پاک و لطیف میگرداند.

* انار

۹۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بر شما باد بر انار، و بخورید پیه آن را که معده را دباغی و تمیز میکند و چون دانه‌ای از انار در درون شما قرار گیرد قلب را روشن و آدمی را تا چهل روز از شیطان و وسوسه او بدور میدارد.

* ترنج

۱۰۰ ـ پیامبر خدا فرمود: بر شما باد به خوردن ترنج که دل را روشن و دماغ را چاق مینماید.

۱۰۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: انار را دانه دانه بخورید که اینطور گواراتر است.

* انجیر

۱۰۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: انجیر بخورید که برای بیماری بواسیر و نقرس مفید است.

* بادمجان

۱۰۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بخورید بادمجان را و زیاد بخورید همانا که بادمجان درختی است که آن را در بهشت دیدم. هر کس آن را بگمان اینکه موجب بیماری است بخورد برایش دردآور خواهد بود و هر که آن را بگمان اینکه موجب بهبودی است بخورد برایش شفابخش خواهد بود.

* کدو

۱۰۴ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بخورید کدو را که اگر خداوند سبکتر از آن درختی را خلق کرده بود برای حضرت یونس علیه‌السلام میرویاند.

۱۰۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: هرگاه خواستید از غذای آبکی و شوربا استفاده کنید خوب است که هر چه بیشتر کدو در آن قرار دهید که مغز و عقل

www.takbook.com

www.takbook.com

را بارورتر میکند.

* انار

۱۰۶ ـ پیامبر گرامی فرمود: هر که یکعدد انار را بطور کامل بخورد خداوند چهل روز قلبش را نورانی میکند.

۱۰۷ ـ نبی اکرم «ص» فرمود: هر که یک عدد انار بخورد چهل روز شیطان او مریض میشود (شاید منظور از شیطان در اینجا وجود میکرب باشد که در اثر خوردن انار خون آدمی روشنتر و فعالتر شده و در اثر مقاومت خون، بدن تا چهل روز از فعالیت میکرب جلوگیری می‌کند)

* کشمش

۱۰۸ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: کشمش بهترین آجیلها است.

* کرفس

۱۰۹ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: کرفس سبزی خوراکی پیامبران است.

* سرکه

۱۱۰ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که مشغول خوردن سرکه (و آنچه با سرکه بعمل آمده است) بشود مادامی که از آن دست نکشیده است فرشتگان برای او طلب آمرزش میکنند.

۱۱۱ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین دسرها سرکه است.

۱۱۲ ـ پیامبر خدا «ص» از میان میوه‌ها انگور و خربزه را بیشتر دوست میداشت.

۱۱۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هرچه بیشتر از کشمش استفاده کنید که صفرا را ازمیان برده و بلغم را ساکن نموده و اعصاب را توان بخشیده و خستگی بدن را برطرف کرده و قلب را جلا میدهد.

* کدو

۱۱٤ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بر شما باد به کدو که دماغ را چاق میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

* عناب

۱۱۵ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: عناب تب را بریده و گلابی قلب را جلا میدهد.

* انگور

۱۱۶ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: حضرت نوح از غم و افسردگی به خداوند شکایت کرد. خداوند باو وحی کرد که انگور بخورد، همانا که انگور غم و اندوه را برطرف میکند.

* خیار

۱۱۷ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: اگر خواستید خیار (و خیار چنبر) بخورید از قسمت پائینش بخورید.

* خربزه

۱۱۸ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: خربزه را بعنوان میوه بخورید و آنرا بدندان بکشید که آب آن رحمت بوده و شیرینی‌اش از شیرینی ایمان است. هرکه یک تکه از آن را بخورد خداوند برایش هفتاد هزار نیکی قرار داده و از او هفتاد هزار بدی را دور میگرداند.

۱۱۹ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: در خربزه ده خصلت و خاصیت وجود دارد (که بعدا گفته میشود).

۱۲۰ ـ نقل شده است که از طائف خربزه‌ای خدمت پیامبر هدیه آوردند. حضرت رسول (ص) آنرا بوسید و بوئید و فرمود: خربزه را بدندان کشیده و بخورید که آن از زیورهای زمین و آبش از رحمت و شیرینی‌اش از بهشت است.

۱۲۱ ـ روزی پیامبر گرامی اسلام در میان گروهی ازاصحاب خود بود فرمود: خداوند عنایت کند بآن که خربزه‌ای را برای ما آورده و بخوراند. در این میان علی بن ابی طالب علیه السلام برخواسته رفت و مقداری خربزه آورد. پس پیامبر خود و یارانش از آن خربزه‌ها خورده و فرمود: خدا رحمت کند آن را که بما خربزه خوراند و رحمت کند بآن که امروز با ما خربزه خورده و خدا

www.takbook.com

www.takbook.com

رحمت کند بآن گروه از مسلمین تا قیامت که خربزه خواهند خورد.

۱۲۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: اگر زن حامله‌ای خربزه و پنیر بخورد فرزندش دارای چهره‌ی نیکو و اخلاق نیکو خواهد شد.

۱۲۳ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: هر که قبل از طعام خربزه بخورد شکمش شستشو شده و بیماریش از بین میرود.

۱۲٤ ـ رسول خدا «ص» خیار را با نمک و خربزه را با پنیر میخورد و همواره میوه را تازه تازه تناول نموده و خربزه را با دو دستش میل میفرمود.

* نرگس

۱۲۵ ـ نبی گرامی «ص» میفرمود: ببوئید گل نرگس را اگرچه در روز یکبار، اگرچه در هفته یکبار، اگرچه در ماه یکبار، اگرچه در روزگار و سال یکبار باشد، همانا که در قلب نکته‌ای از جنون و جذام و برص وجود دارد که بوئیدن نرگس آن نکته را برطرف میکند.

* حنا

۱۲٦ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: حنا خضاب اسلام است که عمل مومن را افزایش داده و سردرد را برطرف نموده و دید چشم را بیشتر و عمل آمیزش را افزایش میدهد و حنا سرآمد گیاهان عطرآگین دنیا و آخرت است.

* مرزنجوش

۱۲۷ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بر شما باد به استفاده‌ی از مرزنجوش، آن را ببوئید که برای مشام سودمند است.

* روغن بنفشه

۱۲۸ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: روغن بنفشه نسبت بدیگر روغنها از جهت برتری مانند برتری اسلام نسبت بدیگر ادیان است.

* کاسنی

۱۲۹ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که بخواهد بوی مرا ببوید باید که گل سرخ را ببوید.

www.takbook.com

www.takbook.com

۱۳۱ ـ رسول خدا «ص» فرمود: خداوند درختی را دوست داشتنی‌تر از حنا در نزد خود نیافریده است.

۱۳۲ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: یکدرهم نفقه نمودن در راه خدا هفتصد برابر ثواب داشته، و یکدرهم دادن برای حنا برابر با نه هزار میباشد.

* تربچه

۱۳۳ ـ رسول خدا «ص» فرمود: اگر خواستید تربچه بخورید و از بوی ناخوش آن بدور باشید در اولین تکه‌ی از آن را که میخورید بر من صلوات بفرستید.

* سبزی

۱۳٤ ـ رسول خدا «ص» فرمود: سفره‌های خود را با سبزی زینت دهید که بودن سبزی در سفره در صورتی که نام خدا را ذکر کنید شیطان‌ها را میراند.

* سیاه دانه

۱۳۵ ـ رسول خدا «ص» فرمود: شوینز (سیاه دانه) بغیر از مرگ، دوای هر دردی است.

* پنیر

۱۳٦ ـ رسول خدا «ص» فرمود: بخورید پنیر را که خواب‌آور بوده و غذا را هضم میکند.

* سیر

۱۳۷ ـ رسول خدا «ص» فرمود: بخورید سیر را که دوای هفتاد درد است.

* سداب

۱۳۸ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که قبل از خواب سداب (فیجن) بخورده و بخوابد از سرگیجه و سینه پهلو در امان میماند.

* سیر و پیاز

۱۳۹ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که سیر و پیاز و تره بخورد پیش ما

www.takbook.com

www.takbook.com

نیامده و بمسجد نرود.

*** سبزی**

۱۴۰ ـ پیامبر اکرم (ص) فرمود: اگر به شهری مسافرت کردید از سبزی و پیاز آنجا بخورید که بیماری آن شهر را از شما دور کرده، خستگی را برطرف نموده، بازو را قوت بخشیده، به آدمی طراوت داده و تب را از تن دور میکند.

*** کرفس**

۱۴۱ ـ پیامبر اکرم «ص» فرمود: بر شما باد به خوردن کرفس که اگر چیزی عقل را زیاد کند همانا که آن کرفس میباشد.

*** سناء**

۱۴۲ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: اگر چیزی (بطور کامل مفید) و شفابخش باشد همانا که سناء است.

*** هلیله**

۱۴۳ ـ رسول‌الله «ص» فرمود: بر شما باد به هلیله سیاه که آن از درخت بهشت است، مزه‌اش تلخ و شفای هر مرضی است.

*** حجامت**

۱۴۴ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: مستحب است که انسان در نوزدهم و بیست و یکم ماه حجامت کند.

۱۴۵ ـ پیامبر خدا «ص» فرمود: در شبی که به معراج رفتم به هرگروهی از فرشتگان که رسیدم بمن گفتند: یا رسول‌الله، امت خود را امر کنید تا حجامت کنند که بهترین دوای شما حجامت و سیاه دانه و قسط (کوشنه) است(۱)

---

۱ – قسط از داروهای معروف است. در کتاب قاموس مینویسد: قسط بضم قاف یکنوع چوب و عود هندی و عربی است که ادرارآور و جدا برای کبد و شکم پیچه و شکم درد و کرم معده داروی موثری است و برای تب چهار روز یکبار اگر آشامیده شود مفید بوده و برای زکام و سرماخوردگی‌ها و وبا اگر بخور شود و برای بیماریهای پوستی و لکه‌های صورت اگر مالیده شود

www.takbook.com

www.takbook.com

* خوردن خاک و گل

۱۴۶ ـ رسول خدا «ص» فرمود: خوردن خاک و گل بر هر مسلمانی حرام است.

۱۴۷ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که بمیرد و ذره‌ای از خاک در شکمش باشد خدا او را داخل آتش میکند.

۱۴۸ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که گل و خاک بخورد گویا بکشتن خود اقدام کرده است.

۱۴۹ ـ رسول خدا «ص» فرمود: خاک نخورید که در آن سه ضرر وجود دارد: موجب بیماری شده و شکم را گنده کرده و رنگ را زرد میگرداند.

* تب

۱۵۰ ـ رسول خدا «ص» فرمود: تب، نصیب هر مومنی از آتش است.

۱۵۱ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که هفت روز دچار مرض سخت و تب شدید بشود خداوند گناه هفتاد سال او را بیامرزد.

سودمند میباشد.

و در کتاب طب‌النبی «ص» گوید: (قسط) و (کست) به یک معنی است. و در دو کتاب صحیحین از انس نقل شده که پیامبر خدا «ص» فرمود: بهترین چیزی که بان مداوا کنید حجامت و قسط مجری است« و در کتاب مسند از ام قیس نقل شده که پیامبر خدا »ص« فرمود: «بر شما باد باین عود هندی (قسط) که هفت درد را درمان است که یکی سینه پهلو است». قسط بر دو نوع است، قسط سفید نرمتر است. در هر صورت منافع آن دو بسیار بوده و دو مرتبه دوم گرم و یابس میباشند، بلغم را از هم پاشیده و زکام را برطرف میکنند و اگر آشامیده شوند برای ضعف کبد و معده و برودت آنها مفید بوده و تبهای دوری و چهار روز بکار را برطرف نموده و درد پهلو را قطع کرده و از سموم و آفات جلوگیری میکند، و اگر با آب و عسل آمیخته شده بصورت مالیده شوند لکه‌های صورت را برطرف میکنند.

جالینوس گوید: «قسط دوای کزاز بوده و درد پهلوها را شفا می‌بخشد و بیماری پوست سر

www.takbook.com

www.takbook.com

* درد چشم

۱۵۲ ـ رسول خدا «ص» فرمود: چهار چیز را ناگوار نشمارید: اول درد چشم را که عوامل کوری را قطع میکند، دوم زکام را که عوامل جذام را قطع میکند، سوم سرفه را که عوامل سکته و فلج را قطع میکند، چهارم دمل‌ها را که عوامل برص را قطع میکند.

۱۵۳ ـ رسول خدا «ص» فرمود: دردی مثل درد چشم (سخت) نیست و غصه‌ای مثل قرض داشتن (سخت) نیست.

۱۵٤ ـ رسول خدا «ص» فرمود: تب، گناهان را میریزد مثل آن که برگ

را شفا میدهد». بر برخی از طبیبان نافع بودن قسط برای درد پهلو مخفی مانده و لذا منکر این حقیقت شده‌اند در حالی که اگر این حقیقت را این طبیبان از جالینوس شنیده بودند در مقام انکار برنمی‌آمدند. بهر حال عده‌ی زیادی از طبیبان گذشته بصراحت گفته‌اند که قسط برای درد پهلوئی که از بلغم ناشی شده باشد مفید میباشد چنانکه این سخن را خطابی از محمدبن جهم نقل نموده است. در سابق گفته شد که طب طبیبان درمقایسه با طب پیامبران کمتر از طب پیرزنان در مقایسه با طب طبیبان است. باید گفت که فاصله میان طبی که از وحی الهی سرچشمه گرفته تا طبی که از راه تجربه و قیاس بدست آمده است بیشتر از فرق میان کودنی و نادانی تا دانائی و آقائی است، اگر برخی از طبیبان خود باخته و نادان دوائی را از طبیبان یهودی و مسیحی و مشرکین میشنیدند حتی بدون تجربه قبول میکردند ولکن در رابطه با طب پیامبر و ائمه علیهم‌السلام خود را دچار شک و تردید میکنند. البته ما منکر نیستیم که عادت داشتن به یک دوا تاثیر مستقیمی در نفع و عدم نفع آن دوا دارد، اگر کسی به دارو و غذای مخصوصی عادت داشته باشد برای او نافعتر و موافقتر خواهد بود از آن کسی که باین دوا و غذا عادت ندارد، و شاید برای کسی که عادت بان ندارد اصلا مفید نباشد. پس سخن طبیبان دانشمند اگرچه مطلب و کلی بوده ولکن بحسب مزاجها و زمانها و مکانها و عادتهای مختلف گفته و دستورداده شده است و اگر گفتارشان در بعضی موارد تقیید و تخصیص پیدا کند ضرری بدستوراتشان وارد نخواهد آمد، پس با توجه باین کلیت گفتارشان هرگز مخالفت و منافات با طب پیامبر و امامان علیهم‌السلام پیدا نمیکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

از درخت میریزد.

۱۵۵ ـ رسول خدا «ص» فرمود: اگر کسی بعطسه کننده سبقت کرده و بگوید (الحمدالله) ایمن خواهد شد از درد دندان و درد گوش و گلو و درد شکم.

*** دعا برای شفا**

۱۵۶ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که در نزد شخص بیمار هفت مرتبه بگوید: (اسال الله العظیم رب‌العرش العظیم ان یشفیک = از خدا میخواهم آن خدائی که بزرگ و پروردگار عرش بزرگ است که ترا شفا دهد) آن مریض شفا پیدا خواهد کرد.

۱۵۷ ـ رسول خدا «ص» فرمود: هر که دندانش درد کند باید که انگشت روی آن دندان گذارده و بگوید:

هوالذی انشاکم من نفس واحده فمستقر و مستودع (سوره انعام، آیه ۹۸)

قد فصلنا الآیات لقوم یذکرون (سوره انعام، آیه ۱۲۶).

و بالحق انزلناه و بالحق نزل (سوره اسراء، آیه ۱۰)

ترجمه هر سه آیه: «او خدائی است که آفرید شما را از یک نفس، پس جای قرارگاهی است و جای بامانت بودن ـ همانا تفصیل دادیم آیات را برای کسانی که پند میپذیرند ـ و بحق فرو فرستادیم و بحق فرود آمد».

۱۵۸ ـ رسول خدا «ص» زمانی که ببالین بیماری میامدند میگفتند: ای خدای مردم، وسواس را و سختی را برطرف کن و شفا عنایت کن که تو شفا دهنده هستی، و شفائی بغیر از شفای تو نیست.

۱۵۹ ـ نقل شده است که رسول خدا «ص» بالین بیماری آمد و باو فرمودند: تو را رقه و نسخه‌ای میاموزم و برایت میخوانم که جبرئیل آن را بمن یاد داد. عرض کرد: بخوان یا رسول‌الله. حضرت فرمود: «بسم الله یشفیک من کل داء ولا یاتیک، و من شرالنفاسات فی‌العقد و من شر حاسد اذا حسد = بنام خدائی که ت

www.takbook.com

www.takbook.com

را شفا دهد از هر دردی که بسویت نیاید، و بدور دارد تو را از شر دمندگان در گرمها، و از شر حسد کننده زمانی که حسد کند».

در اینجا بخش اوّل کتاب که در طب‌النبی «ص» بود بپایان رسید که حمد و سپاس میگوئیم خدای را.

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش دوم

در

طب امامان معصوم علیهم‌السلام

طب‌الائمه

این بخش شامل بیست و چهار عنوان است. عنوان اول درباه علت نام‌گذاری طبیب بنام طبیب، عمل طب و لزوم مراجعه بطبیب میباشد.

طب الائمة علیهم السلام

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت اول

چرا به طبیب می‌گویند طبیب؟

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب علل‌الشرایع روایت شده که امام صادق علیه‌السلام فرمود: بدین جهت بشخص معالج و پزشک، طبیب میگویند که حضرت موسی بن عمران علیه‌السلام بخداوند عرض کرد: خدایا بیماری از طرف کیست؟ خداوند فرمود: از طرف من. عرض کرد: دوا از طرف کیست؟ خداوند فرمود: از طرف من. عرض کرد: پس اگر چنین است مردم چه نیازی بدکتر معالج دارند؟ خداوند فرمود: برای این که مردم بواسطه‌ی معالج (بارامش خاطر) و طیب نفس برسند (و پاکیزگی و بهبودی پیدا کنند) از این جهت به دکتر معالج، طبیب گفته شد.

۲ ـ در کتاب شریف اصول کافی از امام صادق علیه‌السلام نقل شده که حضرت موسی بن عمران علیه‌السلام عرض کرد: خدایا درد از کیست؟ خدا فرمود: از من. عرض کرد: خدایا شفا از کیست؟ خدا فرمود: از من. عرض کرد: پس بندگانت چه نیازی به طبیب معالج دارند؟ خدا فرمود: برای این که ملاطفت و دقتی در آنان شده و طبابتی در آنان انجام شود، پس از آن روز

www.takbook.com

www.takbook.com

شخص معالج را طبیب گفتند.(۱)

۳ ـ در کتاب قرب‌الاسناد از عبدالرحمن بن الحجاج نقل شده که گوید: به امام هفتم حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام عرض کردم: اگر برای معالجه نیاز به طبیب نصرانی پیدا کردم میتوانم باو سلام گفته و دعایش کنم؟ حضرت فرمود: اشکالی ندارد چون دعای تو در حق او مستجاب نشده (و این تنها یک رسم و تعارف است).

٤ ـ در کتاب علل‌الشرایع از جعفری نقل میکند: شنیدم از حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام که فرمود: تا بتوانید از مراجعه به طبیب خودداری کنید زیرا مراجعه به طبیب همانند عمل بنائی است که کار اندک بنائی بکار زیاد بنائی میکشد.(۲)

۵ ـ در کتاب شریف اصول کافی از یونس بن یعقوب روایت شده که گوید: به امام صادق علیه‌السلام گفتم: چه میفرمائید درباره‌ی شخصی که برای

---

۱ ـ علامه مجلسی علیه‌الرحمه فرموده‌اند: در بعضی از نسخه‌های (کتاب طب‌الائمه) بجای کلمهٔ (یطیب) که به یاء در حدیث فوق و ماقبل آن ذکر شده بصورت (یطبب) به باء نوشته شده است. فیروز آبادی صاحب کتاب (القاموس) گوید: طب به معنای تانی و دقت در امور و تلطف و ملایمت در امور است، و از این جهت به طبیب، طبیب میگویند که بواسطه رفق و لطف و تدبیر طبیب، گرفتگی و غم از بیماران برطرف میشود، ولی اگر کلمه مذکور را با یاء و بصورت (یطیب) فرض کنیم پس مراد این نخواهد بود که اشتقاق کلمه طب و طبیب از یطیب نمیباشد چرا که طب از ابواب مضاعف بوده ولی کلمه (طاب، یطیب) از ابواب معتل است بنابراین طبیب را نه از این جهت که ملاطفت و تانی در معالجه امراض بدن میکند طبیب میگویند بلکه از این جهت طبیب را با کلمه (یطیب) معرفی میکنند که نفوس را از غصه‌ها و هموم طیب و پاکیزه و دور میکند ...

۲ ـ مرحوم مجلسی گوید: یعنی معالجه درد اندک در نزد پزشک موجب زیادی مرض و احتیاج بیشتر به مداوا و دوا میشود.

www.takbook.com

www.takbook.com

درمانش دارو میخورد و رگ میزند، گاهی دوا برایش نفع دارد و گاهی ضرر دارد؟ امام علیه السلام فرمود: لازم است شخص مریض دوا بخورد و فصد کند.

۶ ـ در کتاب اصول کافی از احمد بن اسحاق نقل شده که گوید: فرزندی داشتم که مبتلا به سنگ مثانه بود تا به من گفتند که باید برای معالجه‌ی فرزندت او را عمل کرده و نزدیک جای درد را بشکافی. من نیز چنین کردم و فرزندم از دنیا رفت. بعضی از شیعیان گفتند: تو بچه‌ات را کشته و در خونش شریک شده‌ای. من به خدمت امام هادی علیه‌السلام نامه نوشته و در این موضوع جویا شدم. در جواب، آن بزرگوار نوشت: «باکی برای تو در این حادثه نیست، زیرا که خواستی فرزندت را از این راه معالجه کنی ولی اجل او در این عمل بود.

۷ ـ در کتاب قرب‌الاسناد از عبدالله بن الحسن العلوی از جدش جناب علی بن جعفر برادر حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام روایت نموده که علی بن جعفر گوید: به حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام عرض کردم: چه میفرمائید درباره بیماری که برای معالجه‌اش داغ ببدنش میگذارد و یا از رقه‌ها و اوراد و اذکار استفاده میکند؟ در جواب، حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام مرقوم فرمود: اشکالی ندارد اگر معرفت و آشنائی داشته باشد بان رقه‌ای که از آن استفاده میکند (۱)

۸ ـ در کتاب خصال از امام صادق علیه‌السلام از امیرالمؤمنین علیه‌السلام نقل فرموده که آنحضرت فرمود: مسلمان مادامی که بیماریش به سلامتیش غلبه

---

۱ ـ منظور این است که باید معرفت پیدا کنیم به دعاها و طلسمات و اذکار و رقیه‌ها و بدانیم معنی آنها را از قرآن و دعاها و اذکاری که پیشوایان دین علیهم‌السلام وسیله است، و نباشد از اذکار و اورادی که بزبانهای سریانی و عربی و هندی و امثال آنها بوده و از سحر و افسون و جادو باشد که به معنی آنها آشنائی نداشته و ای بسا که معنی آنها موجب کفر و شرک باشد (بحارالانوار).

www.takbook.com

www.takbook.com

نکرده نباید از دوا استفاده کند.

۹ ـ در کتاب تهذیب از محمد بن مسلم نقل شده که گوید: به امام باقر علیه‌السلام گفتم: چه میفرمائید درباره کسی که مردم را معالجه کرده و اجرتی برای دوا و درمان میگیرد؟ فرمود: اشکالی ندارد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت دوم

آیا معالجه از راه حرام جایز است؟

خداوند متعال می‌فرماید:

فمن اضطر غیر باغ ولاعاد فلااثم علیه ان‌الله غفور رحیم.

(سوره بقره، آیه ۱۷۱)

«هر که (بر انجام کار حرامی) ناچار شد در حالی که یاغی و تجاوز کننده نباشد پس گناهی بر او نیست، همانا که خداوند آمرزنده و مهربان است».

این آیه دلالت میکند که خوردن و آشامیدن حرام در صورت ضرورت و ناچاری و در حالی که بغی و تجاوزی در کار نباشد بلکه فقط برای رفع ضرورت و معالجه باشد جایز است. علمای شیعه (رضوان‌علیهم‌السلام) درباره‌ی مداوای به حرام در صورت ضرورت، اختلاف کرده‌اند که آیا مداوای به حرام هم مثل دیگر ضرورتها مشمول عموم آیه‌ی مذکور و مانند آن میشود تا مداوای بحرام در صورت منحصر بودن دوا فقط بدوای حرام جایز باشد یا نه؟ در این جا چندین نظر و قول وجود دارد. بعضی‌ها مطلقا چه در خوردن دوای حرام و چه در استعمال آن استفاده از دوای حرام را حرام دانسته، ولی بعضی‌ها فرق قائل شده‌اند و گفته‌اند که استعمال دوای حرام در چشم جایز ولی در خوردن آن اشکال کرده‌اند، و بعضی‌ها هم بطور مطلق استفاده از داروی حرام را جایز دانسته‌اند. بهرحال در این موارد مردم باید به علما و فقها رجوع کرده و از آنان کسب تکلیف کنند.

www.takbook.com

www.takbook.com

۱ ـ در کتاب بحار از کافی نقل نموده که عمربن اذینه گفت: به امام صادق علیه‌السلام نوشتم: چه میفرمائید درباره مردی که برای معالجه‌ی بواسیر خود دستور داده میشود که دوائی از آب انگور حرام باندازه یک پیاله بخورد و نظرش هم لذت بردن نیست بلکه از این راه میخواهد خود را معالجه کند؟ آن حضرت در جواب فرمود: نباید از این دوا حتی یک جرعه بخورد. سپس فرمود: خداوند در چیزی که حرام کرده است شفائی قرار نداده است.

۲ ـ و نیز در کتاب شریف کافی از علی بن اسباط نقل شده که گوید پدرم گفت: در نزد امام صادق علیه‌السلام بودم که مردی از آن حضرت سئوال کرد: جانم فدایت باد، من مبتلا به باد بواسیر هستم و چیزی با من و بیماریم جز شراب انگور سازگار نیست، چکنم؟ در جواب آن شخص، امام علیه‌السلام فرمود: تو را چه کار با چیزی که خداوند و رسولش حرام کرده است؟ و این جمله را سه بار تکرار فرمود، تو میتوانی برای مداوای خود از مریس یعنی آبی که خرما را در آن خیس کرده باشند، باین نحو که صبح خیس کرده و شب بخوری یا شب خیس کرده و صبح بخوری، استفاده کنی. عرض کرد: این کار موجب نفخ شکم میشود. حضرت فرمود: پس تو را راهنمائی میکنم بکاری که نافعتر از این باشد، بر تو باد به دعا که دعا شفای هر دردی است. راوی گوید: به امام علیه‌السلام عرض کردم: شراب برای مداوا، کم و زیادش حرام است؟ فرمود: بله، شراب حرام، اندک و زیادش برای مداوا حرام است.

۳ ـ در کتاب شریف اصول کافی از معاویه بن عمار روایت شده که شخصی از امام صادق علیه‌السلام سئوال کرد که استفاده از داروئی که با خمر آمیخته شده و برای سرمه چشم بکار رود چگونه است؟ امام صادق علیه‌السلام در جواب فرمود: خداوند در حرام شفائی قرار نداده است.

۴ ـ نیز در اصول کافی از حلبی روایت شده که گوید: از امام صادق علیه‌السلام درباره‌ی دوائی که با خمر آمیخته شده است سئوال کردم. امام علیه‌السلام در جواب فرمود: نباید استفاده کرد، سوگند بخدا که من دوست ندارم بچنین

www.takbook.com

www.takbook.com

دوائی نگاه کنم چه بماند که با آن مداوا کنم، همانا که چنین دوائی مانند پیه خوک و گوشت خوک است که گروهی از مردم (نادان) با آن مداوا میکنند.

۵ ـ در کتاب تهذیب از هارون بن حمزه غنوی روایت کرده که برای امام صادق علیه‌السلام گفته شد: مردی دچار درد چشم شده و برایش سرمه فرستاده‌اند که با خمر عجین گردیده است. امام صادق علیه‌السلام فرمود: چنین دوائی خبیث بوده و مانند مردار است، اگر اضطرار و از روی ناچاری باشد اشکالی برای سرمه از آن نیست.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت سوم

معالجهء تب

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب محاسن از اسحاق بن مطهر روایت کرده که امام صادق علیه‌السلام فرمود: بخورید سیب را که حرارت بدن را آرام و درون را خنک و تب را برطرف میکند.

۲ ـ مفضل بن عمر گوید: در نزد امام صادق علیه‌السلام سخن از تب بمیان آمد. امام علیه‌السلام فرمود: ما اهل بیت پیغمبر(ع) برای معالجه‌ی تب، آب سرد بر خود ریخته و سیب میخوریم.

۳ ـ در بحار از امام صادق علیه‌السلام نقل شده که فرمود: به تب داران خود سیب بخورانید که چیزی نافعتر از سیب نیست.

٤ ـ در کتاب شریف بحار آمده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: اگر مردم منافع سیب را میدانستند بیماران خود را همواره با سیب مداوا میکردند.(۱)

---

۱ ـ مرحوم علامه مجلسی گوید: بدان که بسیاری از پزشکان گمان میکنند که سیب بانواعش برای بیماری تب ضرر داشته و آن را افروخته‌تر میکند، ولی من مردم مدینه منور را دیدم که مبتلایان به تب شدید را با خوراندن سیب ترش و ریختن آب خنک بر رویشان معالجه کرده و میگفتند ما تبداران را باین شیوه مداوا میکنیم. البته باید گفت: مزاج مردم در این‌باره در شهرهای دیگر مختلف است.

www.takbook.com

www.takbook.com

۵ ـ در کتاب طب‌الائمه به حدیث محمد بن مسلم از امام صادق علیه السلام نقل شده که فرمود: تب از دم چرک دوزخ است، آن را با آب سرد خاموش کنید.

۶ ـ محمد بن مسلم گوید: هرگاه امام باقر علیه‌السلام را تب عارض میشد دو جامه را خیس کرده یکی را بر بدن خود قرار میداد و چون آن خشک میشد جامه دیگر را بر بدنش قرار میداد.

۷ ـ امام صادق علیه‌السلام میفرمود: چیزی را برای فرو نشاندن تب مانند آب سرد و دعا نیافتیم(۱)

۸ ـ در کتاب طب‌النبی «ص» گوید: در کتاب صحیح بخاری و کتاب صحیح مسلم از نافع از ابن عمر، ثابت شده است که پیغمبر اکرم «ص» فرمود: همانا که تب یا تب شدید از دم چرکین دوزخ است، پس آن را به آب سرد آرام و خنک کنید.

سپس در کتاب مذکور گوید: این حدیث مورد اشکال برخی از طبیبان نادان قرار گرفته و این مداوا را مخالف دوای تب و معالجه‌ی آن دانسته‌اند، ولی ما بحول و قوه خداوند حقیقت و فهم این حدیث را بیان کرده و میگوئیم:

خطاب پیامبر گرامی صلی‌الله علیه و آله بر دو نوع است: یکی خطاب بهمه‌ی مردم روی زمین است و دیگری خطاب ببعضی از مردم روی زمین است. نوع اول شامل اکثر سخنان و خطابهای پیامبر اکرم «ص» بوده و نوع دوم شامل برخی از خطابهای اوست مانند اینکه فرمود: «در هنگام غائط و بول رو بقبله و پشت بقبله نباشید و لکن رو بسوی شرق و یا غرب باشید» این خطاب برای همه‌ی اهل شرق و غرب و اهل عراق نیست بلکه این خطاب متوجه مردم مدینه و کسانی که مکانشان در جهت مدینه است مانند مردم شام و امثال آنان

---

۱ ـ علامه مجلسی گوید: استفاده از ریختن آب سرد بر بدن، و مرطوب نمودن فضائی که مریض در آن قرار دارد بواسطه پاشیدن آب در زمین و دیوار و گیاهان و ریاحین و امثال آن از آنچه طبیبان گفته‌اند، مخصوص تب‌های شدید و سوزان است.

www.takbook.com

www.takbook.com

میباشد. و یا این جمله پیامبر اکرم که فرمود: «میان مشرق و مغرب قبله است» شامل همه‌ی مردم زمین نیست. با توجه باین نکته معلوم میشود که خطاب آن حضرت در این حدیث مخصوص به اهل حجاز و کسانی که در جهت آنان هستند میباشد».

زیرا اکثر تبهائی که بر نامبردگان عارض میشود از نوع تب روزانه‌ای است که از حرارت شدید خورشید بوجود میاید، که البته چنین تبهائی از راه خوردن و شستشو کردن در آب خنک بخوبی میتواند معالجه شود.

گفتاری از شیخ صدوق درباره طب

شیخ صدوق رحمه‌الله در کتاب (اعتقادات) خود گوید: روایاتی که درباره طب وارد شده است شامل چندین قسمت است:

اول: روایاتی است که مطابق هوای مکه و مدینه گفته شده و بکارگیری آنها در جاهای دیگر جایز نیست.

دوم: روایاتی است که مطابق مزاج سئوال کننده گفته شده و با معرفت بحال او در جای دیگر و فرد دیگر نباید بکار گرفته شود.

سوم: روایاتی است که مخالفان خدا و پیامبر و امامان علیهم‌السلام برای زشت نمودن چهره دین و مذهب شیعه درست کرده‌اند.

چهارم: روایاتی است که نقل کنندگانش از روی سهو در آنجا دچار اشتباه شده‌اند.

پنجم: روایاتی است که درباره بعضی از دواها نقل شده که قسمتی از آنها فراموش شده است و قسمت دیگر از روایت، نارسا باقی مانده است، مثل این که روایت شده «شستن محل غائط و استنجاء با آب سرد برای بواسیر مفید است» در صورتی که تکمیل عبارت باین جمله است «اگر بواسیر ناشی از حرارت بدن باشد» و یا این که روایت شده «بادمجان شفابخش است» در صورتی که باید

www.takbook.com

www.takbook.com

جمله تکمیل شود «اگر بادمجان در موقع رسیدن خرما خورده شود نه در زمانهای دیگر».

گفتاری از علامه مجلسی درباره طب

علامه مجلسی گوید: شاید برخی از روایاتی که درباره طب وارد شده و حقیقت آنها بر ما روشن نیست و مناسبتی با بیماری‌های مربوطه ندارند از جهت آزمایش و امتحان مومن خالص و محکم در ایمان از شخص ضعیف‌الایمان و کسی که خود را در ظاهر با ایمان نسبت میدهد باشد، اگر اولی این نوع روایت را بکار برد برایش مفید خواهد بود نه از جهت خاصیت و تاثیر دوا بلکه از جهت توسل وی بان کسی که روایت از او نقل شده و از جهت اخلاص و متابعتی که به پیامبر و امامان دارد، مثل شفا گرفتن برخی از مردم از تربت امام حسین علیه‌السلام و دعاها و اذکاری که وارد شده است، با توجه باین که نفس تربت و یا دعاها برای کسانی که اعتقاد ندارند شاید مفید نباشد، و این حقیقت را تائید میکند آنچه از روش شیعیان با اخلاص دریافت میکنیم که بدون مراجعه بطبیبان همواره خود را از راه روایات معصومین علیهم‌السلام معالجه کرده و در عین حال عمرشان بیشتر و بدنشان سالمتر از کسانی بوده که به طبیبان جهت معالجه مراجعه میکردند.

۹ ـ اسامه بن شحام گوید: از امام صادق علیه‌السلام شنیدم که فرمود: جد ما پیامبر خدا برای فرو نشاندن تب همین را اختیار کرده که بمقدار ده درهم شکر در آب سرد ریخته و ناشتا نوشیده شود.

۱۰ ـ در کتاب عیون اخبارالرضا از امام هشتم از پدرانش از حسین بن علی علیهم‌السلام روایت شده که پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله بنزد علی بن ابی طالب علیه‌السلام آمد در حالی که علی علیه‌السلام تبدار بود. پیامبر علی را بخوردن

www.takbook.com

www.takbook.com

سنجد دستور داد(۱)

۱۱ ـ در کتاب خصال از ابی بصیر و محمد بن مسلم از امام صادق از پدرانش از امیرالمومنین علیهم‌السلام روایت شده که فرمود: هیچ مرض و بیماری نیست مگر که از درون وجود انسان پدید میاید مگر جراحت و تب، همانا که تب و جراحت بدون آن که علتی در درون داشته باشند بر آدمی عارض میگردند، پس تب را با بنفشه و آب سرد خاموش کنید، همانا که تب از زبانه‌های آتش دوزخ است.

۱۲ ـ امام علی علیه‌السلام فرمود: در تابستان بر تبدار آب خنک بریزید که حرارت تب را ساکن میکند.

۱۳ ـ امام علی علیه‌السلام فرمود: ذکر ما اهل بیت، شفا بخش تب‌های سخت و امراض و وسوسه‌های شک آور میباشد.

۱٤ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: آب باران آسمان را بنوشید که بدن را پاکیزه و دردها را درمان میکند، خداوند میفرماید:

و ینزل علیکم من‌السماء ماء لیطهرکم و یذهب عنکم رجزالشیطان و لیربط علی قلوبکم و یثبت به‌الاقدام (سوره انفال، آیه ۱۲)

«و نازل میکند بر شما آبی را از آسمان تا پاک کند شما را و دور بگرداند از شما پلیدی شیطان را و بستگی دهد دلهایتان را و ثابت نماید بان گامهای شما را».

۱۵ ـ یَحیی بن بشیر نبال گوید: امام صادق علیه‌السلام به پدرم گفت: ای بشیر، به کدام چیز بیماران خود را مداوا میکنید؟ پدرم گفت: به همین داروهای تلخ، فرمود: نباید این چنین بنمائید، اگر یکی از شما مریض شد مقداری شکر(۲) سفید زا بگیرید و بکوبید، سپس در آب خنک بریزید و درهم آمیخته و

۱ ـ مرحوم مجلسی گوید: شاید شیراء و سنجد برای برخی از تب‌ها مفید باشد.

۲ ـ علامه مجلسی گوید: منظور از شکر سفید عبارت از قند است، و شاید مراد از آن نبات سفید باشد، و گویا این قند یا نبات برای تب‌هائی که از بلغم ناشی میشود مفید است.

www.takbook.com

www.takbook.com

به مریض بنوشانید، همانا خدائی که میتواند شفا را در داروهای تلخ قرار دهد میتواند شفا را در داروهای شیرین قرار دهد.

۱۶ ـ در کتاب محاسن از امام صادق علیه‌السلام روایت شده که فرمود: خوردن کباب تب را میبرد.

۱۷ ـ در کتاب محاسن گوید: امام صادق علیه‌السلام فرمود: دو سال یا بیشتر بیمار شدم تا خداوند بذهنم خطور داد که برنج بخورم و لذا دستور دادم برنج را شسته و خشکانیده و در حرارت آتش قرار داده و آرد شود، سپس مقداری از آن را بصورت کوبیده شده و مقدار دیگر را بصورت آمیخته شده در آب تناول کردم.

۱۸ ـ و نیز در آن کتاب آمده است: امام صادق علیه‌السلام فرمود: خوردن پیاز تب را میبرد.

۱۹ ـ و در کتاب طب‌الائمه آورده که امام باقر علیه‌السلام فرمود: خارج کردن تب از سه راه است: از راه قی کردن، و از راه رگ، و از راه اسهال شکم.

۲۰ ـ و نیز در کتاب طب‌الائمه گوید: ابراهیم جعفی گوید: خدمت امام صادق علیه‌السلام رسیدم چون نظرش بر من افتاد فرمود: چه شده است که تو را لاغر و رنگ پریده میبینم؟ عرض کردم: دچار تب یکروز در چهار روز هستم. فرمود: چرا از داروی فرخنده مبارک استفاده نمیکنی؟ مقداری شکر (نبات) را بگیر و آن را بکوب و در آب حل کن و آن را ناشتا بیاشام هر زمانی که تشنه‌ات شد. وی گوید: چنین کردم و دیگر آن تب بر من عارض نشد.

۲۱ ـ در کتاب طب‌الائمه از امام دهم حضرت هادی علیه‌السلام نقل نمود که فرمود: بهترین چیزی که برای تب یک روز در چهار روز مفید است فالوده (حلوائی که از آرد و آب و عسل بعمل میاید) میباشد، باین صورت که در روز تب، فالوده‌ای که از عسل ساخته شده و زعفرانش زیاد باشد خورده شده و غیر آن در آن روز چیزی خورده نشود.

www.takbook.com

www.takbook.com

۲۲ ـ و نیز در کتاب طب‌الائمه نقل نموده که امام صادق علیه‌السلام فرمود: برای جوشش و هیجان خون سه نشانه وجود دارد: جوش زدن پوست بدن، خارش سخت، و خارش گرفتن پوست بدن بطوری که انسان خیال کند جانوری روی بدنش راه میرود.

۲۳ ـ در کتاب مذکور از سماعه روایت شده که گوید: از امام صادق علیه‌السلام پرسیدم از بیماری که میل بخوردن سیب پیدا کرده در حالی که از خوردن آن نهی شده است؟ حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: به تبداران خود سیب بخورانید که چیزی نافعتر از سیب نیست.

۲۴ ـ در کتاب شریف اصول کافی از امام صادق علیه‌السلام نقل نموده که آن حضرت فرمود: تب به سه چیز بیرون میاید: در خارج کردن خون از بدن، و در اسهال شکم، و در قی کردن.

۲۵ ـ در کتاب دعایم گوید: پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: تب از زبانه‌های آتش دوزخ است، پس آن را با آب خاموش کنید (بریختن آب سرد روی بدن تبدار). و چون آنحضرت مبتلای به تب میشد آب خواسته و دستش را در آن داخل میکرد.

۲۶ ـ امام علی‌علیه‌السلام فرمود: جناب حسن مجتبی علیه‌السلام بیمار شد و بیماریش سخت گشت. فاطمه علیهاالسلام فرزندش را در آغوش گرفته و او را بنزد پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله آورد در حالی که به پیغمبر پناه آورده و از او یاری میخواست و عرض کرد: یا رسول‌الله، دعا کنید خداوند حسن را شفا دهد و سپس فرزندش را جلوی پیامبر «ص» قرار داد. در این هنگام پیامبر برخواست و در نزد سر امام حسن «ع» نشست و فرمود: ای دخترم فاطمه! خدائی که این فرزند را به تو عنایت کرده قدرت دارد او را شفا دهد. دراین هنگام جناب جبرئیل بحضور پیامبر نازل شده و عرض کرد: یا رسول‌الله، خداوند هیچ سوره‌ای از قرآن را بر تو نازل نکرده مگر که در آن حرف فاء وجود دارد و هر فائی از آفت است بغیر از سوره‌ی حمد که در آن حرف فاء

www.takbook.com

www.takbook.com

وجود ندارد، پس اکنون کاسه‌ای از آب را بگو بیاورند و چهل بار سوره‌ی حمد را بخوان و در کاسه فوت کن سپس از آن آب بر بدن حسن بریز همانا که خداوند شفایش میدهد. پیامبر نیز چنین نمود و امام حسن علیه‌السلام شفا یافت بطوری که گویا او را از بند باز کرده‌اند.

۲۷ ـ و در کتاب شهاب آورده است: تب پیشقراول مرگ است (و آدمی را در صورتی که مواظبت و مداوا و پرهیز نکند بسوی مرگ میکشاند) و تب از شراره دوزخ است و تب نصیب مومن از آتش است (اگر بواسطه‌ی گناهی باید باتش سوخته شود و یا بواسطه‌ی بلائی باید مقامش بالا رفته و دچار عذاب و آتش شود در اثر مبتلا شدن به تب بهمین مقدار از آتش ایمن میگردد).

۲۸ ـ پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: هرکه سه ساعت مبتلای به تب شود و صبر کند (و زبان به گلایه و ناشکری نگشاید) خداوند بوجود او بر ملائکه مباهات میکند و میگوید: «ای فرشتگانم! بنگرید بر بنده‌ام که چگونه بر بلایم صبر میکند و برایش برائت از آتش را بنویسید» پیامبر فرمود: پس نوشته میشود: «بنام خداوند بخشنده مهربان، این نامه‌ای است از جانب خداوند عزیز حکیم، خداوند بدور میدارد بنده‌اش فلانی را از آتش و میگوید: همانا تو را از عذابم ایمن نموده و بر تو بهشت را واجب کردم، پس با فرخندگی و سلامت داخل در بهشت شو».

۲۹ ـ در روایت دیگری نقل شده است که رسول اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: هر کسی را نصیبی از آتش است و نصیب مومن از آتش، تبدار شدن اوست.

۳۰ ـ در پیرامون این آیه شریفه:

وان منکم الا واردها کان علی ربک حتما مقضیا (سوره مریم آیه ۷۱)

«و هیچ کس از شما نیست مگر بر آتش وارد شونده است و این را خداوند کار حتمی و انجام یافته قرار داده است».

پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: هر که از مومنان مبتلای تب شود همانا

www.takbook.com

www.takbook.com

که وارد آتش شده و همین، نصیب مومن از آتش است.

۳۱ ـ در کتاب مکارم اخلاق گوید: امام صادق علیه‌السلام به یکی از اصحابش که مدت زیادی به تب سخت دچار شده بود فرمود: دگمه و بند یخه‌ی پیراهنت را باز کن و سرت را درون پیراهن کن و اذان و اقامه بگو و سوره‌ی حمد را هفت مرتبه بخوان. راوی گوید: من نیز چنین نمودم و شفا پیدا کردم بطوری که گویا از بند خلاص شدم.

۳۲ ـ حماد بن عثمان گوید: شخصی از تب سختی که مدتی بان مبتلا بود به امام صادق علیه‌السلام شکایت نمود. امام صادق علیه‌السلام فرمود: آیه‌الکرسی را در ظرفی بنویس و مقداری آب در آن ریخته و بنوش.

۳۳ ـ برای بهبود (تب ربع) «یعنی تبی که دو روز ساکن شده روز سوم عارض میشود و یا سه روز ساکن شده و روز چهارم عارض میشود» باید این جملات نوشته شده و بر بازوی راست بسته گردد:

ولو ان قرانا سیرت به‌الجبال او قطعت به‌الارض او کلم به الموتی بل لله الامر جمیعا(۱). یا شافی یا کافی یا معافی. و بالحق انزلناه و بالحق نزل(۲) باسم فلان بن فلانه بسم‌الله و بالله و من الله و الی الله ولا غالب الاالله.

---

۱ ـ سوره رعد، آیه ۳۱: اگر قرآنی بود که بواسطه‌ی آن کوهها سیر داده میشد یا زمین شکافته و قطعه قطعه میگشت یا با مردگان سخن گفته می‌شد بلکه همه چیز برای خدا و از جانب خداست

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت چهارم

پیرامون
حجامت، حقنه، انفیه و قی

۱ ـ در کتاب بحارالانوار علامه مجلسی (رضوان‌الله علیه) از امام صادق علیه‌السلام روایت کرده که فرمود: دوا (و مداوا) چهار قسمت است: حجامت نمودن، بکار گرفتن دوا از راه بینی، حقنه کردن و قی‌نمودن.

۲ ـ در کتاب مکارم الاخلاق به سندهایش از یونس بن یعقوب روایت کرده که گوید: از امام صادق علیه‌السلام شنیدم که فرمود: رسول خدا صلی‌الله علیه و آله در روز دوشنبه(۱) حجامت کرد و بر حجامت کننده بعنوان اجرت، مقداری گندم داد.

---

۱ ـ مرحوم مجلسی گوید: روایاتی که حجامت را در روز دوشنبه ستوده‌اند حمل بر تقیه میشود زیرا مخالفان شیعه روز دوشنبه را فرخنده میدانند ولی روایات شیعه روز دوشنبه را شوم میدانند، ممکن است عمومیت روایاتی که در مذمت دوشنبه وارد شده است بروایات مخصوصی مثل روایات حجامت در دوشنبه تخصیص پیدا کند، در هر صورت در این روایت، بجهت سوال راوی، اشاره باین است که روز دوشنبه بعلت وقوع مصائب پیامبر و ائمه علیهم‌السلام در آن روز، روز شوم است.

www.takbook.com

www.takbook.com

۳ ـ در کتاب خصال شیخ صدوق آمده است که محمد بن ریاح گوید: حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام را دیدم که در روز جمعه حجامت میکرد. عرض کردم: جانم فدایت، روز جمعه حجامت میکنی؟! فرمود: آری، ولی آیه‌الکرسی میخوانم، پس هرگاه که خون در بدنت بجوشش در آمد چه شب باشد و چه روز باشد آیه‌الکرسی را بخوان و حجامت کن.

٤ ـ و نیز در کتاب خصال به سندهایش از یکی از اصحاب نقل نموده که گوید: وارد شدم خدمت حضرت ابوالحسن علی بن محمد العسگری امام دهم علیه‌السلام در روز چهارشنبه و دیدم آنحضرت را که حجامت میکرد. عرض کردم: مردم مکه و مدینه از پیغمبر صلی‌الله علیه و آله روایت میکنند: «هر که در روز چهارشنبه حجامت کند و پیسی و سفیدی در بدنش پدید آید نباید جز خودش کسی را ملامت کند». امام علیه‌السلام فرمود: دروغ میگویند، کسی سفیدی در بدنش پیدا میکند که در ایام حیض مادرش، نطفه‌ی او منعقد شده باشد.

۵ ـ در کتاب طب‌الائمه از امام صادق علیه‌السلام روایت نموده که آن حضرت فرمود: هر که در پنجشنبه‌ی آخر ماه در اول روز حجامت کند بیماری از او کنده و جدا شود.

٦ ـ در معانی‌الاخبار از امام صادق علیه‌السلام روایت کرده که پدرش علیه‌السلام فرمود: پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله سه بار از سرش و از میان دو کتفش و از قفایش حجامت نموده و فرمود: حجامت از سر (یا در مرتبه اول) نافع است، و حجامت از میان دو کتف (یا در مرتبه دوم) دادرس است، و حجامت در قفا (یا مرتبه سوم) نجات دهنده است.

۷ ـ و در حدیث دیگر آمده است: پیامبر گرامی صلی‌الله علیه و آله از سرش حجامت نموده و میفرمود: حجامت در سر فریادرس یا نجاتبخش است(۱)

۱ ـ فضیلت حجامت از سر و منافع آن در روایات شیعه و سنی بسیار ذکر شده است و

www.takbook.com

www.takbook.com

۸ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: از حجامت کردن و نوره کشیدن در روز چهارشنبه بپرهیزید، همانا که روز چهارشنبه روز نحس همیشگی است و در آن روز جهنم خلق شده است.

۹ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: حجامت، بدن را سالم و عقل را استوار میگرداند.

۱۰ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: حقنه، یکی از چهار درمان مفید است.(۱)

۱۱ ـ رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: بهترین وسیله‌ی مداوا، حقنه است که شکم را جادارتر نموده و درد شکم را برطرف کرده و بدن را تقویت مینماید. از بنفشه استفاده کنید و از حجامت غافل نباشید.

۱۲ ـ پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: در روز چهارشنبه حجامت نکنید.

۱۳ ـ در کتاب علل‌الشرایع و عیون اخبارالرضا نقل شده از امیرالمومنین علیه‌السلام که فرمود: روز سه‌شنبه روز جنگ و خون است (پس حجامت در آن مطلوب خواهد بود و یا بعکس).

۱۴ ـ در کتاب عیون از مقاتل نقل نموده که گوید: امام رضا علیه‌السلام را در روز جمعه در نیمه روز در وسط راه دیدم که حجامت میکرد در حالی که در حال

بعضی از طبیبان، حجامت در سر را بسیار نافع و سودمند دانسته‌اند و روایت شده است که پیامبر صلی‌الله علیه و آله در سر حجامت میکردند.

بعضی از طبیبان گویند: فصد (رگ زدن و خون گرفتن از رگ) از شاهرگ بازوی دست برای بیماری حرارت کبد و طحال و ریه و مرض شوصه مفید است (منظور از شوصه یا نامرتب شدن رگها میباشد و یا منظور از آن ورمی است که در پرده اضلاع پیدا میشود و یا منظور از آن دردی است که از پیچیده شدن و گردش کردن باد در شکم بوجود میاید)، و نیز فصد شاهرگ بازو برای درد پهلو و دیگر بیماریهای خونی از پائین زانو تا ران پا سودبخش است.

۱ ـ و سه درمان دیگر عبارتند از: حجامت، انفیه، قی. و یا عبارتند از: حجامت، غسل، داغ گذاردن. و یا عبارتند از: حجامت، حمام، راه رفتن. و برای هر یک از این موارد روایاتی وارد شده است.

www.takbook.com

www.takbook.com

احرام حج بود (۱)

۱۵ ـ در کتاب عیون از امام هشتم از پدرانش علیهم‌السلام نقل کرده که پیغمبر صلی‌الله علیه و آله فرمود: اگر در چیزی شفا باشد در نشتر حجامت کننده و در شربت عسل خواهد بود.

۱۶ ـ پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: چه نیکو عیدی است آن روزی که انسان در آن روز حجامت کند، همانا حجامت بچشم جلوه داده و دردها را از میان میبرد.

۱۷ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: آیه‌الکرسی را بخوان و حجامت کن هر روزی که خواسته باشی، و صدقه بده و مسافرت کن هر روز که خواسته باشی.

۱۸ ـ در کتاب طب‌الائمه گوید: امام صادق علیه‌السلام فرمود: حقنه کردن جزء دارو و درمانهای مفید است و بعضی گمان کرده‌اند که شکم را گنده میکند در حالی که شایستگان از این راه مداوا کنند.

۱۹ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: بهترین درمانهای شما حجامت و انفیه و حمام و حقنه است (۲)

---

۱ ـ شیخ صدوق علیه‌الرحمه گوید: در این حدیث فائدهائی است: اول اینکه حجامت کردن در روز جمعه در صورتی که ضرورت باشد اشکالی ندارد و کراهت حجامت در روز جمعه در صورتی است که از روی اختیار انجام شود. دوم اینکه حجامت در وقت زوال اشکال ندارد. سوم اینکه در حال احرام در صورت احتیاج و ضرورت اشکالی ندارد که محرم حجامت کند ولی نباید موهای جای حجامت را بتراشد. ولا قوه الا بالله.

۲ ـ مرحوم مجلسی در کتاب بحارالانوار گوید: در تائید روایت فوق از طریق عامه از پیامبر (ص) نقل شده که فرمود: «بهترین چیزی که بان مداوا کنید حجامت است». بعضی از اطباء گویند: خطاب و مقصود پیامبر دراین حدیث مردم حجاز و کسانی که مانند آنان در مناطق گرمسیر زندگی میکنند میباشد زیرا که خون در بدن آنان بجانب سطح بدن تمایل پیدا میکند و از این جا معلوم میشود که نیز خطاب آنحضرت در این حدیث به پیرمردان نیست زیرا که حرارت ←

www.takbook.com

www.takbook.com

۲۰ ـ امام هادی علیه‌السلام فرمود: بعد از حجامت یک عدد انار شیرین بخور که خون را آرام کرده و خون را در درون صاف میکند.

۲۱ ـ امام باقر علیه‌السلام فرمود: هر که قبل از استفراغ، خودش قی کند برایش از هفتاد دارو بهتر است، و قی از این راه همه دردها را بیرون میکند.

۲۲ ـ در کتاب طب‌الائمه آورده امام رضا علیه‌السلام فرمود: حجامت در روز دوشنبه رسم ما و حجامت در روز سه‌شنبه رسم بنی‌امیه است.

۲۳ ـ طلحه بن زید گوید: از امام صادق علیه‌السلام پرسیدم: حجامت کردن در روز شنبه چگونه است؟ فرمود: بدن را ضعیف میکند.

۲۴ ـ در کتاب مکارم نقل شده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: شخص روزه‌دار در غیر ماه رمضان هر زمانی که خواست میتواند حجامت کند و اما در ماه رمضان نباید به خود بواسطه حجامت کردن ضرر برساند مگر ناچار شده و خونش بجوش آمده باشد، و اما حجامت ما اهل بیت در ماه رمضان در شبها میباشد، و ما در روز یکشنبه حجامت کرده و دوستاران ما در روز دوشنبه حجامت میکنند.

۲۵ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: بپرهیز از اینکه ناشتا و گرسنه حجامت کنی و حجامت نکن تا چیزی نخورده‌ای، اگر طعامی خورده و حجامت کنی

←

بدنشان اندک است.

ابن سیرین گوید: از چهل سال ببالا نباید حجامت کرد. طبری گوید: بجهت آنکه از چهل سال ببالا عمر رو بنقصان است و قوای بدن رو بتحلیل میرود و لذا شایسته نیست بر سستی بدن که در اثر پیری حاصل میشود بواسطه حجامت و خارج کردن خون، افزوده شود، البته باید گفت: این سخن در صورتی درست است که انسان اضطرار بحجامت نداشته باشد و عادت بحجامت هم نداشته باشد.

ابن سینا گوید: هر که بر فصد کردن و رگ زدن عادت کرده است نباید این عادت را ترک کند، بلکه باید بتدریج این عمل را ترک کند تا در دهه هشتاد سالگی ترک شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

خون رگت روانتر شده و آسانتر از بدن خارج میشود و برای بدنت نیرو بخش خواهد بود.

۲۶ ـ امام هفتم علیه‌السلام فرمود: حجامت باید بعد از خوردن غذا باشد زیرا اگر انسان طعام خورده و حجامت کند خون، جمع شده و بیماری را از بدن بیرون میکند ولی اگر انسان قبل از خوردن غذا حجامت کند خون از بدنش خارج شده ولی بیماری در بدنش باقی میماند.

۲۷ ـ ابو بصیر گوید: امام باقر علیه‌السلام فرمود: چه چیز میخورید بعد از حجامت کردن؟ عرضکردم: کاسنی و سرکه. فرمود: اشکالی ندارد.

۲۸ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: حجامت کردن در روز یکشنبه درمان هر دردی است.

۲۹ ـ امام علیه‌السلام گوید: پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: هر که در روز سه‌شنبه مطابق هفدهم یا نوزدهم یا بیست و یکم ماه حجامت کند از دردهای همه‌ی سال در امان میماند و از آنها شفاء پیدا میکند.

۳۰ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: خون در روز پنجشنبه در موضع حجامت جمع میشود و چون روز از نیمه و زوال گذشت پراکنده میشود، پس خونی که باید از حجامت بیرون بیاید قبل از زوال، حجامت کرده و بیرون بیاور.

۳۱ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: حجامت در سر، شفای هفت درد است که عبارتند از: جنون، جذام، برص، چرت زدن، درد دندان، کم سوئی چشم، و سر درد.

۳۲ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: حجامت کردن عقل را زیاد و حافظه را بارور میکند.

۳۳ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: حجامت نمودن در نقره (گودی پشت سینه و یا بالای کفل) موجب فراموشی میشود. (۱)

۱ ـ ابن سینا در قسمت اول کتاب قانون گوید: حجامت از نقره بحقیقت موجب فراموشی

www.takbook.com

www.takbook.com

۳۴ ـ در کتاب شریف کافی مینویسد: امام صادق علیه‌السلام فرمود: حجامت کردن در سر موجب نجات آدمی از دردها است و از هر دردی شفا میدهد مگر مرگ، و جای حجامت در سر بالاتر از یک وجب از میان ابروها میباشد (یعنی اگر وجب را باز کرده و نوک انگشت کوچک را میان دو ابرو قرار دهیم جائی که در این حال نوک انگشت ابهام قرار میگیرد جای حجامت خواهد بود).

۳۵ ـ در کتاب کافی آورده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: زمانی که کودک به چهار ماهگی رسید او را از نقره یعنی از گودی قفا حجامت کنید که لعاب بدنش را خشک کرده و حرارت را از سر و بدنش بیرون میبرد.

۳۶ ـ در کتاب کافی از ابن عروه برادر شعیب العقرقوفی روایت کرده گوید: خدمت امام هفتم علیه‌السلام رسیدم و دیدم آنحضرت روز چهارشنبه در زندان حجامت میکند. بایشان عرض کردم: مردم میگویند: حجامت در روز چهارشنبه موجب بیماری برص میشود. فرمود: کسی باید از برص بترسد که نطفه‌اش در ایام حیض مادرش منعقد شده است.

باید گفت: اخبار و روایات حجامت، جدا بسیار است ولی ما بهمین مقدار اکتفا کرده و مقداری را نیز بعدا ذکر خواهیم کرد.

مرحوم علامه مجلسی علیه‌الرحمه گوید: از روایات یاد شده ظاهر میشود که حجامت در روز یکشنبه و پنجشنبه بدون اینکه روایت مخالفی باشد پسندیده و نیکوتر است، و بسیاری از روایات دلالت دارد که حجامت در روز سه شنبه نیز نیکو بوده و رجحان دارد بویژه اگر روز سه‌شنبه با برخی از روزهای فرخنده عربی و رومی مصادف گردد، و از اکثر روایات ظاهر میشود که حجامت در روز دوشنبه نیکو بوده و رجحان دارد ولی اخبار زیادی مخالف این موضوع بوده و لذا میشود گفت: روایاتی که حجامت در روز دوشنبه را نیکو دانسته است بخاطر تقیه بوده چون مخالفان شیعه روز دوشنبه را فرخنده دانسته و بان

کاری میشود چنانکه پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود، زیرا که آخر دماغ مکان حافظه است و حجامت در نقره و گودی قفا موجب ضعف آن مکان میگردد.

www.takbook.com

www.takbook.com

تبرک میجویند، اما درباره حجامت روز چهارشنبه باید گفت: بسیاری از روایات، حجامت در روز چهارشنبه را نیکو دانسته ولی برخی از اخبار، مخالف این موضوع بوده و شاید بتوان گفت روایات نیکو بودن حجامت در روز چهارشنبه حمل میشود بانجائی که انسان از حجامت نمودن در آن روز ناچار باشد، و اما روایاتی که پیرامون حجامت نمودن در روز شنبه وارد شده است مختلف است، ولی ممکن است بگوئیم: قول به نیکو بودن حجامت در روز شنبه قویتر است، و در آن قویتر است. در هر حال اقوال این باب در صورتی مورد توجه است که ضرورت و اضطراری برای حجامت وجود نداشته باشد اما زمانی که ضرورت و احتیاج باشد جایز است هر وقتی که شده حجامت نمود مخصوصا اگر آیه‌الکرسی خوانده شود.

مرحوم شهید در (کتاب دروس) گوید: مستحب است حجامت کردن در سرکه شفای هر دردی است، و مکروه است که در روز چهارشنبه و شنبه حجامت شود زیرا ترس آن است که آدمی دچار برص شود مگر این که خون بجوش آمده باشد که در این صورت هر زمانی که باشد باید آیه‌الکرسی خوانده و از خدا طلب خیر شده و صلوات بر پیامبر و آل فرستاده و حجامت شود، و روایت شده است که شفا و دوا در حجامت و نوره و حقنه و قی کردن است.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت پنجم

پیرامون پرهیز و بهداشت

۱ ـ در کتاب بحارالانوار بنقل از کتاب معانی‌الاخبار و کتاب عیون‌اخبار آورده که امام رضا علیه‌السلام فرمود: پرهیز از چیزی، ترک کردن آن نیست بلکه کم کردن آن است.

۲ ـ در کتاب علل الشرایع آورده که محمد بن فیض گوید: به امام علیه السلام گفتم: جانم فدایت باد، چون کسی از ما مریض میشود معالجان باو میگویند از خوردن و آشامیدن پرهیز کن. امام علیه‌السلام فرمود: ما اهل بیت چنین نمیکنیم و پرهیز نمیکنیم مگر از خرما و بجایش مداوا میکنیم بخوردن سیب و آب خنک. راوی گوید: عرض کردم، چرا از خرما پرهیز میکنید؟ فرمود: برای اینکه پیامبر صلی‌الله علیه و آله امیرالمومنین علیه‌السلام را هنگامی که مریض شده بود از خوردن خرما پرهیز داد.

۳ ـ در کتاب معانی‌الاخبار آورده که مردی به امام صادق علیه‌السلام گفت: شخص بیمار چقدر باید پرهیز نگه دارد؟ فرمود: باندازه ربق. سائل گفت: من ندانستم که ربق چقدر است، امام علیه‌السلام فرمود: ده روز.

www.takbook.com

www.takbook.com

۴ ـ در کتاب طب‌النبی آورده که حلبی گوید از امام صادق علیه‌السلام شنیدم که فرمود: پرهیز بعد از هفت روز فایده‌ای ندارد.

۵ ـ در کتاب مکارم آورده امام رضا علیه‌السلام فرمود: اگر مردم کمتر میخوردند بدنهاشان سالمتر میشد.

۶ ـ امام هفتم علیه‌السلام فرمود: سرآغاز دوا پرهیز است، و معده مرکز بیماری است، و بدنت را عادت بده بان چیزی که میتواند عادت کند.

۷ ـ در کتاب کافی است: امام هفتم موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: پرهیز از چیزی این نیست که بطور کلی از آن نخوری بلکه پرهیز از چیزی آن است که سبکتر و کمتر از آن بخوری.

۸ ـ در کتاب نوادر راوندی به سندهایش از امام صادق از پدرانش علیهم‌السلام نقل نموده که پیغمبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: ما اهل بیت پرهیز نمیکنیم (بطور کلی) مگر از خرما.

۹ ـ در کتاب دعائم گوید: نبی اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: بیماران خود را بخوردن غذا اجبار نکنید همانا که خداوند طعامشان میدهد و سیرابشان میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت ششم:

معالجه سردرد

۱ ـ در کتاب قرب‌الاسناد از حسین بن علوان از امام جعفر صادق از پدرش علیهماالسلام نقل کرده که پیامبر گرامی اسلام صلی‌الله علیه و آله هر زمانی که سرش درد میکرد با روغن کنجد انفیه میکرد.

۲ ـ در کتاب طب‌الائمه آورده است: داود رقی گوید: در حضور امام صادق علیه‌السلام بودم، مردی از خراسان که برای مراسم حج آمده بود بحضور آنحضرت رسیده و برخی از مسائل دینی را سئوال نمود و امام علیه‌السلام نیز جوابهایش را بیان فرمود، سپس عرض کرد: ای فرزند پیامبر، از وقتی که از منزلم بیرون آمدم تاکنون دچار سردرد شده‌ام. امام علیه‌السلام فرمود: همین حالا بلند شو داخل حمام شو و قبل از این که عملی انجام دهی هفت مشت آب داغ را گرفته و بر سرت بریز و هر مرتبه نام خدا را برده و بسم‌الله بگو که انشاالله از این درد راحت میشود. (۱)

---

۱ ـ محمد بن زکریا در کتاب «برء الساعه ـ درمان فوری» گوید: اگر سر درد در جلوی سر و در نزدیکی پیشانی باشد ناشی از زیادی خون است و درمانش بیرون آوردن خون از بدن بواسطه‌ی حجامت و فصد است که درجا درد را آرام میکند، و علاج دیگرش این است که مقداری تریاق ناب مصری در بینی یا در گیجگاه گذارده شود، و یا مقداری عناب یا شربتش استعمال شود، و یا مقداری عدس پخته شده خورده شود، و یا مقداری گشنیز خشک خورده شود که فوری درد سر ←

www.takbook.com

www.takbook.com

۳ ـ علی بن یقطین گوید: به امام هشتم علیه‌السلام نوشتم: همانا که من سردی سختی را در سرم احساس میکنم، و زمانی که باد بر سرم میوزد نزدیک است که بیهوش شوم. امام هشتم علیه‌السلام در پاسخ بمن نوشت: بعد از طعام، عنبر و یاسمن را به مشامت برسان که انشاءالله عافیت پیدا خواهی کرد.

٤ ـ درمکارم‌الاخلاق گوید: امام صادق علیه‌السلام فرمود: هر که سر و یا جای دیگرش درد کند باید دستش را بجای درد گذاشته و بگوید: «اسکن‌سکنک بالذی له ما سکن فی‌اللیل و النهار و هوالسمیع العلیم = ساکن شو به سکونت بان که برای اوست آنچه در شب و روز ساکن شود و اوست شنوا و بینا».

۵ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: زمانی که پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله کسالت پیدا کرده و چشم زده میشد و درد سر میگرفت سوره حمد و سوره قل اعوذ برب الناس و سوره قل برب الفلق را خوانده و سپس دستش را بر رویش میکشید، و دردش برطرف میشد.

را آرام میکند. البته گاهی سردرد در وسط سر واقع میشود که دلیلش حرارت بدن است و علاجش این است که پارچه کتانی با روغن گل یا با سرکه تخمیر شده تر گشته و بر سر گذارده شود، و یا پارچه‌ی کتان با روغن گل و شیر زنان خیس شده و بر سر گذارده شود که فورا درد را ساکن میکند، و یا گل نیلوفر بوئیده شود، و یا از مغز خیاری که در سرکه تند قرار داده شده باشد خورده شود که بسیار ترش است، و یا مقداری از ربهای ترش که صفرا را خاموش کند خورده شود که بالفور درد سر را آرام میکند، و یا مقداری روغن بنفشه و نمک به پاها مالیده شود که نیز فورا درد را ساکن میکند. و اما اگر سردرد در پشت سر در قسمت استخوان پس سر و پشت گوشها باشد ناشی از بلغم است و علاجش این است که انسان با خوردن سکنجبین و آب تربچه قی کند و بر روی آن آب شوید بخورد تا هرچه از بلغم در درونش وجود داشته از بین برود و این کار باید با آب گرم انجام شود که در جا درد را آرام میکند، و یا مقداری مربای هلیله و املج (که درختش در هند فراوان است) خورده شود که بالفور درد را ساکن میکند، و یا مقداری ایارج (که معجون مسهل است) غرغره شود که فی‌الحال درد را ساکن میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت هفتم:

پیرامون درمان چشم و گوش

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب خصال نقل کرده: حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: سه چیز چشم را جلا و فروغ میدهد: نگاه کردن به سبزه و گیاه، نگاه کردن به آب روان، و نگاه کردن به چهره‌ی نیکو. و به قول شاعر:

ثلاثه یذهبن عن قلب الحزن — الما و الخضراء واالوجه الحسن

«پس سه چیز از دل برد اندوه را — آب و سبزی و هم روی نیکو»

۲ ـ در کتاب محاسن آورده: نبی اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: گیاه سداب (پیگن) برای درد گوش مفید و خوب است.

۳ ـ امام صادق علیه‌السلام گوید: رسول اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: قارچ (دنبلان کوهی) از گیاهان بهشت بوده و برای درد چشم مفید و نافع است.

٤ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: مسواک نمودن، چشم را پر فروغ میکند.

۵ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: مسواک نمودن از ریزش آب چشم جلوگیری کرده و چشم را جلا میدهد.

٦ ـ در کتاب طب‌الائمه گوید: برای مداوای درد گوش باید مشتی کنجد

www.takbook.com

www.takbook.com

پوست نکنده و مشتی خردل گرفته شده و هر کدام جداگانه کوبیده شده و سپس درهم آمیخته شده و روغنشان گرفته شده و در شیشه‌ای قرار داده و سر آن با آهن بسته شود و سپس قطره‌ای از آن در گوش ریخته گشته و سه روز با پنبه بسته گردد. باذن خداوند شفا حاصل خواهد شد.

۷ ـ و نیز در کتاب طب‌الائمه آورده است: برای درد گوش باید که مقداری از سداب را با روغن طبخ کرده و چند قطره از آن را در گوش میریزی، همانا باذن خداوند دردت آرام میشود.

۸ ـ و در کتاب مکارم‌الاخلاق گوید: برای درد گوش باید بر روغن یاسمن و بنفشه سه مرتبه این سخن خداوند خوانده شده:

کان لم یسمعها کان فی اذنیه وقرا (سوره لقمان، آیه ۷) ان السمع و البصر و الفواد کل اولئک کان عنه مسئولا (سوره اسراء، آیه ۳۷)

«گویا که نشنید آن را که همانا که در گوش سنگینی است ـ همانا که گوش و چشم و دل از همه‌ی آنها سئوال خواهد شد» و در گوش ریخته شود.

۹ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: چشم سلمان و ابوذر درد گرفت، پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله به عیادت آنان آمد. چون نظرش بر ایشان افتاد به هر یک از ایشان فرمود: مادامی که درد چشمتان خوب نشده است بر پهلوی چپ نخوابید و از خرما استفاده نکنید تا خدا شما را عافیت دهد.

۱۰ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: هر که ناخن‌هایش را در هر پنجشنبه بگیرد چشمهایش درد نمیکند، و هر که هر جمعه ناخن‌هایش را بگیرد از زیر هر ناخنش یک مرض بیرون میرود، و فرمود: سرمه کشیدن روشنی چشم را زیاد و مژه‌ها را میرویاند.

۱۱ ـ امام صادق علیه‌السلام در هر پنجشنبه ناخنهایش را میگرفت و از انگشت کوچک دست راست شروع میکرد، سپس ناخنهای دست چپ را میگرفت، و میفرمود: هر که چنین کند گویا مانند کسی است که از درد چشم امان نامه دارد.

www.takbook.com

www.takbook.com

۱۲ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: کفش پاشنه کوتاه و دم پائی و نعلین برای چشم مفیداست.

۱۳ ـ در کتاب کشف الغمه از جمیل بن دراج نقل میکند که گفت: در خدمت امام صادق علیه‌السلام بودم که بکیربن اعین به حضور آنحضرت رسید. امام صادق علیه‌السلام به او فرمود: آیا شخص هوشیار و زیرک چشمش درد میکند؟ (اشاره باین که آدم دانا با رعایت بهداشت از درد و مرض چشم جلوگیری میکند) عرض کرد: پس چه باید کرد؟ فرمود: باید بعد از طعام (و برخی از امور دیگر) دستها شسته شده و بچشم مالیده شود بکیربن اعین گوید: من نیز چنین کردم و بعد از آن دچار درد چشم نشدم.

۱۴ ـ در کتاب شریف کافی نقل شده است: مردی خدمت امام صادق علیه‌السلام رسیده و از درد چشم شکایت کرد. امام علیه‌السلام فرمود: چرا از این سه چیز یعنی صبر و کافور و حنظل استفاده نمیکنی؟ مرد نیز به دستور عمل کرده و شفا پیدا کرد.

۱۵ ـ در کتاب کافی به سندهایش از جمیل بن صالح روایت کرده گوید: به امام صادق علیه‌السلام گفتم: همانا برای من دختری است (که در اثر نقص و درد چشم) ستاره را مثل جره (جره ظرفی است که پائین آن سوراخ بوده و بوسیله آن دانه افشانده میشود) میبیند. امام علیه‌السلام فرمود: و شاید که ستاره را مثل دانه بذر میبیند (و یا اگر معالجه نشود چنین خواهد دید) گفتم: (در هر صورت) چشمش ضعیف است فرمود: با صبر و حنظل و کافور از هر کدام یکسان گرفته و چشمش را سرمه کن. گوید: چنین کردیم و مفید واقع شد.

۱۶ ـ در کتاب کافی نقل کند که سلیم، خادم علی بن یقطین دچار درد چشم شد. حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام بدون اینکه چیزی در این باره به او گفته شود به علی بن یقطین نوشت: چرا از سرمه ابوجعفر امام باقر علیه‌السلام استفاده نمیکنی؟ که عبارت است از مقداری کافور ریاحی و صبر اسقوطری که

www.takbook.com

www.takbook.com

با هم کوبیده شده و در پارچه‌ی حریر الک میشود و بچشم مالیده میشود، مانند سرمه که بچشم مالیده میشود و یک ماه این عمل انجام میگردد، در نتیجه هر دردی که هست از سر فرو ریخته و از بدن خارج میگردد. شخص بیمار نیز چنین کرد و تا دم مرگ چشمش درد نگرفت.

۱۷ ـ در کتاب مکارم‌الاخلاق آورده: امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: هرگاه چشم یکی از شما درد کند باید که بر آن بخواند آیه‌الکرسی را و اعتقاد داشته باشد که درد چشمش از خواندن این آیه خوب میشود، همانا که انشاالله درد چشمش خوب خواهد شد.

و نیز گفته شده است: کسی که هر روز بخواند: فجعلناه سمیعا بصیرا (سوره دهر، آیه ۳). یعنی «قرار دادیم انسان را شنوا و بینا» چشمش از دردها و آفات محفوظ میماند.

مولف گوید: این بود مقداری از آنچه در این باب وارد شده است و بعدا نیز مطالب مناسبی را در این رابطه ذکر خواهیم کرد.

ابو علی سینا در کتاب سوم قانون صفحه ۷۶ در باب بهداشت گوش گوید: لازم است که به بهداشت گوش اهمیت قائل شد و آن را از گرما و سرما و بادها و چیزهای مضر و ناآشنا محافظت کرد تا چیزی از جانوران آب در آن داخل نگردد. و باید که آن را از چرک شدن بدور داشت، و لازم است هر هفته یکبار چند قطره از روغن بادام تلخ در آن ریخته شود که بسیار مفید است، و نیز باید مراعات و مواظبت شود که در گوش، ورم و جراحت و زخم پیدا نشود که گوش را تباه میکند و اگر ترسیده شود که زخمهائی در آن پدید آید لازم است چند قطره (مامیثا) مامیشای سرخ که در سرکه قرار گرفته باشد در گوش ریخته شود، و باید گفت که ریختن چند قطره مامیشا در گوش هفته‌ای یکبار موجب جلوگیری گوش از ناراحتی‌ها و دردها میشود، و از چیزهائی که برای چشم و دیگر حواس ضرر دارد زیاده خوری و پر کردن معده و مخصوصا خوابیدن با شکم پر است.

www.takbook.com

www.takbook.com

و نیز ابو علی سینا در صفحه‌ی ۵۷ همان کتاب در رابطه با بهداشت چشم گوید: لازم است بر کسی که میخواهد چشمش سالم بماند چشم خود را از گرد و دود و هواهای گرم خارج از حد معتدل و سرد خارج از حد معتدل و بادهای پر گرد و غبار و بادهای سرد و مسموم بدور نگهدارد، و چشم خود را بیش از اندازه بچیزی خیره نکند.

و نیز از اموری که برای بهداشت چشم باید رعایت شود این است که از گریه زیاد پرهیز شود، و کمتر باید چشم را بچیزهای ریز و دقیق انداخت مگر گاهی که برای ریاضت (و عبادت و خواندن اوراد و اذکار) باشد، و نباید که مدت زیادی به پشت خوابید، و باید دانسته شود که آمیزش زیاد، ضرر زیاد بچشم وارد میکند، و همچنین خوردن زیاد شکر، و پرخوری، و با شکم پر خوابیدن، و همه طعامها و آشامیدنی‌های غلیظ، و همه طعامهائی که بخار کننده است، و طعامهائی که دارای گرما و سوزش است مانند تره و شبدر، و همه چیزهائی که زیاد خوردنش خشک کننده است مانند نمک، و همه چیزهائی که تولید بخار میکند مانند کلم و عدس، برای چشم زیان آور است. و بالاخره باید گفت: خواب زیاد و بیداری زیاد نیز برای چشم ضرر میرساند، و باید اندازه معتدل را در خواب و بیداری رعایت کرد.

و اما چیزهائی که برای چشم استعمال آنها نافع است و نیروی چشم را حفظ میکند عبارت است از: سرمه، و توتیائی که با آب مرزنجوش و رازیانه بعمل آمده باشد، و سرمه کردن با آب رازیانه هر وقتی که باشد برای چشم نفع عجیب و فراوانی دارد، و سرمه کردن با انار شیرین برای چشم نفع زیاد و عجیبی دارد. و از چیزهائی که برای روشنائی چشم و تیزبینی آن مفید است فرو رفتن در آب و باز کردن چشم در درون آب است.

و اما اموری که برای بینائی ضرر دارد، بعضی از آنها در اثر افعال و حرکات است، و بعضی از آنها در اثر غذاها است، و بعضی از آنها در اثر چگونگی استفاده از غذاها است، و اما آنچه در اثر افعال و حرکات است مانند

www.takbook.com

www.takbook.com

هر چیزی که انسان را ناتوان و تهی میکند مثل جماع و آمیزش زیاد، و مانند نگاه کردن زیاد بچیزهای نورانی، و مانند خواندن نوشته و چیزهای ریز، و مانند مطالعه‌ی زیاد، خلاصه میانه‌روی در این امور برای چشم نافع است.

همچنین کارهای دقیق و با شکم پر خوابیدن و در عصر خوابیدن برای بینائی ضرر دارد، بلکه لازم است بر کسی که ضعف بینائی دارد صبر کند تا غذایش هضم شده سپس بخوابد و خلاصه، هرگونه پرخوری برای چشم ضرر دارد، و هر چیزی که طبیعت را تهی و خشک کند برای چشم ضرر دارد، و هر چیزی که مثل چیزهای شور و با حرارت، خون را تیره کند برای چشم ضرر دارد، و شکر و شیرینی نیز برای چشم ضرر دارد.

اما دربارهء تاثیر قی کردن در چشم و بینائی آن باید گفت: قی کردن از جهت اینکه معده را پاکیزه میکند برای چشم نیز مفید است، و اما از جهت اینکه مواد دماغ را حرکت داده و ممکن است بسوی بینائی چشم نزدیک شوند برای چشم ضرر دارد، پس اگر انسان ناچار باشد که قی کند باید که بعد از طعام بوده و با ملایمت انجام شود، و نیز حمام رفتن، خواب زیاد، گریه زیاد، رگ زدن زیاد، و مخصوصا حجامت کردن زیاد برای چشم ضرر آور است.

اما غذاهائی که برای چشم زیان آور است غذاهائی است که شور بوده و سوزنده و بخارزا باشند، و یا غذائی که دهانه معده را اذیت دهد، و خوردن تره و پیاز و سیر و باذوره و زیتون پخته و سرخ شده و شوید و کلم و عدس برای چشم زیان آور است.

اما دربارهء تاثیر چگونگی خوردن غذا در چشم باید گفت: اگر انسان غذائی را بخورد و یا طوری بخورد که بخوبی هضم نشود و نفخ و بخار کند برای چشم زیان آور است.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت هشتم:

پیرامون درمان دندان و دهان و صورت

۱ ـ در بحار از عیون نقل کرده: صفوانی گوید: قافله‌ای از خراسان بسوی کرمان در حرکت بود که دزدان راه بر آنان گرفته و یکی از ایشان را که گمان میکردند مال زیاد دارد پیش خود به گروگان نگهداشتند تا مالی را از او گرفته و آزادش کنند، و بدین جهت او را شکنجه داده و در میان برف قرار داده و دست و پایش را بسته و دهانش را پر از برف کردند، در این میان یکی از زنان ایشان باو رحم نموده و دست و پایش را باز نمود و او نیز از دست دزدان گریخت ولی دهان و زبانش چنان تباه شد که قادر بر سخن گفتن نبود، از این پس بسوی خراسان آمد و خبر تشریف فرمائی امام رضا علیه‌السلام به نیشابور را شنید و در خواب دید که کسی باو میگوید: امام هشتم فرزند رسول خدا به خراسان آمده است پس برو بسوی او و بیماری خود را باو بگو شاید دوائی را بتو یاد دهد که برایت مفید باشد. وی گوید: در عالم خواب بسوی امام هشتم رفته و بخدمتش رسیدم و داستان خود را بر آنحضرت عرض نموده و بیماریم را برایشان بیان

www.takbook.com

www.takbook.com

کردم. امام علیه‌السلام بمن فرمود: مقداری از زیره و مرزه و نمک را درهم بکوب و دوبار یا سه بار در دهانت بگذار همانا که دهان و زبانت خوب خواهد شد. پس این مرد از خواب بیدار شده و درباره آنچه در خواب از طریق معالجه دیده بود فکر نکرده و بان اعتناء ننمود و برای دیدار امام هشتم حرکت کرده و وارد دروازه نیشابور شد. باو گفته شد که امام علیه‌السلام از نیشابور بیرون رفته و اکنون در رباط سعد است. این مرد پیش خود گفت بروم بنزد امام و داستان را برایش بگویم شاید دوائی برای درمانم بیان کند. پس بخدمت امام علیه‌السلام رسیده و عرض کرد: ای فرزند پیامبر! همانا که در مسافرت دچار چنین گرفتاری شده و دهان و زبانم آنچنان تباه شده است که بسختی میتوانم سخن بگویم، پس اگر بشود دوائی را بمن بگوئید شاید مفید واقع شود. امام علیه السلام فرمود: مگر من بتو دوا و راه درمان را نگفتم پس برو و آنچه در خواب بتو گفته‌ام انجام بده. عرض کرد: یابن رسول‌الله عنایت کنید یکبار دیگر بفرمائید. امام علیه‌السلام فرمود: مقداری از زیره و مرزه و نمک را درهم بکوب و دوبار یا سه بار در دهانت بگذار همانا که دهان و زبانت خوب خواهد شد. مرد گوید: چنین کردم و عافیت پیدا نمود. ابو حامد احمد ثعالبی گوید: من از صفوانی شنیدم که میگفت من این مرد را شخصا دیدم و داستانش را از زبان خودش شنیدم.

۲ ـ در کتاب کافی به سندهایش از امام صادق علیه‌السلام نقل کرده که فرمود: هر که بر اولین لقمه از طعامش اندکی نمک بپاشد لکه‌های صورتش از میان میرود.

۳ ـ و نیز در کتاب کافی به سندهایش نقل کرده: حضرت ابوالحسن اول موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: هر که بعد از غائط محل غائط را با سعد پاک کرده و استنجاء کند، و یا بعد از خوردن غذا دهانش را با سعد بشوید دهانش دچار مرض نشده و از باد بواسیر محفوظ میماند.

٤ ـ و باز در کتاب شریف کافی از ابراهیم بن ابی البلاد نقل کرده گوید:

www.takbook.com

www.takbook.com

عباس بن موسی مرا بازداشت کرده و دستور داد به دهانم بکوبند آن چنان که دندانهایم از جایشان تکان خوردند و دیگر نمیتوانستم غذا بجوم. در خواب پدرم را دیدم و بنزدش پیرمردی بود که نشناختم. پدرم بمن گفت: بر او سلام کن. گفتم: پدر جان این مرد کیست؟ پدرم گفت: ابو شیبه خراسانی. پس بر او سلام کردم. بمن گفت: چرا تو را چنین می‌بینم؟ گفتم: آن مرد فاسق یعنی عباس بن موسی دستور داده و بدهانم زده‌اند و دندانهایم تکان خورده‌اند. پس بمن گفت: دهانت را با سعد بسته و معالجه کن. چون صبح شد سعد در دهان گذارده و جویدم و دندانهایم از درد آرام گرفتند.

۵ ـ در کتاب کافی آورده است: ابی ولاد گوید: دیدم حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام را که با عده‌ای از اهل بیتش در کنار حجره نشسته بود و شنیدم که میفرمود: دندانهایم صدمه خورد، پس مقداری از سعد را گرفته و بدندانهایم مالیدم و از درد آنها آرام شدم.

۶ ـ و در کتاب طب‌الائمه گوید: حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: دندانهایم درد گرفت مقداری سعد بر آنها قرار دادم، و نیز فرمود: سرکه انگور لثه‌ها را محکم میکند، و نیز فرمود: برای مداوای دندانها، حنظله را پوست میکنی و روغنش را میگیری اگر دندانت گرم خوردگی داشته و گودی پیدا کرده باشد دو قطره از آن روغن را در پنبه ریخته و بگوشی که در سمت دندانی است که درد میکند سه شب میگذاری که انشاالله درد دندانت آرام میگیرد.

۷ ـ در کتاب کافی از حمزه الطیار نقل کند که وی گفت: در خدمت حضرت ابوالحسن موسی بن جعفر علیه‌السلام بودم. آنحضرت مرا ناراحت دید و فرمود: دردت چیست؟ گفتم: دندانم درد میکند. امام علیه‌السلام فرمود: حجامت کن. پس من نیز حجامت کردم و دردم آرام شد، و این قضیه را به آنحضرت عرض کردم، فرمود: بهترین درمان برای درد مردمان، گرفتن مقداری از خون بدن و خوردن مزع عسل است، گفتم مزع عسل چیست؟ فرمود: لیسیدن انگشت آمیخته به عسل و نوشیدن عسل است.

www.takbook.com

www.takbook.com

۸ ـ در کتاب کافی آورده از سلیمان بن جعفر جعفری، گوید: از امام هفتم حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام شنیدم که فرمود: دوای دندان چنین است که مقداری حنظله را گرفته و پوست میکنی سپس روغن آن را گرفته اگر دندانت سوراخ شده و کرم زدگی پیدا کرده باشد چند قطره از آن را در پنبه ریخته و در میان دندانت قرار میدهی و به پشت میخوابی و این کار را در سه شب انجام میدهی، ولی اگر درد ندان از کرم خوردگی و پوسیدگی نباشد بلکه از باد باشد چند قطره از آن روغن در گوش ریخته شده و این عمل سه شب انجام میشود که هر شب دو قطره یا سه قطره ریخته میشود که باذن خداوند درد از بین میرود، و نیز راوی گوید: شنیدم امام هفتم علیه‌السلام فرمود: برای مداوای درد دندان و خونی که از میان دندانها بیرون میاید و ضربان و قرمزی که در دهان بوجود میاید باید چنین کرد که حنظله‌ی تر را که زرد شده باشد گرفته و دور آن را گل گرفت و سپس بالای آن را سوراخ کرده و بواسطه‌ی چاقو درون آن را تراشیده و خالی کرد و بعدا درون آن را با سرکه خمر بسیار ترش پر نموده و در آتش قرار داده شود تا بشدت جوشیده گردد سپس بمقدار سرانگشت از آن گرفته شده و بدرون دهان و بدنها مالیده شده و دهان با سرکه شسته شده و مضمضه شود، و اگر این دوائی که بعمل آمده در شیشه و ظرف دیگری ریخته شده و سپس استعمال شود اشکالی ندارد.

۹ ـ در کتاب مکارم‌الاخلاق آورده: مفضل بن عمر گوید: بخدمت امام صادق علیه‌السلام رسیدم و از درد دندانم بانحضرت شکایت کردم. امام علیه‌السلام بمن فرمود: نزدیک بیا. نزدیک آنحضرت شدم، انگشت خود را داخل دهان نموده و بر دندانی که درد میکرد گذارد، سپس دعائی را آهسته خواند که در آن دم دندانم از درد آرام گرفت. بمن فرمود: ای مفضل! دردت آرام شد؟ عرض کردم: آری. آنحضرت خندید، عرض کردم: دوست دارم این دعائی که خواندید برایم بیاموزید. فرمود: باشد، همانا که فاطمه علیهاالسلام بخدمت پدرش آمده و از درد دندان شکایت نمود، پیغمبر خدا صلی‌الله علیه و

www.takbook.com

www.takbook.com

آله انگشت سبابه خود را بر دندانی که درد میکرد گذارد و گفت: «باسم الله و بالله اسالک بعزتک و جلالک و قدرتک علی کل شیی، فان مریم لم تلد غیر عیسی روحک و کلمتک ان تکشف ما تلقی فاطمه بنت خدیجه من الضرس = بنام الله و بیاری الله، از تو میخواهم بعزت و جلالت و قدرتت که بر همه چیز توانائی همانا مریم که بغیر از عیسی روح و کلمه‌ی تو، فرزند نزائید، اینکه برطرف کنی از فاطمه دختر خدیجه دردی را که از دندان دارد». امام علیه‌السلام به مفضل فرمود: درد دندان فاطمه علیهاالسلام همانجا آرام گرفت همچنانکه درد دندان تو آرام گرفت، و چیزی بر آن، از این پس زیاده نکردم.

این بود مقداری از روایاتی که در این باب وارد شده و اکنون مقداری از گفتار بعضی از دانشمندان را در این موضوع نقل میکنم:

گفتار ابن سینا درباره بهداشت دندان

ابن سینا در قسمت سوم از کتاب قانون درباره بهداشت دندان میگوید:

هر که دوست دارد دندانهایش سالم بماند باید هشت چیز را مراعات کند:

اول: از فاسد شدن پی در پی غذا در معده اجتناب باید کرد، مثل خوردن غذاها و نوشیدنیهائی که بسرعت قابل فاسد شدن است مانند شیر و ماهی شور و ماهی‌های کوچک، و همچنین باید طوری از غذا استفاده کرد که موجب فساد در معده نگردد، که در این باب در جایش سخن گفته شده است.

دوم: نباید برای قی کردن اصرار داشت خصوصا جائی که قی شونده ترش باشد.

سوم: از جویدن هر آدامس و شیره‌ی درختی باید اجتناب کرد مخصوصا آدامسی که شیرین باشد مانند ...

چهارم: از شکستن هر چیز سختی با دندان باید اجتناب کرد.

پنجم: از خوردن چیزهائی که دندانها را حساس کرده و درهم جمع

www.takbook.com

www.takbook.com

میکند باید اجتناب نمود.

ششم: از خوردن هر چیز خنکی مخصوصا بعد از خوردن چیز گرم و از خوردن هر چیز گرمی مخصوصا بعد از خوردن چیز سرد باید اجتناب کرد.

هفتم: باید همواره بخوبی لای دندانها را از باقی مانده غذا خلال کرد البته نه بمقداری که به عصب دندان ضرر زده و موجب مجروح شدن گوشت لای دندانها و جاری شدن خون از آنها شود.

هشتم: باید از خوردن چیزهائی که بدندانها ضرر میرساند اجتناب کرد مثل تره که بشدت بدندان و لثه آن ضرر میرساند و امثال آن.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت نهم:

پیرامون درمان کرم معده

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب عیون‌الاخبارالرضا به سندهایش از امیرالمؤمنین علیه‌السلام نقل کرده که آنحضرت فرمود: بنوشید سرکه انگور را که کرمهای معده را می‌میراند.

۲ ـ رسول اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: خرما را ناشتا بخورید که کرم معده را میکشد.

۳ ـ در کتاب محاسن نقل کرده که امام صادق علیه‌السلام فرمود: هر که هفت دانه از خرمای عجوه و خوب را بهنگام خواب بخورد کرمهای شکمش کشته میشود.

٤ ـ در کتاب طب‌الائمه از امیرالمومنین علیه‌السلام آورده که فرمود: هر که هفت دانه خرمای عجوه در موقع خوابیدنش بخورد کرمهای معده‌اش کشته میشود (خرمای عجوه عبارت است از بهترین نوع خرما در مدینه که نخل آن بنام «لینه» نامیده میشود).

۵ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: بنوشید سرکه‌ی خمر را که کرمهای معده را میکشد.

٦ ـ علی بن ابی طالب علیه‌السلام فرمود: بخورید خرمای عجوه (و مرغوب) را که کرمهای شکم را نابود میکند و باید که ناشتا بخورید.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت دهم:

در بیرون آوردن کرمهائی که وارد منافذ بدن شده‌اند

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب خرائج روایت کرده است: نه نفر یا ده نفر برادر در قبیله‌ای از قبائل عرب بودند که فقط یک خواهر داشتند. به خواهرشان گفته بودند آنچه خدا روزیمان بکند همه را در اختیار تو میگذاریم بشرط اینکه رغبت و میل به ازدواج پیدا نکنی زیرا حمیت و غیرت ما باین کار اجازه نمیدهد. خواهر نیز باین امر راضی شده و به خدمت برادران پرداخت، برادران هم نهایت احترام را به خواهرشان میگذاشتند، تا روزی که خواهر از حیض فارغ شده و جهت غسل و شستشو داخل چشمه‌ای که نزدیک قبیله بود گردید و بدون اینکه توجهی داشته باشد، کرمی از میان آب خارج شده و به درون وی داخل گردید. پس از مدتی که گذشت این کرم در داخل شکم خواهر رو برشد گذارده و بزرگ شد و در نتیجه شکمش بالا آمد بطوری که گویا حامله شده است. برادران نسبت بوی گمان بد برده و خیال کردند از راه زنا حامله شده است لذا تصمیم به کشتن او گرفتند. ولی بنظرشان رسید که حل این مشکل را از علی بن ابی طالب علیه‌السلام خواستار شوند لذا نزد امیرالمومنین علیه‌السلام آمده و داستان را بحضور آنحضرت عرضه داشتند. علی علیه‌السلام دستور داد توسط زنان طشتی را پر از لجن کرده و به خواهرشان گفت روی آن طشت بنشیند. خواهر چون چنین کرد و کرم از درون شکم احساس لجن کرد از درونش بسوی لجن بیرون آمد و بر همگان معلوم شد که وی حامله نبوده بلکه از جهت بودن کرم، شکم او بالا آمده بوده است.

مرحوم مجلسی گوید: این روایت را بسیاری از علمای ما از جمله جناب

www.takbook.com

www.takbook.com

شاذان بن جبرئیل نقل نموده‌اند.

۲ ـ این روایت را عده‌ای از علمای اهل سنت نیز از امیرالمومنین علیه‌السلام نقل کرده‌اند که از جمله ایشان است اسعد بن ابراهیم اردبیلی مالکی، بسندهایش نقل کرده است از عماربن یاسر و زیدبن ارقم که گویند: روزی در خدمت امیرالمومنین علیه‌السلام در (دکه القضای) کوفه بودیم که ناگهان شیون دلخراشی را شنیدیم، علی علیه‌السلام فرمود: ای عمار برخیز و ببین چه خبر است. عمار گوید بیرون آمدم و دیدم زنی را که بر شتری سوار بوده و فریاد میزند: «ای خدا ای پناه بی‌پناهان روی بسوی تو آورده و توسل به ولیت علی بن ابی طالب علیه‌السلام نمودم، پس آبرویم را حفظ کن و درمانده‌گی‌ام را برطرف کن».

عمار گوید: این زن وارد شد در حالیّ که هزار سواره با شمشیرهای آخته گرد زن را گرفته بودند و مردمی بسیار به همراهشان بودند، گروهی بنفع زن و گروهی مخالف او بودند. عمار گفت: امیرالمومنین را اجابت کنید و بنزد وی درآئید، پس زن از مرکب پیاده شده و مردم نیز همراه وی وارد مسجد شدند و مردم کوفه نیز برای تماشای سرانجام اینکار در مسجد اجتماع نمودند، در این هنگام امیرالمومنین علیه‌السلام برخواست و فرمود: ای مردم شام! بپرسید از آنچه میخواهید. پیرمردی از میان ایشان برخواسته و عرضکرد: یا امیرالمومنین! این زن دختر من است و موجب سرافکندگی من شده است، زیرا که او دوشیزه و باکره بوده و در عین حال حامله شده است، امید است که مشکل ما را حل کنید. علی علیه‌السلام فرمود: ای دختر در این‌باره چه میگوئی؟ دختر عرضکرد: یا امیرالمومنین! اما اینکه من دختر و دوشیزه هستم درست است، و اما اینکه من حامله هستم باید بگویم: سوگند بحق تو که من یقین دارم تاکنون خیانت نکرده و با مردی ارتباط پیدا نکرده‌ام

امیرالمومنین علیه‌السلام بالای منبر رفته و فرمود: بیاورید بنزد من دایه و مامای کوفه را، پس زنی را بنام «لبنا» که قابله بود بنزد آنحضرت آوردند، امام

www.takbook.com

www.takbook.com

علیه‌السلام بقابله فرمود: پرده‌ای میان خود و مردم قرار بده و ببین آیا این دختر حامله و باکره است؟ قابله نیز معاینه کرده و عرض کرد: آری باکره و حامله است.

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: کسی میتواند مقداری برف بیاورد؟ پدر دختر عرضکرد: یا امیرالمومنین! در شهرهای ما برف زیاد است ولی اکنون نمیشود از آن برفها در اینجا حاضر کرد.

عمار گوید: علی علیه‌السلام از بالای منبر دست خود را دراز کرد ناگهان دیده شد که مقداری برف در دست امیرالمومنین قرار داشته و قطره‌هائی از آن آب شده و از دست امیرالمومنین میریزد. سپس امیرالمومنین علیه‌السلام بقابله فرمود: این برف را بگیر و همراه این دختر از مسجد بیرون برو و این برف را در طشتی قرار داده و دختر را روی برف بنشان و پس خواهی دید که از شکم این دختر از پائینش زالوئی بیرون خواهد آمد که وزن آن هفتاد و پنج درهم میباشد. قابله نیز چنین کرده و زالو را بهمراه دختر بنزد امیرالمومنین علیه‌السلام آورد و گفت: یا امیرالمومنین حقیقت چنان بوده که شما فرمودید.

علی علیه‌السلام به پدر آن دختر فرمود: ای پیرمرد! بگیر دست دخترت را و برو، بخدا قسم که دخترت زنا نداده است ولکن او داخل آب شده و این زالو داخل درون او شده است در زمانی که او ده ساله بوده و مدتی این زالو در شکم او باقی مانده و بتدریج تاکنون بزرگ شده است و گمان شده که او حامله شده است.

باید گفت: روایات در این موضوع طولانی بوده و بصورتها و الفاظ مختلف نقل گردید که ما در این میان بمقداری که مورد اتفاق و مربوط به بحث بوده اکتفا کردیم.

از دو روایت مذکور معلوم میشود که کرم و زالو اگر داخل یکی از سوراخها و منافذ بدن بشود میشود با نزدیک کردن برف و لجن بنزدیک جائی که در آن قرار دارد آن را بیرون آورد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت یازدهم:

در علاج ورم کبد و دردهای شکم و پهلو

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب طب‌الائمه نقل کرده: عبدالله و حسین فرزندان بسطام گویند: احمد بن متطبب، این داروها را بما نوشته و گفت: من این داروها را برای درمان درد پهلو به امام علیه‌السلام عرضه داشتم و آنحضرت نیز با آنها موافقت نشان داد، و داروها چنین است: چهار مثقال فلفل، چهار مثقال زنجبیل، چهار مثقال برنج (و آن داروی معروفی است که سختی بلغم را آسان میگرداند)، چهار مثقال بزباره، چهار مثقال دارچین، چهل و پنج مثقال کره صافی و خوب و چهل و شش مثقال شکر سفید را گرفته و میکوبی و در پارچه و یا غربالی الک میکنی سپس باندازه وزن دو برابر همه آنها عسل صاف و کف گرفته را در آنها معجون میکنی، هر که بخواهد از این دارو برای درمان درد پهلو استفاده کند باید هفت مثقال از آن را بنوشد، و هرکه بخواهد از این دارو برای درمان اسهال استفاده کند باید بمقدار هفت یا هشت مثقال از آن را با آب جوشانده و خنک بنوشد که باذن خداوند شفا حاصل خواهد شد و با این دوا بداروی دیگری احتیاج پیدا نخواهد شد و همین بس بوده و از داروهای دیگر بینیازی حاصل خواهد شد، و اگر کسی این دارو را برای مداوای اسهال نوشیده و اسهالش خوب شود باید مقداری شربت عسل بنوشد که بتجربه رسیده است که مفید میباشد.

۲ ـ در کتاب شریف کافی آورده است: موسی بن بکر گوید: از درد

www.takbook.com

www.takbook.com

غلامی در نزد حضرت ابوالحسن موسی بن جعفر علیهماالسلام سخن گفته شد. امام علیه‌السلام از درد او پرسید. گفتند: دچار بیماری طحال است. امام علیه‌السلام فرمود: سه روز باو تره بخورانید. پس سه روز باو تره خورانیدند در نتیجه خونش فرو نشسته و حالش خوب شد(۱)

۳ ـ در مکارم‌الاخلاق آورده است: امام صادق علیه‌السلام فرمود: بیاشامید برای درد پهلو کاشم را (کاشم عبارت از زیره کوهی است که شبیه به انگدان یا انجدان میباشد).

٤ ـ در کتاب قصص‌الانبیا به سندهایش تا شیخ صدوق از عبدالله بن سنان روایت کرده که گوید: از امام صادق علیه‌السلام پرسیده شد: آیا حضرت عیسی بمصائب و دردهائی که مردم مبتلا و دچار میشوند دچار میشده است؟ امام علیه‌السلام فرمود: آری، همانا که در دوران کودکی دچار دردها و رنجهای پیری و در پیری دچار دردها و رنجهای کودکی میشد و دچار بیماری میگردید و گاهی دچار درد پهلو می‌شد در حالی که او کودک بوده و این درد از بیماری پیران و بزرگسالان است، بمادرش گفت: مقداری برای من عسل و سیاه دانه فراهم کن و آنها را بهم آمیخته و معجون کن. مادرش نیز چنین کرد و دارو را بنزد وی آورد، لکن عیسی از خوردن آن کراهت نشان داد. مادرش باو گفت: چرا از خوردن دارو کراهت داری با این که خودت آنرا خواستی؟ بمادرش گفت: ترکیب دارو را با دانش نبوت بر تو وصف کردم ولی از جهت مزاج کودکی از خوردن آن اکراه دارم، و چنین بود که آنحضرت دارو را میبوئید و سپس آنرا مینوشید.

۵ ـ در کتاب محاسن آورده که عبید بن صالح خثعمی گوید: به امام صادق علیه‌السلام از درد پهلو شکایت کردم. امام علیه‌السلام بمن فرمود: از باقی مانده‌های غذا در سفره و ریخته شده‌های در سفره بخور. گوید: چنین کردم و

---

۱ ـ منظوراز فرو نشستن خون، آرام و ساکن شدن آن است، و گویا بیماری طحال او از طغیان و جوشش خون او بوده است که البته کمتر چنین میشود.

www.takbook.com

www.takbook.com

درد پهلویم خوب شد.

۶ ـ و نیز در کتاب یاد شده آورده است: ابن حر گوید: مردی بنزد امام صادق علیه‌السلام از درد پهلو شکایت کرد. امام علیه‌السلام باو فرمود: چرا از باقی مانده‌های غذا و از ریخته شده‌های غذا در سفره نمیخوری؟

۷ ـ و نیز در همان کتاب از ابی بصیر نقل کرده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: بخورید گلابی را، همانا که آن قلب را جلا داده و دردهای درون را آرام میکند باذن خدا.

۸ ـ در کتاب طب‌الائمه بروایت صحاف کوفی و او به سندهایش از موسی بن جعفر از امام صادق از امام باقر علیه‌السلام روایت کرده که یکی از دوستان امام باقر علیه‌السلام بانحضرت از درد پهلو شکایت کرده و گفت: برای مداوایم بهر گونه معالجه‌ای پرداخته‌ام ولی هر روز مرضم افزوده شده و در آستانه مرگ و هلاکت قرار گرفته‌ام! امام علیه‌السلام فرمود: مقداری تره خریداری کن و آن را با روغن عربی خوب بجوشان و سپس سه روز از آن بخور که انشاالله خوب خواهی شد.

۹ ـ در کتاب مکارم‌الاخلاق گوید: رسول الله صلی‌الله علیه و آله فرمود: هر که در خود درد پهلو احساس کند شایسته است که دست خود را سه مرتبه بر موضع درد کشیده و در هر بار بگوید:

«اعوذ بعزةالله و قدرته علی مابشاء من شر ما اجده = پناه میبرم بعزت خدا و قدرت خدا بر آنچه که میخواهد، از شر آنچه در خود احساس میکنم».

۱۰ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: دست خود را بر موضع درد میگذاری و میگوئی: باسم الله و بالله، محمد رسول‌الله، ولا حول ولا قوه الا بالله العلی العظیم، اللهم امح عنی ما اجد فی خاصرتی.

یعنی: بنام خدا و بیاری خدا، محمد رسول خداست، و حول و قوه‌ای نیست مگر برای خداوند علی عظیم، بار خدایا برطرف کن از من آنچه را از درد پهلو در خود احساس میکنم. سپس دستت را کشیده، و سه بار نام خدا را بر

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت دوازدهم:

در معالجه شکم و شکم پیچه و درد معده

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب محاسن به سندهایش از حذیفه بن منصور نقل کرده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: دچار شکم روی (اسهال) شدم، بطوری که گوشت بدنم آب شده و بشدت ضعیف شدم، بفکرم رسید که برنج را شسته و جوشانده و بپزم و آنرا بصورت آبکی بخورم، چنین کردم، در نتیجه گوشت بدنم زیاد شده و استخوانهایم محکم گردید، و همواره مردم مدینه بنزدم آمده و گفتند: ما را هم از آنچه اهل عراق بشما میفرستند بهره‌مند فرما، امام نیز آنان را از این طعام بهره‌مند میساخت.

۲ ـ و نیز در کتاب محاسن به اسنادش از محمد بن مروان آورده است که گوید: در خدمت امام صادق علیه‌السلام بودم که آنحضرت دارای شکم روی بود. از نزد آنجناب بهنگام شام بیرون آمدم و من خیلی علاقمند و نگران ایشان بودم، چون صبح بنزد آنحضرت آمدم دیدم حالش خوب شده است. عرضکردم: یابن رسول‌الله دیشب که از نزد شما رفتم حالتان خوب نبود ولی اکنون حالتان خوب شده است. فرمود: دستور دادم مقداری برنج شسته و خشک کرده و پختند و استفاده کردم در نتیجه حالم خوب شد و شکمم بهم آمده و خوب گردید.

۳ ـ در همان کتاب نقل شده محمد بن فیض گوید: در حضور امام صادق علیه‌السلام بودم، مردی بنزد آنحضرت آمده و عرضکرد: دخترم شکم روی داشته و بشدت لاغر و نحیف شده است. امام علیه‌السلام فرمود: چه اشکالی دارد از برنج و پیه و دنبه استفاده کنی باین کیفیت که چهار سنگ یا پنج سنگ را زیر آتش قرار داده و آتش روشن کرده و برنج را در دیگ ریخته و میپزی تا

www.takbook.com

www.takbook.com

خوب بعمل آمده و چون خوب پخته شد روغن پیه را در کاسه‌ای انداخته و سنگها را نیز در آن میریزی و کاسه و ظرف دیگری روی آن گذارده و خوب این دو ظرف را تکان میدهی بطوری که بخار از آنها بیرون نیاید و چون پیه آب شده در میان برنج ریخته و بسر میکشی.

٤ ـ و نیز در کتاب مذکور روایت کرده است از هشام بن سالم که گوید: امام صادق علیه‌السلام فرمود: بسختی بیمار شده و دچار شکم روی گردیدم بطوری که لاغر و ناتوان شدم، دستور دادم برنج را جوشانده و سپس آن را سویق و آرد نموده و از آن خوردم پس حالم مثل اول خوب شد.

۵ ـ در کتاب مذکور به سند خود از ثمالی نقل کرده که: مردی بنزد امام باقر علیه‌السلام از شکم پیچه شکایت نمود. امام علیه‌السلام باو فرمود: مقدار کمی از گل ارمنی را اندکی در آتش آرام قرار داده و سپس از آن استفاده میکنی (البته استفاده از گل ارمنی در صورت اضطرار و ضرورت جایز است).

٦ ـ در کتاب طب‌الائمه ذکر شده است که: محمد بن اسحاق بن فیض گوید در نزد امام صادق علیه‌السلام بودم، مردی از شیعیان آمده و عرض کرد: ای فرزند پیامبر، دخترم گوشت بدنش آب شده و جسمش تحلیل رفته و بیماریش بدرازا کشیده است و مبتلای به شکم روی است. امام علیه‌السلام فرمود: چرا برایش برنج با این پیه و دنبه با برکت گوسفند را نمیدهی، همانا که خداوند پیه و دنبه‌ها را بر بنی اسرائیل حرام کرد چرا که دارای برکت بوده (و بنی‌اسرائیل لیاقت این برکت را نداشتند) تا بخورد و خداوند او را عافیت دهد، شاید که نخواهی از این روش استفاده کنی؟ چرا که زیاد بمعالجه پرداخته و نتیجه نگرفته‌ای. عرض کرد: یابن رسول‌الله میفرمائید چه کنم؟ فرمود: چهار سنگ را گرفته و در زیر آتش قرار میدهی، سپس برنج را در دیگ ریخته و میگذاری تا خوب پخته شود و سپس پیه و دنبه را در حالیکه تازه باشد گرفته و در ظرفی قرار میدهی، زمانی که برنج بخوبی طبخ شده و برشته شود سنگها را از آتش برداشته و در ظرفی که چربی‌های پیه در آن قرار دارد میگذاری و ظرف دیگری روی

www.takbook.com

www.takbook.com

آن قرار میدهی و ظرف را بخوبی حرکت میدهی بطوری که بخارش بیرون نیاید و چون چربی‌ها در این ظرف آب شد در میان برنج ریخته و در حالیکه نه سرد باشد و نه گرم میدهی بمریضت بخورد که باذن خداوند انشاالله عافیت پیدا خواهد کرد. مرد نیز چنین کرد و قسم خورد که بیش از یکبار مریضش از دستور استفاده نکرده که کاملا عافیت پیدا کرد.

۷ ـ و نیز در کتاب طب‌الائمه نقل شده است: محمد بن ابراهیم جعفی گوید: مردی بنزد حضرت ابوالحسن علی بن موسی الرضا علیه‌السلام از درد شکم شکایت کرد و عرضکرد که نزدیک است این درد مرا بکشد، از شما میخواهم دعا کنید خداوند شفایم دهد، بقدری دوا خورده‌ام که مرا بی‌تاب نموده بغیر از اینکه بیماریم را شدت دهد فایده‌ای نبخشیده است!

امام رضا علیه‌السلام لبخندی زده و فرمود: دعای ما جای خود را دارد و من از خدا مسئلت میکنم که دردت را تخفیف دهد، ولکن هر زمانی که درد و بیماریت شدید شد یک دانه گردو را در میان آتش بیافکن تا یقین کنی که خوب برشته شده و رنگش در اثر آتش تغییر یافته است، سپس از آتش بیرون آورده و پوستش را میکنی و میخوری. آن شخص گوید: من فقط یکبار چنین کردم، باذن خداوند درد شکمم خوب شد.

۸ ـ در تفسیر عیاشی از عبدالله بن القداح روایت شده است: امام صادق علیه‌السلام فرمود: شخصی بخدمت امیرالمومنین علیه‌السلام آمده و عرض کرد: یا امیرالمومنین! دچار درد شکم شده‌ام، چکنم؟ امام علیه‌السلام باو فرمود: آیا همسر داری؟ عرض کرد: بله. فرمود: مقداری از پول همسرت را برسم هدیه در صورتی که با طیب خاطر و رضایت باشد بگیر و با آن عسل خریداری کن و در آن از آب باران بریز و بخور و سپس بنوش، همانا که میشنوم خداوند میگوید:

و نزلنا من السماء ماء مبارکا. سوره ق، آیه ۹.

«و نازل کردیم از آسمان آب مبارک را».

www.takbook.com

www.takbook.com

یخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فیه شفاء للناس. سوره نحل، آیه ۷۱.

«بیرون میاید از شکمهایشان نوشیدنی که رنگهایش مختلف است، پس در آن شفائی است برای مردم».

فان طبن لکم عن شیی منه نفسا فکلوه هنیا مرئیا. سوره نساء، آیه ٤.

«پس اگر راضی شدند برای شما چیزی از آن را، پس بخورید گوارا و سازگار».

چون چنین کردی انشاالله شفا پیدا خواهی کرد. فرمود: شخص بیمار چنین کرد و بهبودی یافت.

۹ ـ در کتاب کافی آمده که محمد بن عمروبن ابراهیم گوید: به امام باقر علیه‌السلام از ضعف معده‌ام شکایت کرده و از علاجم سئوال کردم، فرمود: بنوش حزائه را با آب سرد. راوی گوید: چنین نمودم و آنچه دوست داشتم همانطور شدم (حزائه گیاهی است که در بیابان میروید و شبیه به کرفس است ولکن برگهایش پهنتر از آن است).

۱۰ ـ و نیز در کافی بسندش از حمران بن اعین نقل نموده است، گوید: امام صادق علیه‌السلام دچار درد شکم شد، دستور داد برایش برنج پخته و در آن سماق بریزند، پس آنحضرت آن طعام را خورده و حالش خوب شد.

۱۱ ـ در کتاب فوق ذکر گردیده: عبدالرحمن بن کثیر گوید: در مدینه مریض شدم و شکمم روان شد. امام صادق علیه‌السلام بمن دستور داد: گاورس (ذرت) را با آب زیره بخورم، من هم خوردم و خوب شدم.

۱۲ ـ در کتاب مکارم اخلاق گوید: برای درد شکم نوشته میشود:

بسم الله الرحمن الرحیم ـ و ذاالنون اذ ذهب مغاضبا فظن ان لن نقدر علیه تا آخر آیه. سوره انبیاء، آیه ۸۷.

و هفت بار سوره حمد خوانده میشود. بتجربه ثابت شده است که این روش مفید است.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت سیزدهم:

درمان گلو و ریه و سرفه و سل

۱ـ در کتاب طب‌الائمه بسندهایش از احمد بشارت نقل کرده گوید: سالی بسوی حج رفته وارد مدینه شده و بمسجد رسول خدا داخل گشتم، حضرت موسی بن جعفر علیه السلام را دیدم کنار چاه نشسته است، نزدیک آنحضرت شده سر و دستش را بوسیده و باو سلام کردم. امام علیه السلام جواب سلامم را داده و فرمود: بیماریت چگونه است؟

عرض کردم: بیماریم همچنان آزارم میدهد و من دچار مرض سل بودم. امام علیه‌السلام فرمود: این دوا را پیش از آنکه بمکه حرکت کنی از مدینه فراهم کن که برایت سازگار است و باذن خداوند عافیت پیدا میکنی.

گوید: کاغذ و قلم گرفته و نوشتم آنچه را فرمود: مقداری سنبل و مقداری هل و مقداری زعفران و مقداری کاکره و مقداری عاقر قرحا(۱) و مقداری

---

۱ ـ در کتاب تحفه حکیم گوید: عاقر قرحا گیاهی است که در مغرب بسیار روید و در شکل و شاخ و برگ و گل شبیه بابونه است و گویند: آن عبارت از بیخ ترخون کوهی است که نام آن عود القرح است (و در فارسی بان ـ گل صحرائی مرا فراموش کن ـ میگویند).

www.takbook.com

www.takbook.com

بنج (۱) و مقداری خربق (۲) و مقداری فلفل سفید همه بیک اندازه، و دو برابر از ابرفیون (۳) فراهم کن و آنها را از پارچه‌ی حریر گذرانده و سپس با عسل صاف شده عجین کن و باندازه یک سرانگشت (یک نخود) بهنگام خواب با آب گرم از آن را بمدت سه شب بخور که باذن خداوند عافیت پیدا خواهی کرد. گوید: من نیز چنین نمودم و خداوند از من مرض سل را دور کرده و باذن خداوند عافیت پیدا کردم.

۲ ـ در کتاب طب‌الائمه از محمد بن عبدالسلم نقل کرده است گوید: با عده‌ای از مردم خراسان بخدمت امام رضا علیه‌السلام رسیده و سلام نمودیم. امام علیه‌السلام جواب سلام ما را داد. هر یک از ما حاجت خود را از امام علیه‌السلام درخواست نمود. امام علیه‌السلام رو بمن کرده فرمود: تو هم خواسته‌ات را بخواه، عرض کردم: یابن رسول‌الله! ناراحتم از درد سینه و سرفه. فرمود: سرفه‌ات تازه است یا از سابق میباشد؟ گفتم: تازه نیست و از قدیم هم نیست. فرمود: یک برابر فلفل سفید و دوبرابرابرافیون و یک برابر خربق سفید و یک برابر سنبل و یک برابر زعفران و یک برابر بنج را گرفته و از پارچه‌ی حریری الک میکنی و با عسل صاف شده باندازه همه آنها مخلوط مینمائی و برای درمان سرفه چه تازه یا قدیمی باشد بمقدار یکدانه کوچک از آن را با آب رازیانه که

---

۱ ـ مراد از بنج (بنگ) بذر و برگ آن است قبل از آن که بعمل آمده و آدمی را مست کند و ممکن است مراد از بنج در اینجا غیر از بنگ معروف باشد که مست کننده است.

۲ ـ خربق گیاهی است مثل زبان گاو که سفید است و سیاه و نامش در فارسی بارهنگ است.

۳ ـ ابرفیون کلمه‌ای است عربی که از افربیون گرفته شده و بان فرفیون گفته میشود. گفته‌اند: ابرفیون شیره مارزیون است که اندازه شربت آن باید بمقدار ۲۰ گرم تا یک دانق یعنی یک ششم درهم مورد استفاده قرار گیرد و برای مداوای درد و رکین (بالای ران و زانو) و درد کمر

www.takbook.com

www.takbook.com

آبش ولرم و جوشیده باشد موقع خواب میل میکنی که از ریشه، سرفه را از بین میبرد.

۳ ـ در کتاب کافی بسندش از ابن اذینه نقل کرده است گوید: من در خدمت امام صادق علیه‌السلام بودم، مردی بانحضرت از سرفه شکایت کرد. امام علیه‌السلام باو فرمود: مقداری کاشم (انجدان رومی) و بهمان اندازه شکر، در کف دستت ریخته، یک روز یا دو روز از آن تناول کن. ابن اذینه گوید: بعد از مدتی آن مرد را دیدم، بمن گفت: فقط یکبار دستور امام را عمل کردم و سرفه‌ام خوب شد.

٤ ـ در کتاب طب‌الائمه از حلبی نقل کرده است: امام صادق علیه السلام فرمود: چیزی برای درد گلو بهتر از غذای شیر نیست.

۵ ـ و نیز در کتاب فوق از مفضل نقل کرده است، گوید: به امام صادق علیه‌السلام عرض کردم: یابن رسول‌الله! موقعی که مقداری راه میروم تنگی‌نفس شدید میگیرم و چه بسا میشود که از منزل خود تا بخانه شما برسم دوبار مینشینم. امام علیه‌السلام باو فرمود: از ادرار شتران نر بنوش، گوید: از آنها نوشیدم و خداوند بیماریم را برطرف کرد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت چهاردهم:

پیرامون زکام

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب طب‌الائمه به سندش از ابراهیم بن ابی یحیی نقل کرده که گوید: به امام صادق علیه‌السلام از زکام شکایت کردم. فرمود: زکام یکی از مخلوقات و مصنوعات الهی و یکی از لشگرهای خدائی است که خداوند قرار داده است تا مرضی را از بدنت دفع کند، زمانی که تب، بیماری را از بدنت بیرون کرد باید که یک دانق (یک ششم درهم) سیاه دانه و نصف دانق کندس(۱) را کوبیده و در بینی خود نفخ کنی همانا که زکامت را برطرف میکند و اگر بتوانی که زکام را بواسطه‌ی چیزی معالجه نکنی معالجه نکن، همانا که در زکام منافع زیادی وجود دارد.

۲ ـ در کتاب کافی از هشام بن سالم از امام صادق علیه‌السلام نقل شده است که نبی اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: زکام لشگری از لشگرهای خداوند

---

۱ ـ کندس، ریشه گیاهی که داخلش زرد و خارجش سیاه است و فی‌آور و اسهال آور بوده و لکه‌های پوست بدن را درمان کرده و اگر کوبیده شود و در بینی نفخ گردد موجب عطسه شده و چشم را توانا نموده و سو و شب‌بینی چشم را زیاد میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

است که بسوی بیماری گسیل میدارد تا مرض را برطرف کند.

۳ ـ پیامبر گرامی صلی‌الله علیه و آله فرمود: هیچ یک از بنی آدم نیست مگر که در او دو رگ وجود دارد: رگی در سرش که جذام را پدیدار میسازد و رگی در بدنش که برص را پدیدار میسازد، زمانی که رگ سر برای بوجود آوردن جذام بهیجان درآید خداوند زکام را بر آن مسلط میگرداند تا آنچه از مرض در آن قرار دارد از آنها جاری شده و از بین برود. پس اگر یکی از شما در خود زکام احساس کرده و یا دملهائی را در خود ببیند باید خدا را شکر کند که موجبات عافیت برایش فراهم شده است. و پیغمبر میفرمود: زکام فضولات سر را برطرف میکند.

٤ ـ در کتاب دعوات راوندی نقل شده است که نبی اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: در سر هر انسانی رگی از جذام وجود دارد که خداوند زکام را برمیانگیزاند تا آن را نابود و آب کند، پس هرگاه کسی زکام پیدا کند باید که آن را بحال خود واگذارد و مداوا نکند تا خداوند عافیتش دهد.

۵ ـ در کتاب کافی گوید: امام صادق علیه‌السلام میفرمود: رسول خدا صلی‌الله علیه و آله زکام خود را مداوا نمیکرد و میفرمود: هر کسی را رگی از جذام است که چون زکام عارضش شود آن را از بیخ میکند.

٦ ـ در کتاب خصال از حضرت جعفر بن محمد علیهماالسلام آورده است که پیامبرگرامی اسلام صلی‌الله علیه و آله فرمود: چهار چیز را ناخوش ندارید: زکام را ناخوش ندارید که امان از جذام است، دملها را ناخوش ندارید که امان از برص است، درد چشم را ناخوش ندارید که امان از کوری است و سرفه را ناخوش ندارید که امان از فلج و سکته است.

۷ ـ در کتاب مکارم درباره زکام روایت شده است که امام صادق علیه‌السلام فرمود: روغن بنفشه را در پنبه‌ای ریخته و هنگام خواب در پائینت قرار میدهی که انشاءالله برای زکامت نافع است.

www.takbook.com

www.takbook.com

گفتار محمد بن زکریا درباره زکام

محمد بن زکریا رازی در کتاب «برالساعه = درمان فوری» گوید: علاج زکام که از سخت‌ترین دردها است این است که آب بسیار داغ بسر ریخته شود، همینکه مغز آدمی حرارت را احساس کرد در همانجا زکام خوب میشود.

و نیز درمان زکام چنین است که پارچه کتان را باید روی آتش داغ کرده و بر روی یافوخ گذارد (یافوخ جائی در سر است که در کودکی حرکت و ضربان آن دیده میشود) چون حرارت احساس شود عافیت فوری بوجود میاید.

گفتار ابن سینا درباره‌ی زکام

ابو علی سینا در کتاب قانون گوید: کسی که مبتلا بسرماخوردگی و زکام باشد نباید که با شکم پر بخوابد که سرش سنگین میشود و لازم است که سرش را گرم بدارد و از سرما محفوظ نماید و باید که از باد شمال مخصوصا بعد از باد جنوب پرهیز کند، همانا که باد جنوب پر کرده و میشکافد و باد شمال قبض کرده و فشرده میکند، و باید که کمتر آب یخ بخورد و نباید که در روز بخوابد و تا میتواند تشنه و گرسنه و بیدار بماند که اصل علاج همین است، و از اسهال و بیرون آوردن خون پرهیز کند و اگر ناچار باین دو امر شد اول موجبات اسهال را فراهم نموده و بعد خون خارج کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت پانزدهم:

درباره‌ی معالجه‌ی بادهای درد آور

۱ ـ در کتاب طب‌الائمه به سندش از عمربن یزید آورده است: جابربن حسان (حیان) صوفی به امام صادق علیه‌السلام نوشت: بادی در بدنم افتاده است که از سر تا پایم می‌پیچد و آزارم میدهد، برایم از خداوند عافیت بخواه. امام علیه‌السلام برایش دعا کرده و نوشت: عنبر و زیبق را ناشتا استنشاق و انفیه کن، انشاالله عافیت پیدا میکنی، جابر نیز چنین نمود، گویا که از بند آزاد شد.

۲ ـ و نیز در کتاب مذکور نقل شده: صباح بن محارب گوید: در نزد امام محمد تقی علیه‌السلام بودم سخن از شبیب بن جابر بمیان آمد و گفته شد که وی را باد پلید و سختی در بدن افتاده است، امام علیه‌السلام دست به چهره کشیده فرمود: برای او پنج مثقال قرنفل (میخک) فراهم شده و در شیشه پاک و خشک قرار داده شده و سر شیشه بشدت بسته شود، و شیشه یک روز اگر تابستان باشد و دو روز اگر زمستان باشد در آفتاب قرار داده میشود، سپس بیرون آورده شده و بخوبی کوبیده گشته و با آب باران آمیخته شده و بمنزله‌ی حلقوم (نرم) درمیاید، سپس شخص مریض به پشت خوابیده و از این دارو

www.takbook.com

www.takbook.com

بموضعی که باد دارد مالیده میشود، شخص مریض همچنین خوابیده میماند تا قرنفل خشک شود، زمانی که دارو خشک شد خداوند شفایش میدهد و بحال خویش باز میگردد باذن خداوند متعال، راوی گوید: دوستان بنزد شبیب شتافته و او را از این خبر بشارت دادند، او نیز چنان که امام علیه‌السلام دستور فرموده بود معالجه کرد و بقدرت خدا بحالت خویش بازگشت.

۳ ـ در کتاب کافی حدیث کرده است از بکر بن صالح که گوید: شنیدم از ابوالحسن اول حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام فرمود: برای معالجه‌ی بادی که در بدن می‌پیچد و بادی که سرگیجه میاورد و بادی که از سردی مزاج پدیدار میگردد و در مفاصل میافتد چنین باید نمود: یک مشت شنبلیله و یک مشت انجیر فراهم کرده و در آب قرار میدهی و آنها را در ظرف تمیزی قرار داده و میپزی و سپس صاف کرده و خنک نموده یک روز در میان مینوشی تا چند روزی که باندازه یک قدح رومی نوشیده باشی.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت شانزدهم:

در معالجه ریزش ادرار، درد و سنگ مثانه و کلیه

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب طب‌الائمه از محمد بن ابی‌نصر از پدرش روایت کرده است: عمروالافرق به امام باقر علیه‌السلام از قطره قطره آمدن بول شکایت نمود. امام علیه‌السلام فرمود: اسپند را شش بار با آب سرد و یک بار با آب گرم بشوی، و سپس آنرا در سایه خشک کن، سپس آنرا در روغن کنجد خالص قرار بده و سپس ناشتا از آن زیاده بخور، همانا که باذن خداوند ریزش ادرار قطع میگردد.

۲ ـ و نیز در همان کتاب از حرازینی روایت شده که گوید: خدمت یکی از امامان علیهم‌السلام رسیدم و سلام نمودم و خواستم برای برادرم که مبتلای به درد سنگ مثانه است و از درد خوابش نمیبرد دعا کند. امام علیه‌السلام بمن فرمود: مقداری هلیله سیاه، مقداری بلیله، مقداری ملج، مقداری کور (شیره درختی در بلاد عرب)، مقداری دار فلفل، مقداری فلفل، مقداری دارچین، مقداری زنجبیل، مقداری شقاقل (زردک صحرائی شبیه به هویج)، مقداری ویرج (وج: سوسن زرد)، مقداری انیسون، و مقداری خولنجان، همه را بیک اندازه فراهم کن، و آنها را بکوب و الک کن و در روغن تازه گاو آمیخته و قرار بده سپس همه‌ی آنها را در عسل صاف و کف گرفته و یا در شربت قند خالص و خوب که باندازه دو برابر همه آنها باشد که مثل بلوط و مازو است معجون کن و به مریضت بخوران.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت هفدهم:

درد مفاصل و درد کمر

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب طب‌الائمه از عبدالله و حسین فرزندان بسطام روایت کرده که گویند: احمد بن ریاح متطبب معالجه‌ای را برای درد کمر و اعصاب پا، که این معالجه را به خدمت امام علیه‌السلام نیز عرضه نموده است، به این شرح بیان کرده و میگوید: تراشیده و چیده شده‌ی ناخن کسی که دچار عرق النساء میباشد گرفته شده و بموضع درد بسته میشود، باذن خداوند بفوریت مفید خواهد بود، و اگر این درد سخت بشود دو تکه از چیده شده ناخن را گرفته و بهم گره زده و سپس ران پائی که دچار درد عرق‌النساء شده است بشدت بواسطه آن بسته میشود و این کار در حالی باید انجام شود که شخص بیمار ایستاده باشد و باید این عمل بقدری محکم انجام شود که احتمال آن باشد که شخص بیمار دچار بیهوشی بشود، و باید بقدری بر موضع درد فشار آورده شود که درد سخت احساس شده و خون سیاهی از آنجا بیرون آید، و سپس جای آن جراحت با نمک و روغن پر کرده میشود که باذن خداوند عافیت حاصل میگردد.

www.takbook.com

www.takbook.com

باید گفت که محمد بن زکریا رازی در کتاب (برءالساعه) درباره عرق‌النساء گوید: این مرض، بیماری بزرگ و خطرناکی است که بواسطه‌ی آن عده‌ی زیادی از مردم بجهت ناآشنائی آنان با بیماری عرق‌النساء تلف شده‌اند، و سرمنشاء این درد از جانبِ وحشی استخوان پائین کمر پشت انسان است که تا بقدم ادامه پیدا میکند، شایسته این بود که در این باب گفتار بلند و رسائی را ایراد میکردیم ولکن دوست نداریم از روش این کتاب (یعنی کتاب برءالساعه) که بنا بر اختصار است تجاوز کنیم و لذا میگوئیم:

طریق معالجه این درد چنین است که باندازه یکدرهم صبر اسقوطری (صبر شیره درخت مخصوصی بوده‌وبسیار تلخ میباشد) و بهمان اندازه هلیله زرد و بهمان اندازه سورنجان را گرفته و همه را کوبیده و الک میکنی و سپس معجون نموده و بصورت قرصها و دانه‌ها درمیاوری، خوردن پنج یا شش دانه از آن، کار را آسان نموده و عافیت فوری حاصل میشود، من پیرمردی را که یک سال دچار این درد بوده و نمیتوانسته از جای خود حرکت کند و از پهلوئی به پهلوئی بگردد با این دوا معالجه نمودم و بالفور عافیت پیدا کرد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت هیجدهم:

در درمان زخمهای درونی و بیرونی و بیماری پوستی و آبله

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب طب‌الائمه از نضر بن سوید روایت کرده: حضرت موسی بن جعفر از پدرش از جدش امام باقر علیهم‌السلام نقل نموده که فرمود: برای مداوای جراحت، مقداری قیر تازه (روغن سیاه، زفت) و بهمان اندازه پیه بز را روی پارچه تازه و یا روی بستوقه میمالی و آن را روی آجر گذارده و آجر را روی آتش آرام میگذاری تا خوب گرم شود سپس پارچه کتان مرطوب را بدست گرفته و قیر را در آن میریزی و بمحل زخم میمالی، و اگر زخم بدن عمیق باشد پارچه کتان را فتیله کرده و قیر را درون زخم ریخته و کتان را درون زخم وارد میکنی.

۲ ـ در کتاب دعوات راوندی از علی بن ابراهیم طالقانی نقل شده است: متوکل به بیماری پوستی و دمل و جراحت در بدن دچار شد و کسی جرات نکرد که از راه داغ گزاردن و استعمال آهن او را معالجه کند. مادر متوکل نذر کرد که اگر پسرش از جراحت و بیماریش عافیت پیدا کند مقدار زیادی از مال خود را به حضرت هادی علیه السلام اهدا نماید.

www.takbook.com

www.takbook.com

فتح بن خاقان وزیر دربار متوکل به او گفت: خوب است که بفرستی بنزد حضرت ابالحسن الهادی علیه‌السلام شاید خداوند بدست و راهنمائی او تو را فرج و عافیت دهد.

متوکل دستور داد شخصی در این رابطه بخدمت امام علیه‌السلام برود. این شخص بنزد امام رفته و مراجعت کرد و گفت: امام هادی علیه‌السلام فرمود: سرگین باقی مانده میان دو پای گوسفند را گرفته و با گلاب مخلوط نموده و بجای جراحت بگذارید که باذن خداوند مفید خواهد بود.

کسانی که در نزد متوکل بودند این سخن را مورد مسخره قرار دادند، ولی فتح بن خاقان گفت: ضرری ندارد که این موضوع را مورد تجربه قرار دهیم، بخدا سوگند من به نتیجه این کار امیدوار هستم. لذا دستور داده شد مقداری سرگین آماده شده و با آب گل آمیخته گشته و در موضع دمل و جراحت قرار داده شد. در نتیجه زخم، منفجر و باز شده و چرکهای درون آن بیرون آمد و بهبودی حاصل شد. مادر متوکل از شنیدن این خبر خوشحال شده و ده هزار دینار بخدمت امام علیه‌السلام فرستاد.

۳ ـ و در کتاب علل‌الشرایع آورده است: محمد بن علی بن ابراهیم درباره پیدایش آبله گوید: موقعی که لشگر ابرهه از حبشه برای ویران کردن کعبه بسوی مکه آمدند، خداوند پرندگان ابابیل را برای نابودی آنان بسویشان فرو فرستاد، و پرندگان هر کدام سه سنگ همراه داشتند یکی در منقار و دو تا در چنگالشان، چون این سنگها را بر سر لشگر ابرهه میریختند از سرشان وارد شده و از زیرشان بیرون میامد و آنان را تباه میکرد، و اگر کسی از ایشان زنده باقی میماند دچار بیماری پوستی و آبله شده و بدنشان باد کرده و پوستشان گداخته و پخته میگشت تا بهلاکت میرسیدند، و این بود منشاء جدری (آبله و بیماری مخصوص پوستی) که سپس در دیگران بوجود آمد.

www.takbook.com

www.takbook.com

در آبله

٤ ـ در کتاب مکارم‌الاخلاق گوید: برای جدری (آبله، بیماری پوستی) این حرز نوشته و به بازو بسته میشود و از بروز بیماری جلوگیری میکند، و اگر بیماری بروز کرده باشد از زیاد شدن آن جلوگیری میکند انشاءالله تعالی.

سی سی و بالقرعه

السر السر ناوس

ارنوس اس

۵ ـ در تفسیر مجمع‌البیان از سهل بن سعد ساعدی روایت کرده که گوید: پیامبر خدا صلی‌الله علیه و آله در جنگ احد دندان پیشینش شکسته و کلاه بر سرش شکسته شد و خون از وجود مبارکش جاری گشت. در این هنگام حضرت فاطمه علیهاالسلام خون را از سر و صورت آنحضرت میشست و علی علیه‌السلام با سپر آب میریخت. جناب فاطمه علیهاالسلام موقعی که دید آب بر خون نمیتواند غلبه کند یک قطعه حصیر را گرفته و سوزانید تا خاکستر شد، خاکستر را روی جراحتها ریخته و خون بند آمد.

٦ ـ در کتاب طب‌النبی گوید: در دو کتاب صحیح بخاری و صحیح مسلم از عایشه آورده است: رسول خدا صلی‌الله علیه و آله هرگاه دچار جراحت و زخم میشد چنین میکرد: انگشت سبابه‌اش را بزمین گذارده و برمیداشت و میگفت «باسم الله تربه ارضنا، بریقه بعضنا، لیشفی سقیمنا، باذن ربنا»

این، معالجه آسان و ساده و مفید مرکب است و معالجه‌ی لطیفی است که میشود بواسطه آن (و ریختن خاک مدینه و یا خاک زمینهای دیگر بروی جراحات) زخمها و جراحتهای تازه را معالجه نمود، مخصوصا زمانی که داروهای دیگر موجود نباشد، زمانی که در هر زمین موجود باشد.

باید دانست که طبیعت خاک خالص، سرد است و خشک، و خشک میکند رطوبات و ترشحات زخمها و جراحتها را که از فعالیت مفید بدن

www.takbook.com

www.takbook.com

جلوگیری کرده و از سرعت بازسازی بدن مانع میشود، مخصوصا در شهرها و مناطق گرمسیر و مزاجهای گرم با حرارت، همانا که جراحتها و زخمها در بسیاری از اوقات با سوء مزاجهای گرم همراه شده و حرارت منطقه و مزاج و زخم با هم کمک کرده و بیماری را سنگین میکند، در اینجا است که خاک خالص که سرد و خشک است و از همه دواهای مفرد (ترکیب نشده) سردتر میباشد بخوبی تاثیر میگذارد و سردی خاک با گرمی جراحت مقابله میکند، مخصوصا اگر خاک شسته و خشک شود، و معلوم است که بدنبال هر جراحتی ترشحات چرک و کثیف سرازیر میشود و خاک است که میتواند چرکها را خشک کند، ترشحات زیان‌آور را که از بهبودی زخم مانع میشود برطرف نماید، علاوه، خاک میتواند اعتدال عضو مجروح را فراهم کند و زمانی که اعتدال عضو فراهم شود نیروهای سازنده عضو قوی شده و میکربها را باذن خداوند برطرف میکند. اینجاست که معنای حدیث باین کیفیت بیان میشود که: انگشت سبابه خود را با آب دهانش تر کرده و بر خاک میگذارد و چون مقداری از خاک بانگشت او چسبیده شد انگشت خود را بر جای زخم میمالد و جمله‌ی فوق را بر زبان جاری میکند، و بجهت اینکه ذکر نام خدا و واگذاری امور بخدا و توکل بر خدا دارای برکت و تاثیر است و با تاثیر خاک همراه میشود دارای اثر زیاد میگردد.

در توضیح حدیث باین نکته نیز باید اشاره شود که آیا مراد از جمله (تربه ارضنا = خاک زمین ما) همه زمینها است یا فقط زمین مدینه منوره است؟ در اینجا دو قول وجود دارد و مخفی نباشد که بعضی از زمینها دارای اثر مخصوصی میباشد که بسیاری از مرضها را درمان میکند.

گفتار جالینوس

جالینوس گوید: در اسکندریه مصر عده زیادی را دیدم که مبتلا به د

www.takbook.com

www.takbook.com

طحال و سپرز و تشنگی بودند، از خاک و گل مصر استفاده کرده و آن را به ساقها و رانها و بازوها و دنده‌های خود میمالیدند و برای مداوای خود از آن بهره‌مند میگشتند، و بهمین روش بر ورمهای عفونی و چرکین و زخمهای شکافته خود میمالیدند و خوب میشدند.

و نیز جالینوس گوید: من مردمی را میشناسم که از بس از قسمت پائین خونریزی نموده بودند بدنشان باد کرده و سست شده بود و از همین خاک استفاده کرده و بهبودی پیدا کردند، و نیز گروهی را میشناسم با استفاده از این خاک و گل بیماری‌های مزمن و مرضهای سخت خود را درمان نمودند. و نیز دانشمند مسیحی گوید: قدرت خاک بدست آمده‌ی از کنوس (و آن عبارت از جزیره مصطکی است) در بهبودی جراحتها بقدری زیاد است که میتواند جراحتها را جلا داده و پاک نماید و در جای زخمها گوشت برویاند و زخمها را شفا دهد.

با توجه به آنچه درباره تاثیر خاک در رابطه‌ی با زخمها گفته شد باید گفت: گمان شما درباره پاکیزه‌ترین و بابرکتترین خاکهای روی زمین یعنی خاک مدینه که بوجود پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله قرین و متبرک شده است چه میباشد؟ مخصوصا که با نام خداوند و واگذاری امر باو توام گردد، با توجه به اینکه تاثیر رقیه و دعا نیز در ارتباط با شخص راقی (رقیه دهنده) و کیفیت رقیه است، و این موضوع را کسی که طبیب دانشمند و عاقل و مسلمان باشد منکر نمیشود ولی اگر این اوصاف مورد نظر نباشد و فقط کورکورانه باستفاده از خاک سفارش شود شما میتوانید بحدیث مذکور اشکال کنید.

گردآورنده کتاب گوید: زمانی که تمامی خاک و گل دارای چنین خاصیتی باشد گمان شما درباره تربت پاک گل بوستان رسالت و نور دیده جناب بتول و سرور جوانان بهشت بگفته پیامبر یعنی جناب حسین علیه‌السلام چه میباشد؟ با توجه باینکه پیامبر درباره‌اش فرمود (حسین از من و من از حسینم) و با توجه بروایات متواتر و زیادی که در فضیلت تربت و شفا گرفتن از

www.takbook.com

www.takbook.com

آن وارد شده است، و این چیزی نیست که کسی آن را منکر شود مگر که مخالف و معاند باشد.

دعاء و رقیه‌ای در ورم و جراحت

۷ ـ در کتاب مکارم از یکی از امامان علیهم‌السلام درباره زخمها روایت شده است: چاقو را گرفته و بر موضع زخم و درد میگذرانی و میگوئی: «باسم الله ارقبک من الحد و الخدر و من اثر العود و من‌الحجر الملبود و من العرق العائر و من الورم الاخر و من الطعام و حره و من‌الشراب و برده» باسم‌الله فتحت باسم الله ختمت = ترجمه: بنام خدا رقیه و برحذر میکنم تو را از عقوبت و درد و از فلج و ناتوانی و از چوب و سنگ تافته شده و از رگ لغزنده و از ورم آخر و از طعام و گرمایش و از آشامیدنی و سردیش، بنام خدا باز میکنم و بنام خدا ختم میکنم. سپس چاقو را در زمین فرو میکنی.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت نوزدهم:

پیرامون درد شکم و کمر

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب طب‌الائمه از عبدالله و حسین فرزندان بسطام آورده است که گویند: احمد بن ریاح متطبب در رابطه با درد شکم و پشت (کمر) نسخه‌ای برای ما نوشت و گفت که این دستور را به امام علیه‌السلام عرضه داشته و امام با آن موافقت نموده است. و دستور چنین است: ده مثقال عسل لبنی(۱) و ده مثقال ریشه انجدان(۲) و دو مثقال زیره‌ی رومی (افتیمون) را گرفته و هر کدام را بتنهائی کوبیده و در حریر یا در پارچه‌ای که سوراخهایش تنگ باشد الک میکنی، البته زیره را الک نمیکنی زیرا احتیاج به الک کردن ندارد بلکه بخوبی باید کوبیده شود، سپس همه آنها را با عسل صاف مخلوط و

---

۱ ـ مرحوم مجلسی در بحارالانوار از ابن بیطار از خلیل بن احمد نقل کرده گوید: «لبنی» درختی است که برای آن شیری است مثل عسل و بان عسل «لبنی» میگویند، و نیز گفته است: عسل لبنی شبیه بعسل زنبور است ولی شیرینی نداود، و از درخت لبنی گرفته میشود.

۲ ـ در بحرالجواهر آورده است: انجدان عربی کلمه «انگدان» است، و انگدان گیاهی است برنگ سفید و سیاه که سیاهش خورده نمیشود.

www.takbook.com

www.takbook.com

معجون میکنی، و موقعی که میخواهی بخوابی باندازه دو مثقال از آن را با آب نیم گرم مینوشی.

۲ ـ در کافی روایت شده است، حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام فرمود: کسی که آب کمرش دگرگون و ناتوان شود (و از نطفه‌ی او فرزندی بوجود نیاید) باید که از شیر و عسل استفاده کند.

۳ ـ در کتاب مکارم الاخلاق درباره درد شکم گوید: سوره‌ی اخلاص (یعنی سوره‌ی قل هوالله احد) و «بسم‌الله الرحمن الرحیم ـ قل یحییهاالذی انشاها اول مره و هو بکل خلق علیم = بنام خداوند بخشنده‌ی مهربان، بگو که مرده پوسیده را زنده میکند آن خدائی که بار اول آن را پدید آورد. و او بهمه چیز دانا است. سوره یاسین، آیه ۷۸» و «ولو ان قرانا سیرت به‌الجبال او قطعت به الارض او کلم به الموتی بل لله الامر جمیعا = و اگر قرآنی باشد که بواسطه‌ی کوهها گردانده شود و یا زمین طی و قطعه شود یا مردگان بسخن درآیند، همین قرآن است، بلکه فرمان و تقدیر همگی بدست خداوند است ـ سوره‌ی رعد، آیه ۳۱» نوشته شده و بکسی که دچار درد شکم است بسته میشود، و این آیات نیز بر او خوانده میگردد:

«بسم‌الله الرحمن الرحیم. ما اصاب من مصیبه فی‌الارض ولا فی انفسکم ا لا فی کتاب من قبل ان نبراها ان ذلک علی الله یسیر ـ سوره‌ی حدید، آیه ۲۲ ـ هذان خصمان اختصموا فی ربهم فالذین کفروا قطعت لهم ثیاب من نار یصب من فوق روءسهم الحمیم یصهر به ما فی بطونهم والجلود ـ سوره‌ی مومنون، آیه ۱۱۶. فتعالی الله الحق لا اله الا هو رب‌العرش الکریم. لا اله الاالله وحده لا شریک له به الملک وله الحمد، یحیی و یمیت و هو حی لایموت بیده الخیر و هو علی کل شیی قدیر.

ترجمه: بنام خداوند بخشنده‌ی مهربان. مصیبتی در زمین و بشما نمیرسد مگر آنکه در کتابی است پیش از آنکه کنیم، و این بر خداوند آسان است. این، دو دشمن (دو مدعی) است که درباره‌ی خدایشان اختلاف نمودند، برای کسانی که کافر شدند جامه‌ای برایشان از آتش بریده شود، که از بالای سرشان آب

www.takbook.com

www.takbook.com

جوشان داغ ریخته میشود که بواسطه‌ی آن، آنچه در درونشان است و پوستهایشان گداخته میگردد. پس منزه است خدائی که حق است، نیست خدائی مگر او که پروردگار عرش کریم است. نیست خدائی مگر الله که تنها است و شریکی ندارد. برای اوست پادشاهی، و برای اوست ستایش، زنده میکند و میمیراند و او زنده است و نمی‌میرد، نیکی به دست اوست و او بر همه چیز توانا است.

٤ ـ برای درد کمر نوشته و خوانده میشود:

شهدالله انه لا اله الا هو والملائکه و اولوالعلم قائما بالقسط لا اله الا هوالعزیز الحکیم ـ ان الدین عندالله الاسلام و ما اختلف الدین اوتوالکتاب الا من بعد ما جائهم العلم بغیا بینهم و من یکفر بایات الله فان الله سریع الحساب.

(سوره آل عمران، آیه ۱۷ و ۱۸).

ترجمه: گواهی میدهد خداوند که نیست خدائی مگر او و گواهی میدهد فرشتگان و صاحبان علم که قائم بقسط هستند، نیست خدائی مگر او که عزیز و حکیم است، همانا که دین در نزد خداوند اسلام است، و پیروان ادیان در این‌باره اختلاف نکردند مگر بعد از آن که در مقابل علم قرار گرفتند و این بخاطر ستمگری آنان است و هر که کافر شود به آیات خداوند همانا که خداوند بزودی حسابرس است.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت بیستم:

معالجه‌ی بواسیر

۱ ـ در کتاب بحارالانوار از کتاب محاسن به سند ش از زراره بن اعین نقل شده است که گوید: دایه‌ی حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام را دیدم که آنحضرت را زده و بایشان برنج میخورانید، از این کار غمگین شده و بخدمت حضرت صادق علیه‌السلام رسیدم، امام علیه‌السلام فرمود: گویا میبینم که از رفتار دایه فرزندم موسی بن جعفر غمگین شده‌ای؟ گفتم: آری، جانم بفدایت، فرمود: بله، چه نیکو طعامی است برنج که امعاء (شکم و روده‌ها) را فراختر میکند و بواسیر را برطرف میکند، همانا که ما بحال مردم عراق که برنج و خرمای نارس میخورند غبطه میبریم، همانا که برنج و خرما امعاء را گشاده و بواسیر را برطرف میکند.

۲ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: خوردن تره بواسیر را برطرف میکند، و کسی که بخوردن تره ادامه دهد از جذام در امان میماند.(۱)

---

۱ ـ صاحب کتاب قانون گوید: تره اگر پخته شود چه خورده شود و یا بصورت گرد و پماد استفاده شود برای بواسیر مفید است. برخی گفته‌اند: خوردن تره یا نوشیدن پختاش برای بواسیر سرد مفید است. و دیگری گفته است: اگر مقعد و نشستنگاه را با بذر تره تدخین کنند (دود دهند) بواسیر را برطرف میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

۳ در کتاب محاسن نقل شده است: امام هشتم علیه‌السلام را در خراسان دیدند که در باغ آمده و از باغ تره می‌چیدند و بهمان حال می‌خوردند، به آنحضرت گفته شد: این تره‌ها آلوده بخاک و گل و کود است، امام علیه‌السلام فرمود: چیزی از کود بان باقی نمی‌ماند، و تره برای بهبود بواسیر مفید است.

٤ ـ در کتاب طب‌الائمه از عمر بن یزید صیقل روایت کرده است که گوید: در حضور امام صادق علیه‌السلام بودم، شخصی که بشدت دچار بواسیر بود بان حضرت عرض کرد: چه میفرمائید درباره دوای بیماری من که گفته‌اند باید یک پیاله از آب انگور سفت را بنوشم در حالی که نظرم لذت و مستی نیست بلکه بعنوان دارو مینوشم؟ امام علیه‌السلام فرمود: نه، نه، هرگز نباید حتی یک جرعه بنوشی. گفتم: چرا؟ فرمود: برای اینکه حرام است و خداوند در چیزی که حرام کرده است شفا و دوائی قرار نداده است، بلکه بجای آن، تره سفید (۱) را گرفته و قسمت سرش را که سفید است جدا کن بدون آن که بشوئی و خورد کنی، سپس کوهان شتر را آب کرده و در میان تره میریزی، و ده عدد گردو را مغز کرده و آن را با ده درهم پنیر تبریزی میکوبی، و تره‌ها را میجوشانی و چون بخوبی پخته شد گردو و پنیر را در آن ریخته و از روی آتش برمیداری، و سه روز یا هفت روز ناشتا بدون اینکه از غذای دیگری استفاده کنی آن را با نان میخوری، و بعد از این ایام، مقداری ابهل (عرعر که شبیه هویج است. و یا از میوه‌های سرو کوهی از تیره کاجها) کمی جوشانده شده با مغز گردو را بعد از خوردن تره و کوهان بشرحی که گذشت، فراهم میکنی و بسم الله گفته نصف لیوان روغن کنجد را بان اضافه کرده و ناشتا میخوری و بعد از آن، نیم لیوان کندر نر را کوبیده و میخوری، و بعد از سه روز، نصف لیوان شیره (روغن کنجد) را بعد از اینکه تا بعد از ظهر از خوردن طعام صبر کنی تناول مینمائی که انشاالله حالت خوب میشود.

www.takbook.com

www.takbook.com

شفا گرفتن از قرآن

۵ ـ در کتاب مکارم از امام صادق علیه‌السلام روایت کرده است: شخصی از درمان بواسیر از آنحضرت سئوال کرد، امام علیه‌السلام باو فرمود: سوره‌ی یاسین را با عسل بنویس. و بیاشام.

گفتار ابن سینا

صاحب کتاب قانون گوید: بدان، خونی که از بواسیر و از مقعد جاری میشود موجب امان از بیماری خوره، و دیوانگی، و مالیخولیا، و سردرد سودائی و بیماری باد سرخ (مرض وبائی که باعث تب و لکه‌های پوستی میشود)، و جاورسیه و سرطان و فرو افتادگی پوست، و گزاز، و جذام، و درد پهلو، و سینه پهلو، و سرسام میباشد و اگر از جریان خون بواسیر که مورد عادت قرار گرفته است جلوگیری شود بیم آن میرود که آدمی بیکی از بیماری‌های مذکور مبتلا گردد، و ممکن است که انسان دچار تشنگی (استسقا) شود زیرا که کبد (در اثر تراکم خون) تورم پیدا کرده و موجب استسقاء میشود و نیز بیم آن میرود که آدمی دچار فساد مزاج و سل و دردهای ریه بشود بجهت اینکه خون کثیف دفع نشده و به ریه‌ها نفوذ میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت بیست و یکم:

درمان بلغم و رطوبت

۱ ـ در کتاب بحار از محمد بن شمون نقل شده است که گوید: به امام هفتم حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام نوشتم: برخی از اصحاب ما جویای درمان گند دهان و بوی بد دهان شده‌اند. و برخی دیگر مبتلای به یبوست و خشکی میباشند. امام علیه‌السلام در پاسخ نوشت: خرمای برنی را ناشتا خورده و برویش آب بنوشند. دوباره بان حضرت نوشته شد: چنین نمودند ولی رطوبت بدنشان زیاد شد، امام علیه‌السلام دوباره در جواب نوشت: این بار ناشتا خرمای برنی بخورند ولی رویش آب نخورند. چنین نمودند و حالشان خوب شد.

۲ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: بهترین نوع خرماهای شما خرمای برنی است که بیماری را برطرف کرده بدون اینکه ضرری داشته باشد، آدمی را سیر نموده و بلغم را برطرف میکند، و در هر دانه از خرما یک حسنه و فایده وجود دارد.

www.takbook.com

www.takbook.com

۳ ـ یاسر خادم گوید: امام رضا علیه‌السلام فرمود: خوردن خربزه با شکم گرسنه موجب فلج و سکته میشود.

٤ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: مسواک نمودن و خواندن قرآن بلغم را برطرف میکند.

۵ ـ امام باقر علیه‌السلام فرمود: شانه نمودن زیاد موی سر بلغم را برطرف میکند، و فرق باز کردن در موی سر رطوبت را برطرف مینماید.

٦ ـ خالد قماط گوید: امام هشتم علیه‌السلام برای درمان بلغم فرمود: بنویس: یک مثقال هلیله زرد، و دو مثقال خردل، و یک مثقال عاقرقرحا را گرفته و بخوبی میکوبی و ناشتا با آن مسواک میکنی که انشاالله بلغم را برطرف نموده و دهان را خوشبو کرده و دندانها را محکم میگرداند.

۷ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خواندن قرآن و مسواک نمودن و خوردن کندر، درمان کننده بلغم میباشد.

۸ ـ امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: سه چیز بلغم را از بین میبرد: خواندن قرآن، و خوردن کندر، و خوردن عسل.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت بیست و دوم:

معالجه زهرها و گزیدگی جانوران

۱ ـ در کتاب بحار بنقل از کتاب محاسن از یعقوب بن شعیب روایت کرده که امام صادق علیه‌السلام فرمود: عقرب حضرت رسول صلی‌الله علیه و آله را گزید، پیامبر خدا عقرب را گرفته و بدور افکند و فرمود: خدا تو را لعنت کند، هیچ مومن و کافری از دست تو امان ندارد، سپس مقداری نمک خواسته و آن را در جای گزیدگی گذارد و سپس با انگشت ابهام محل گزیدگی را فشار داد تا زهر بهمراه خون خارج گردید. سپس فرمود: اگر مردم فایده‌ی نمک را میدانستند احتیاج بدوا (در موارد مخصوص) پیدا نمیکردند.

۲ ـ و نیز از کتاب محاسن از ابن اذینه روایت شده است: امام باقر علیه‌السلام فرمود: عقربی پیامبر خدا را گزید در حالیکه پیامبر مشغول خواندن نماز جماعت بود، پیامبر خدا عقرب را با کفش زده و سپس فرمود: خدا تو را لعنت کند، هیچ شخص بد و خوب را فروگذار نکرده مگر که اذیت نمودی. سپس مقداری نمک نیم‌کوب طلب نموده و بروی گزیدگی مالید و فرمود: اگر مردم منافع نمک نیم کوب را (در درمان گزیدگی) میدانستند نیاز بداروی تریاق و دیگر داروها پیدا نمیکردند.

www.takbook.com

www.takbook.com

۳ ـ در کتاب دعوات راوندی روایت کرده امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: پیامبر خدا صلی‌الله علیه و آله در حالی که نماز میخواند عقربی او را گزید، پیغمبر فرمود: خداوند لعن کند عقرب را که کسی را اگر فروگذار میکرد این نماز گذار (یعنی پیغمبر) را فرو میگذاشت. سپس آب خواسته و سوره‌ی (حمد) و سوره‌ی (قل اعوذ برب الفلق) و سوره (قل اعوذ برب‌الناس) را بر آن خوانده و جرعه‌ای از آن را نوشید، سپس مقداری نمک خواسته و آن را با آب مخلوط نموده و بموضع گزیدگی مالید تا درد ساکن شد.

٤ ـ در کتاب کافی بسندش از محمد بن مسلم روایت کرده است: امام باقر علیه‌السلام فرمود: پیامبر را عقرب گزید، پیغمبر فرمود: خدا تو را لعنت کند، برایت فرق نمیکند مومن را اذیت کنی یا کافر را، سپس نمک خواسته و بجای گزیدگی مالید و دردش آرام شد. سپس امام باقر علیه‌السلام فرمود: اگر مردم میدانستند در نمک چه خواصی میباشد با داشتن آن، داروئی را طلب نمیکردند.

(رقیه برای عقرب)

۵ ـ در کتاب مکارم آورده است: در روز پنجم اسفند ماه در حالی که آدمی با وضو باشد و تا آخر نوشتن سخن نگوید برای اینکه عقرب او را نگزد، حفظ میکند و مینویسد این جمله را: (بسم الله صبحه صحه قرنیه برنیه ملحه بحر قعیا قطعا قطعه تفطه ـ یا باین صورت ـ تعطا قطعه قفطه).

این رقیه برای مار گزیدگی نیز از پیامبر خدا صلی‌الله علیه و آله نقل شده است. فرمود: این رقیه را مینویسی و در شکاف دیوار میگذاری، همانا که مار را بزمین انداخته و آن را دوپاره میکند.

۶ ـ ابراهیم نخعی گوید: ماری گردن من را گزید، اسود بن یزید رقیه برایم نوشت و حالم خوب شد.

www.takbook.com

www.takbook.com

۷ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: گروهی از مردم بخدمت پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله رسیدند و از رنج و اذیت عقربها بانحضرت شکایت نمودند. پیامبر فرمود: موقع صبح و عصر بگوئید هفت مرتبه این ذکر را..

اعوذ بکلمات الله التامات کلها التی لایجاوزهن بر ولا فاجر الذی لایغدر جاره من شرما درا و من شرما براء ومن شرالشیطان و شر له ومن شر کل دابه هو آخذ بناصیتها ان ربی علی صراط مستقیم.

ترجمه: پناه میبریم بهمگی کلمه‌های نام خدائی که از آنها تجاوز و گذر نمیتواند بکند هیچ نیکوکار و تبهکاری، آنکه همسایه‌اش را فریب ندهد، از شر آنچه پراکنده و پدید آورده است، و از شر شیطان و شرکت او و از شر هر جنبنده‌ای که در ید قدرت خود دارد، همانا که پرودگارم بر راه راست است. امام باقر علیه‌السلام فرمود: هر که این جملات را هنگام عصر بگوید من ضامن میشوم که تا صبح عقرب و گزنده‌ای او را آزار ندهد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت بیست و سوم:

معالجه وبا

۱ ـ در کتاب بحار از کتاب محاسن باسنادش از قندی روایت کرده گوید: در مکه بودیم که مردم مبتلاء به وبا شدند، من نیز مبتلا به وبا شدم، خدمت امام علیه‌السلام نوشتم: داروئی را بما نشان دهید. در پاسخ من نوشت: سیب بخور، من نیز سیب خوردم و حالم خوب شد.

۲ ـ و نیز در همان کتاب از ابو یوسف قندی روایت نموده، گوید: در مکه مردم مبتلا به وبا شدند و من نیز مبتلا به وبا شدم، از درمان این مرض از حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام بواسطه نامه جویا شدم، امام علیه‌السلام در جواب بمن نوشتند: سیب بخور، من نیز خوردم و عافیت پیدا کردم.

www.takbook.com

www.takbook.com

قسمت بیست و چهارم:

درمان جذام و برص و پیسی

۱ ـ در بحار روایت کرده: امام صادق علیه‌السلام فرمود: خداوند از قوم یهود باین جهت که چغندر میخوردند و رگها را از گوشت بیرون میاوردند، جذام را دور گردانید.

۲ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: گروهی از بنی‌اسرائیل مبتلا بمرض پوستی و سفیدی در پوست شدند، خداوند بحضرت موسی بن عمران علیه‌السلام وحی کرد: به بنی‌اسرائیل دستور بده گوشت گاو را با چغندر بخورند.

۳ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: آبگوشت چغندر با گوشت گاو لکه‌های سفید پوست را برطرف میکند.

٤ ـ شخصی به امام صادق علیه‌السلام از بیماری برص و لکه‌های پوست شکایت کرد. امام علیه‌السلام فرمود: وارد حمام شو، حنا را با نوره مخلوط کن و بر بدنت بمال، همانا که بعد از آن، حال دیگری پیدا خواهی کرد. راوی گوید: سوگند بخدا، یکبار بیشتر باین دستور عمل نکردم که خداوند از این مرض عافیتم داده و دیگر دچار این بیماری نشدم.

www.takbook.com

www.takbook.com

۵ ـ حضرت موسی بن جعفر علیهماالسلام فرمود: هر که آبگوشت گوشت گاو بخورد خداوند از او برص و جذام را برطرف میکند.

۶ ـ حضرت امام صادق علیه‌السلام فرمود: وسعت پهلو (شاید منظور شادی و سرور باشد) و موئی که در بینی است موجب ایمنی از جذام میباشد.

۷ ـ امام صادق علیه‌السلام فرمود: تربت و خاک مدینه‌ی رسول خدا صلی‌الله علیه و آله جذام را برطرف میکند.

۸ ـ امام صادق علیه‌السلام گوید: پیامبر خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: کمتر به اهل بلاد گناه نگاه کنید و کمتر بنزد آنان بروید و اگر بنزد آنان رفتید زودتر از نزد ایشان دور شوید تا بانچه که ایشان مبتلا شده‌اند شما مبتلا نشوید (و بیماری آنان بشما سرایت نکند).

۹ ـ امام صادق علیه‌السلام گوید: امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: گرفتن ناخن در روز جمعه موجب ایمنی از جذام تا جمعه دیگر است.

شفا گرفتن از قرآن برای بیماری پوستی و پیسی

۱۰ ـ در کتاب مکارم گوید: بر موضع لکه‌های پوستی نوشته میشود: وان من شیئی الا عندنا خزائنه و ما ننزله بقدر معلوم ـ سوره حجر، آیه ۲۱. «و نیست چیزی مگر که خزینه‌هایش در نزد ما است و فرو نفرستیم مگر باندازه معلوم. هل یسمعونکم اذ تدعون او ینفعونکم او یضرون ـ سوره شعراء، آیه ۷۳. «آیا میشنوند زمانی که بخوانید، یا نفع میدهند یا ضرر».

برص و جذام

۱۱ ـ برای مداوای برص و جذام نوشته و بسته میشود:

www.takbook.com

www.takbook.com

بسم الله الرحمن الرحیم یمحوالله ما یشاء و یثبت و عنده ام‌الکتاب.

سوره رعد، آیه ۳۹

بنام خدای بخشنده‌ی مهربان، محو میکند خداوند آنچه را بخواهد و ثابت میکند آنچه را بخواهد و در نزد اوست اساس کتاب».

الحمدلله فاطرالسموات والارض جاعل الملائکه رسلا اولی اجنحه مثنی و ثلاث و رباع ـ سوره فاطر، آیه ۲ ـ باسم فلان بن فلانه.

«سپاس خدایی راست که پدید آورنده آسمانها و زمین است. و فرشتگان را رسولانی قرار میدهد که دارای دو بال یا سه بال یا چهار بال دارند ـ بنام فلان بن فلانه».

۱۲ ـ شخصی به امام صادق علیه‌السلام از بیماری برص شکایت کرد، امام علیه‌السلام باو دستور داد از تربت امام حسین علیه‌السلام بهمراه آب باران استفاده کند. او نیز چنین نمود و حالش خوب شد.

۱۳ ـ یکی از اصحاب ما روایت کرده است، گوید: روی پوست بدنم نوعی لکه‌های سفید پیدا شد، امام صادق علیه‌السلام بمن دستور داد که یاسین را با عسل در جامی نوشته و آن را بشویم و بنوشم، من نیز چنین نمودم و سفیدی‌های پوستم برطرف شد.

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش سوم

طب الرضاآ ـ علیه السلام

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

طب‌الرضا
علیه السلام

امام رضا علیه‌السلام در رابطه با مسائل طبی به مامون‌الرشید خطاب کرده و فرمود: ای خلیفه (البته در متن حدیث کلمه امیرالمومنین بکار رفته است و این از جهت تقیه بوده که امام علیه‌السلام به مامون، امیرالمومنین خطاب میکند و چون تقیه در اینجا منقضی است لذا کلمه خلیفه بکار برده میشود) بدان که خداوند بنده‌ای را به بلائی و مرضی مبتلا نمیکند مگر که برای آن مرض، دوا و درمانی قرار داده است و برای هر نوع درد نوعی دوا و تدبیر و درمان بیان نموده است.

و چنین است که بدن انسان مانند کشوری است که پادشاه بدن قلب است و کارگزاران آن، عروق و اوصال (رگها و بندها) و مغز (دماغ) است و خانه پادشاهی در قلب است، قلمرو و سرزمین پادشاهی پهنه‌ی جسد است و دستها و پاها و لب و چشمها و زبان و گوشها، کمک کاران قلب و پادشاه است و خزانه‌ی پادشاهی معده و شکم است و استخوانهای سینه دربان و دژبان قلب است.

پس دستها نزدیک و دور میکند اشیا را و طبق آنچه شاه دستور میدهد عمل

www.takbook.com

www.takbook.com

میکنند، و پاها، ملک و پادشاه را از جائی بجای دیگر منتقل میکند، و چشمها راهنمائی میکند ملک را به آنچه برایش ناپیداست، زیرا که ملک از پس حجابها میباشد، خبری باو نمیرسد مگر از راه گوشها، و نیز دو چشم انسانی بمنزله دو چراغ بدن هستند و دو گوش بمنزله حصن و حرز ملک میباشد، چیزی را بدون موافقت ملک باو نمیرسانند زیرا که گوشها از پیش خود قدرت ندارند چیزی بنزد قلب و ملک برسانند مگر که ملک خواسته باشد بشنود، و زمانی که ملک خواست بشنود خود را آماده شنیدن خبرهای خوش میکند تا بشنود از گوشها و سپس جواب میدهد بانچه بخواهد و زبان، ترجمه میکند ضمیر قلب را بواسطه‌ی باد قلب (بادی که از قلب بسوی ریه و نای حرکت میکند) و بواسطه‌ی بخار معده (بخار معده از راه ریه به دهان آمده و سخن را موزون میکند، یا مراد از بخار معده روح و بادی است که از کبد جاری میشود بعد از اینکه غذا از معده به کبد بسوی آلات تنفس برسد) و قوت لبها بواسطه زبان و دندانها تامین میشود و هیچکدام از اینها از هم بی‌نیاز نیستند و سخن و کلام، زیبا و آراسته نمیشود مگر بموزون شدن آن بواسطه بینی زیرا که بینی آهنگ کلام را زیبا میکند همچنان که مزمار و نی دم نوازنده را زیبا میکند و همچنین است دو سوراخ بینی که بوهای خوش را به پادشاه منتقل میکنند و اگر بوی ناخوشی به مشام برسد که ملک را ناخوش بدارد، ملک دستور میدهد به دستها که مانع رسیدن بوی بد به ملک شوند. با این وصف، برای پادشاه بدن عقاب و ثوابی است که بهتر از ثواب و شدیدتر از عقاب پادشاهان ظاهری دنیا میباشد، ثواب پادشاه بدن شادی آن و عقابش اندوه آن است، ریشه اندوه در طحال و ریشه شادی در پیه شکمبه و روده و کلیه‌ها میباشد و از آنها دو رگ بسوی چهره و صورت پیوسته میگردد و از این جهت است که شادی و غم پدیدار شده و در چهره ظاهر میگردد، و همه‌ی این عروق و رگها راه‌هائی است که کارگذاران را به پادشاه و پادشاه را به کارگذاران مرتبط میکنند و تصدیق این موضوع چنین است که اگر شما داروئی را بخورید بواسطه‌ی عروق به محل درد میرسد.

www.takbook.com

www.takbook.com

آداب غذا خوردن

بدان ای خلیفه، بدن آدمی مانند زمین پاکیزه و حاصلخیزی است که اگر آن را خوب شیار و آبیاری کنی بطوری که نه آب زیاد بدهی که عرق کند و نه آب کم بدهی که تشنه باشد آبادانی پیدا کرده و حاصل داده و زراعتش نیکو میشود ولی اگر از آن غفلت بکنی تباه شده و گیاهی در آن نمی‌روید، بدن نیز مانند زمین زراعت است که از راه بهداشت غذاها و نوشیدنیها، سالم و صحیح شده و سلامتی و عافیت پیدا میکند.

پس بنگر ای خلیفه و ببین چه غذائی با مزاج تو و معده تو سازگار است و بدن تو را قوی میکند و همواره میشود از آن استفاده کرد، آنرا مورد استفاده بدن خود و غذای خود قرار بده. بدان ای خلیفه، طبیعت هر بدنی آن چیزی را دوست دارد که هم جنس و همشکل آن باشد پس برای بدنت آن غذائی را بخوران که همشکل و سازگار باشد.

کسی که زیاد و بیش از نیاز و اندازه غذا بخورد غذا به بدنش بخوبی جذب نشده و بخوبی مورد استفاده قرار نمیگیرد، ولی اگر آدمی غذایش باندازه بود و کم و زیاد نباشد برایش مفید و سودمند خواهد بود، و نوشیدن آب نیز چنین است که باید باندازه باشد. اما بهداشت و روش خوردن غذا چنین است که از غذا بمقدار نیاز و کفایت استفاده کنی و باید موقعی دست از غذا بکشی که هنوز میل داشته باشی که برای بدن و معده‌ی تو صلاحتر و برای عقل تو بارورتر و برای جسم تو آسانتر و سبکتر است.

ای خلیفه، در فصل تابستان چیزهای سرد بخور (یعنی طعامی و آشامیدنی‌هائی که طبیعت آنها سرد است مانند خیار و کاهو و امثال آن، و یا آشامیدنی و طعامی که با برف و یخ و یخچال خنک شده باشد، پس این دو احتمال در رابطه با خوردن و نوشیدن چیزهای گرم نیز وجود دارد) و در فصل

www.takbook.com

www.takbook.com

زمستان چیزهای گرم بخور، و در بهار و پائیز چیزهای معتدل بخور، بمقداری که میل داشته و برای هضمش بدنت توانائی داشته باشد.

موقعی که میخواهی سر سفره نشسته غذا بخوری اول غذائی را بخور که سبکتر بوده و برایت سازگارتر باشد بمقداری که عادت داشته و توانائی هضم آنرا داشته و موجب نشاط تو باشد، و یکبار در روز زمانی که هشت ساعت از روز گذشته باشد یا در دو روز سه بار باید غذا بخوری، باین صورت که در روز اول در آغاز روز غذای زیاد میخوری و چون شب شد باز مختصری میخوری و چون فردا شد و هشت ساعت از روز گذشت غذا میخوری و این چنین امر نمود پیغمبر خدا علی مرتضی را که در یک روز یکبار و در روز دوم دوبار غذا بخورد.

البته خوردن غذا بنحوی که ذکر شد باید باندازه‌ای باشد که پرخوری و گرسنگی ایجاد نشود، و باید موقعی دست از غذا بکشی که هنوز میل داری، و باید که آشامیدن آب و نوشیدنی تو بعد از خوردن غذا باشد، از آن آشامیدنی‌ها که گوارا و قدیمی بوده و حرام نباشد که بزودی اوصافش را برای تو بیان کنم.

ماههای رومی

و اکنون یادآور میشویم آنچه را که سزاوار است ذکر شود از فصلهای سال و ماه‌های رومی که در فصلهای سال واقع شده و برنامه مخصوصی دارد، و یادآور می‌شویم آنچه را که در این ماهها و فصلها از خوراکیها و نوشیدنی‌ها لازم است مورد استفاده قرار گیرد و یا از آنها پرهیز شود، و یادآور می‌شویم رعایت بهداشت در گفتار دانشمندان گذشته را. و سپس رشته سخن را برمیگردانیم به گفتار امامان علیهم‌السلام درباره اوصاف آشامیدنی‌هائی که حلال بوده و بعد از طعام باید نوشیده شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

فصل‌های سال

فصل بهار، و آن روح زمانها است و آغاز بهار، ماه آذر است.

آذر:

ماه آذر که مطابق ماه فروردین است دارای سی روز است. در این ماه، شب و روز عطرآگین و پاکیزه شده و زمین نرم گشته و سلطه‌ی بلغم کاسته شده و خون به هیجان میاید. شایسته است در این ماه غذای لطیف و تخم مرغ نیمبرشت (نیم پز ـ ۱) خورده شده و بعد از طعام، آب معتدل نوشیده شود و لازم است در این ماه از خوردن پیاز و سیر و ترشی پرهیز گردد، و ستوده است در این ماه خوردن مسهل و خون گرفتن و حجامت نمودن.

نیسان

ماه نیسان که مطابق ماه اردیبهشت است دارای سی روز است. روزها در این ماه طولانی شده و مزاج قوی گشته و خون بحرکت آمده و بادهای شرقی بوزش میایند. شایسته است در این ماه غذای پخته و آنچه از سرکه بعمل آمده و گوشت شکار خورده شود. و نیکو است در این ماه جماع و آمیزش کردن، و در حمام ببدن روغن مالیدن، و نباید در این ماه ناشتا آب نوشیده شود ولی پسندیده است که در این ماه عطر و ریاحین و گلها بوئیده شود.

---

۱ ـ نیمبرشت کلمه فارسی است و دستورش چنین است که در دیگی آب گرم کنند و بر دهن دیگ پارچه ببندازند، وقتیکه پارچه گرم شد تخم را بر روی پارچه بشکنند و همین که تخم مرغ از طرف پارچه قدری پخته شود آن را بردارند و بخورند. دستور دیگر چنین است که آب را بجوش آورند و تخم را در آبی که میجوشد تا زمانی که از یک تا پنجاه بشمارند فرار میدهند و بعد از آن از آب بیرون آورده و بخورند.

www.takbook.com

www.takbook.com

ماه ایاز

ماه ایاز مطابق ماه خرداد و دارای سی و یک روز است. بادهای صفابخش در آن میوزد، و آن پایان فصل بهار است. در این ماه از خوردن خوراکهای پخته و سرخ شده و گوشتهای غلیظ مثل گوشت کله و گوشت گاو و شیر نهی شده است، در این ماه حمام کردن در اول روز پسندیده بوده و ریاضت و ورزش قبل از غذا ناپسند میباشد.

حزیران

ماه حزیران مطابق ماه تیر و دارای سی‌روز است. در این ماه سلطه‌ی بلغم و خون از میان رفته و تلخي صفرا روی میاورد. در این ماه از کارهای خسته کننده و خوردن سبزی‌های سرد مانند کاسني و بقله الحمقاء (خرفه = پرپهن، فرفهن) و خوردن میوه‌های سبز و سرد مانند خیار و خیار چنبر و شیر خشت و میوه‌های تر و استفاده از ترشی‌ها و از خوردن گوشت بزغاله دو ساله و بره هشت ماهه و از خوردن گوشت پرندگان مانند مرغ و دراج و از خوردن شیرها و ماستها و از خوردن ماهي تازه نهی شده است.

تموز

ماه تموز مطابق مرداد و دارای سی و یک روز است. در این ماه گرما شدید شده و آبها بجوش و فوران آمده، و نیکوست که ناشتا آب خنک خورده شود و پسندیده است در این ماه چیزهای سرد و تازه خورده شود. در این ماه طبیعت آب تغییر میابد، و نیکوست در این ماه غذاهائی خورده شود که لطیف و سهل‌الهضم باشد، چنانکه در ماه حزیران ذکر شد، باید در این ماه از شکوفه و گلها و برگهای سرد و تازه و خوشبو استفاده شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

آب

ماه آب مطابق شهریور و دارای سی و یک روز است. سموم و آفات در این ماه شدید شده و زکام در شب هیجان پیدا میکند و باد شمال به وزش می‌آید و مزاج آدمی در اثر خنک ساختن و مرطوب نمودن سالمتر میشود. در این ماه خوردن ماست مفید بوده و باید در این ماه از آمیزش و خوردن مسهل پرهیز کرده و ریاضت و ورزش کمتر نموده و از بوی خوش گلها و سبزی‌ها استفاده نمود.

ایلول

ماه ایلول مطابق ماه مهر و دارای سی و یک روز است. در این ماه هوا پاکیزه و جانبخش شده و سلطه‌ی تلخی سودا قوی گشته، و خوردن شیرینیجات و انواع گوشتهای معتدل مانند بزغاله شش ماهه و بره یکساله مفید میباشد، و باید در این ماه از خوردن گوشت گاو و زیاده روی در خوردن کباب و حمام کردن اجتناب شود، و شایسته است از عطرهای معتدل‌المزاج استفاده شودواز خوردن خربزه و خیار و خیار چنبر پرهیز شود.

تشرین اول

ماه تشرین اول مطابق آبان ماه و دارای سی و یک روز است. در این ماه بادهای گوناگون میوزد و باد صبا تنفس میکند، و باید در این ماه از خون گرفتن و فصد و نوشیدن دوا پرهیز شود، و آمیزش در این ماه پسندیده است. خوردن گوشتهای پروار و انار آبدار و نیم ترش و میوه‌ها بعد از طعام در این ماه نیکو میباشد. باید در این ماه گوشت را با ادویه گرم مورد استفاده قرار داد. در این ماه باید کمتر آب نوشیده شود و نیکوست که ورزش و ریاضت شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

تشرین آخر

ماه تشرین آخر مطابق آذر ماه و دارای سی روز است. در این ماه باران قطع شده و تبدیل به برف میشود. در این ماه از خوردن آب در شب نهی شده و باید که کمتر به حمام رفته و آمیزش شود. باید در اول هر روز یک جرعه آب گرم آشامیده شود و نباید در این ماه سبزیجات مانند کرفس و نعناع و تره تیزک خورده گردد.

کانون اول

ماه کانون اول مطابق دی ماه و دارای سی و یک روز است. بادهای تند در این ماه قدرت یافته و هوا بشدت سرد میشود. در این ماه آنچه در ماه تشرین آخر ذکر شده مفید بوده و لازم است در آن از خوردن طعام خنک و از حجامت و فصد پرهیز شود و شایسته است از غذای داغ و طعامی که مزاجش گرم است استفاده گردد.

کانون آخر

ماه کانون آخر مطابق بهمن ماه و دارای سی و یک روز است. در این ماه بلغم غالب شده و شایسته است آب گرم جرعه جرعه ناشتا خورده شود. در این ماه جماع نیکو بوده و خوردن سبزی‌های گرم مثل کرفس و تره تیزک و تره مفید میباشد. در این ماه در اول روز حمام کردن و مالیدن روغن شبور و مانند آن به بدن مفید بوده و باید از خوردن شیرینی و خوردن ماهی تر و ماست اجتناب شود.

شباط

ماه شباط مطابق اسفندماه و دارای بیست و هشت روز است. بادهای گوناگون در آن میوزد و باران بسیار میبارد و سبزی در آن ظاهر میگردد و

www.takbook.com

www.takbook.com

آب از چوب و عود جازی میشود، و در این ماه خوردن سیر و گوشت پرندگان و گوشت شکارها و میوه‌های خشک سودمند میباشد و کمتر باید از شیرینی خورده شود. در این ماه کثرت جماع و حرکت و ورزش پسندیده است.

شراب و آشامیدنی حلال

و اکنون باید از صفت نوشیدنی و شرابی که حلال است و استعمالش بعد از طعام پسندیده است سخن بگوئیم، چنانکه در اول بخش گذشته هنگام ورود در بیان فصلهای سال از شراب و نوشیدنی که برای بهداشت بدن مورد لزوم است سخن بمیان آمد. اما در باب شراب و آشامیدنی ناب باید گفت: ده رطل از کشمش پاک و بی‌هسته را گرفته و شستشو میدهی و سپس در آب پاک فرو میبری باندازه‌ای که آب چهار انگشت بالاتر باشد و آن را سه روز در زمستان و در تابستان یک شبانه روز بهمان حال باقی میگذاری، سپس در دیگ تمیزی قرار میدهی و باید اگر ممکن بود آب آن از آب آسمان باشد و اگر ممکن نبود باید از آب گوارائی باشد که سرچشمه‌ی آن از جانب شرق بوده و آب، روشن و سفید و سبک باشد که سردی و حرارت را بفوریت و سرعت بخود بگیرد و این دلالت صفا و گوارائی آب است، و باید کشمش بقدری در این دیگ پخته شود که باد کرده و بخوبی پخته شود، سپس آن را فشار داده و آبش صاف گردیده و خنک میشود و سپس دوباره بدیگ برگردانده شده و مقداری از آن با چوب گرفته میشود و در آتش آرام قرار داده شده و بارامی و نرمی جوشانده میشود تا دوسوم آن بخار شود سپس یک رطل از عسل صاف زنبور در آن ریخته میگردد، و باید که اندازه عسل باندازه آبی که در دیگ است باشد هرچه قدر که هست، و جوشانده میشود بقدری که آنچه در دیگ است بخار شده و بهمان مقدار عسل باقی بماند. در اینجاست که باید پارچه کلفتی را فراهم آورده بوزن یک درهم زنجبیل و نصف درهم میخک و نصف درهم دارچین و

www.takbook.com

www.takbook.com

یک درهم زعفران و یک درهم کاسنی و نصف درهم مصطکی (کندر رومی)، بعد از آن که هر یک از آنها را جداگانه کوبیده باشی، در آن پارچه قرار میدهی و سپس آنرا با نخی محکم بسته و در شراب مذکور بخوبی می‌خیسانی بطوری که خواص و نیروی معجونی که درست کرده‌ای در شراب نفوذ کند و همواره آنچه را در دیگ است حرکت میدهی تا بارامی آنچه دردیگ است بخار و پخته شده تا باندازه عسل نیز از دیگ کم شود، سپس دیگ را از روی آتش برداشته و سه روز بحال خود باقی میگذاری تا اجزاء در یکدیگر نفوذ نماید، در این هنگام است که این شراب ناب حلال را نوش جان میکنی.

و مقداری که باید از این شراب بخوری یک تا دو اوقیه (یک اوقیه معادل هفت مثقال و یک دوازدهم رطل است) میباشد از اوقیه آبخوری، زمانی که ای خلیفه تناول کردی از طعام بمقداری که برای تو وصف کردم، بنوش از این شراب بعد از طعامت باندازه سه پیاله، چون چنین نمودی باذن خداوند در آن روز و شب از همه دردهای سرد و مزمن مانند نقرس و بادها و دیگر دردهای عصبی و مغز و معده و برخی از دردهای کبد و طحال و شکم و درون، ایمن خواهی بود. پس ای خلیفه، اگر برایت مفید واقع شده و مورد تصدیقت قرار گرفت باندازه نصف از آنچه قبلا خورده بودی از آن تناول کن که این روش برای بدن خلیفه مفیدتر بوده و قوه‌ی آمیزش او را زیادتر کرده و حافظه او را بیشتر میکند. همانا که صلاح و استواری بدن آدمی به چگونگی سالم و فاسد بودن طعام و شراب است. اگر آن دو سالم بودند بدن سالم میشود و اگر آندو فاسد بودند بدن فاسد میشود.

خلقت انسان از صفراء، سوداء و بلغم

بدان ای خلیفه، قدرت حرکت و جان آدمی تابع چگونگی مزاجهای بدنهاست

www.takbook.com

www.takbook.com

است، و همانا که مزاجها تابع چگونگی هواست، مزاج تغییر پیدا میکند بتغییر پیدا کردن هوا در مکانهای گوناگون، زمانی که هوا یکبار سرد و بار دیگر گرم شد موجب میشود که مزاجهای بدنها دگرگون شود و اثر این دگرگونی نیز در صورت آشکار میگردد، پس هنگامی که هوا معتدل شد مزاج بدنها نیز معتدل شده و دستگاه مزاج در حرکات طبیعی مانند هضم غدا و آمیزش و خواب و حرکت و دیگر تحریکات، بخوبی فعالیت کرده و اثر سالم میگذارد زیرا خداوند متعال اجسام را برچهار طبیعت و نیرو قرار داده است که عبارتند از: صفراء و سوداء و خون و بلغم، دو تای از آنها گرمازا و دوتای دیگر سرمازا بوده و برای حفظ اعتدال در هر یک از دو گرم و دو سرد یکی خشک و دومی‌تر قرار داده شده است. مثلا خون و صفرا که هر دو گرم هستند یکی که خون است نرم یعنی تر قرار داده شده و دیگری که صفراء است خشک قرار داده شده است، و نیز بلغم و سوداء که هر دو سرد هستند یکی که بلغم است تر و دیگری که سوداء است خشک قرار داده شده است.

سپس باید دانست که بدن بر چهار قسمت تقسیم شده و هر یک از این چهار قسمت از یکی از این چهار نیروی یاد شده آفریده شده است و چهار قسمت بدن عبارت است از: قسمت سر، و قسمت سینه و قسمت غضروف و قسمت پائین بدن.

بدان ای خلیفه که سر و گوشها و چشمها و راه تنفس و دهان و بینی از خون آفریده شده است، و قسمت سینه از بلغم و باد آفریده شده است، و قسمت غضروفی از صفراء آفریده شده است، و قسمت پائین بدن از سوداء آفریده شده است.

ارتباط خواب با مغز

بدان ای خلیفه، خواب سلطه و ارتباط با مغز دارد و قوام جسد و خون با مغز

www.takbook.com

www.takbook.com

است، پس هرگاه خواستی بخوابی اول بپهلوی راست و سپس بپهلوی چپ بخواب(۱) و چون خواستی نیز بهمین ترتیب از خواب برخیز، یعنی از سمت پهلوی راست برخیز چنانکه بپهلوی راست نخست خوابیدی(۲). و بر خودت عادت بده در میانه شب دو ساعت بنشینی، و در شب برای رفع حاجت خود برای دفع بول و غائط بسوی خلا برو و بمقدار لازم در آن جا درنگ کن و نباید در خلا زیاد درنگ کنی که موجب درد تورم پا بشود.(۳)

مسواک نمودن

بدان ای خلیفه، بهترین چیزی که میتوانی با آن مسواک کنی چوب اراک است که دندانها را جلا داده و بوی دهان را خوش نموده و لثه‌ها را محکم و بارور میکند، و در صورتی که باندازه مسواک کنی دندانهایت از کرم خوردگی محفوظ می‌ماند، ولی اگر زیاده روی کنی دندانهایت نازک و خورده شده و ریشه‌هایش ضعیف میگردد.

پس هرکه بخواهد دندانهایش سالم بماند باید که شاخ گوزن و کزمازه و سعد و گل سرخ و سنبل طیب و دانه طوفاء همگی را بیک اندازه و نمک سنگ بلوری را یک چهارم فراهم کرده و همگی را با هم بنرمی کوبیده و

---

۱ ـ در کتاب بحارالانوار ذکر شده است: خوابیدن بپهلوی چپ موجب میشود که کبد روی معده قرار گرفته و معده را گرمتر نموده و در نتیجه معده برای هضم غذا قویتر بشود.

۲ ـ و نیز در بحار آورده است: اطباء گفته‌اند: خوابیدن بپهلوی راست موجب میشود که غذای هضم شده بسوی کبد حرکت کند.

۳ ـ بمرضی که در اثر روی پا نشستن بوجود میاید (داءالفیل) میگویند، و این درد و مرضی است که موجب بزرگ و متورم شدن پا و ساق میشود وانگیزه‌اش این است که در اثر جاری شدن ماده‌ی غلیظی از قسمت بالا به پائین پا تورم حاصل میشود و این حالت از نشستن زیاد در روی پا در مستراح و مکانهای دیگر حاصل میگردد.

www.takbook.com

www.takbook.com

بدندانهایش بمالد، که دندانها را نگهداشته و ریشه‌های آنها را از آفات محفوظ میدارد، و هر که بخواهد دندانهایش سفید بشود باید نمک سنگ را با کف دریا درهم کوبیده و با آنها دندانهایش را مسواک کند.

جوانی و پیری

بدان ای خلیفه که حالاتی که خداوند برای انسان قرار و هر یک پس از دیگری در دگرگونی است چهار حال میباشد: حالت اول تا سن پانزده سالگی است که در این سنین دوران جوانی و زیبائی و شادابی و سلطه خون در بدن است. حالت دوم از سن پانزده سالگی تا سی و پنج سالگی است که در این زمان دوران سلطه صفراء و غلبه آن بر شخص انسان است. حالت سوم از سن سی سالگی تا سن شصت سالگی است و این مدت دوران سلطه‌ی سوداء است و این مدت، دورانی است که آدمی باید در پی حکمت و موعظه و معرفت و درایت و نظم بخشیدن بامور و عاقبت اندیشی و درست اندیشی و سامان‌بخشی در نابسامانی‌ها باشد. حالت چهارم از سن شصت سالگی ببالا است و در این دوران است که هرچه از زمان بر انسان بگذرد و تحول پیدا کند جز فرسودگی و سختی چیزی دیگری بدست نخواهد آمد و آدمی در این دوران در حرکت بسوی پژمردگی و ناتوانی و ناسازگاری وجودش خواهد بود، و در این سن است که انسان بکارهای ناشایسته دچار میگردد مثلا در حضور مردم میخوابد و موقع خواب مردم بیدار می‌ماند، گذشته را بیاد میاورد ولی آنچه پیش میاید و باید آنها را بداند فراموش میکند، قامتش خمیده شده و احوال گذشته‌اش دگرگون میشود، چهره‌اش پژمرده شده و رونق و جمالش از بین میرود، رویش مو و ناخن او کاسته میگردد، همواره به همین منوال وجودش رو ببرگشت و بازگشت است مادامی که زندگی میکند، زیرا که او در دوره‌ی سلطه‌ی بلغم است و خاصیت بلغم نیز سرد است و جامد، و در اثر جامد بودن و سرد بودن بلغم است که هر

www.takbook.com

www.takbook.com

چیزی که تحت سلطه بلغم قرار بگیرد رو بفنا و نابودی خواهد بود.

حجامت

اکنون که برای خلیفه یادآور شدیم آنچه را که برای سلامت مزاج و احوال بدن و علاج آن مورد نیاز است، ذکر میکنیم آنچه را از غذاها و دواها که مورد احتیاج بدن بوده و برنامه‌هائی که برای بهداشت لازم است انجام شود.

در زمانی باید حجامت کنی که از ماه دوازده شب گذشته باشد تا پانزه شب، که این برای بدنت مناسبتر و مفیدتر است. زمانی که ماه از نیمه گذشت و رو بنقصان است نباید حجامت کنی مگر که ناچار باشی، زیرا که خون در نقصان هلال رو بنقصان و در بالا رفتن هلال رو بزیاد شدن میگذارد (۱)

باید که فاصله میان حجامت باندازه سن آدمی باشد، کسی که دارای بیست سال باشد باید بیست روز یکبار حجامت کند، و کسی که دارای سی سال باشد باید سی روز یکبار حجامت کند، و کسی که دارای چهل سال باشد باید چهل روز یکبار حجامت کند و همچنین باید فاصله حجامت باندازه‌ی سن انسان

---

۱ ـ شیخ‌الرئیس ابو علی سینا در فن چهارم از بخش اول کتاب قانون گوید: به حجامت نمودن در اوائل ماه دستور داده نمیشود زیرا که در این اوقات اخلاط یعنی خون و بلغم و صفرا و سودا بهیجان و حرکت درنمی‌آید، و در قسمت آخر ماه نیز اخلاط بحرکت و هیجان درنمی‌آید، پس باید حجامت در وسط ماه باشد زیرا که در این زمان اخلاط در حال هیجان و حرکت میباشد، زمانی که نور ماه در جرم آن رو بافزایش میگذارد اخلاط نیز رو بافزایش است، و در این هنگام است که مغز در میان استخوان متصل بجمجمه باروز میشود، و آبها در رودهای دارای جزر و مد رو بجوشش و افزایش میباشد.

بهترین وقت حجامت در روز دو ساعت یا سه ساعت از روز گذشته میباشد. باید که بعد از حمام از حجامت پرهیز کرد مگر کسی که خونش غلیظ باشد.

www.takbook.com

www.takbook.com

باشد.

بدان ای خلیفه، خونی که در حجامت گرفته میشود از رگهای کوچک داخل در گوشت است، و از این جهت است که حجامت موجب ضعف بدن نمیشود برخلاف فصد (رگ زدن برای خون گرفتن) که موجب ضعف بدن میشود.

حجامت نقره (نقره عبارت از گودی پشت سر است که از فقرات گردن چهار انگشت بالاتر است) برای سبک کردن سنگینی سر مفید است.

حجامت از اخذ عین (اخذ عین عبارت است از یکی از دو رگی که در صفحه‌ی گردن وجود داشته و در باطن و ناپیدا میباشد و بعبارت دیگر، اخذ عین دو رگی‌است در پشت گردن از طرف راست و چپ، و در لغت فارسی‌نیز بهمین لفظ بکار رفته است) از سنگینی سر و صورت و چشمها میکاهد و برای درد دندانها مفید میباشد.

ای بسا که فصد از همه این حجامتها کفایت کند. حجامت نمودن از زیر چانه و زنخ موجب بهبودی لکه‌ها و تب‌خالهای دهان و زبان میشود و از تباه شدن لثه‌ها و از بیماری‌های دهان جلوگیری میکند، و نیز حجامت از میان دو کتف و شانه برای درمان خفقانی که ناشی‌از انباشتگی و حرارت است سودمند میباشد. حجامت از ساقها گاهی‌از انباشتگی خون میکاهد و برای دردهای مزمن در کلیه و مثانه و رحم نافع بوده و خون حیض را روان و جاری می‌نماید، ولی بدن را نحیف و لاغر میکند.

گاهی در اثر حجامت غش شدید بر آدمی عارض میشود ولی‌برای کسی که دارای بثور (دانه‌ها و آبله‌های ریز که بر بدن عارض میشود) و دمل است مفید میباشد.

چیزی که درد حجامت را کم میکند مکیدن آهسته و سبک خون است در اولین مرتبه‌ای که آلت حجامت بکار میرود، سپس باید بآرامی خون مکیده شود در مرتبه دوم مقداری زیادتر مکیده میشود و در مرتبه سوم مقداری زیادتر از

www.takbook.com

www.takbook.com

مرحله دوم مکیده میشود و باین ترتیب عمل مکیدن زیاد میشود و باید که نشتر را با مالیدن بر پوستهای نرم ملایم و نرم نمود، و قبل از نشتر زدن باید که محل حجامت و نشتر روغن مالی شود، در فصد هم باید چنین کرد. این کار موجب میشود که درد حجامت کمتر شود، باید که نشتر و آلت شکافنده نیز در موقع حجامت روغن مالی گردد. موقعی که از حجامت فراغت حاصل شد باید که محل حجامت روغن مالی شود و باید که موقع فصد کردن چند قطره روغن به رگها مالیده شود تا هنگام فصد کردن، رگها ناپیدا نباشند تا از عمل فصد مانعی بوجود نیاید.

باید که فصد کننده رگهائی را فصد کند که در محل کم گوشت باشند، زیرا که کم بودن گوشت محل فصد موجب تخفیف درد میشود و رگی که فصد آن از همه رگها دردش بیشتر است رگ بازو و دست است زیرا که آنها متصل ببازو و غصل بوده و پوستهای آنها سخت و محکم است، ولی فصد کردن رگ با سلیق یعنی شاهرگ دست و رگ اکحل یعنی چهار اندام آسانتر و کم دردتر است اگر روی آنها گوشت زیاد نباشد.

لازم است که محل فصد را با دستمال گرم و بخار آب داغ گرم نمود تا خون ظاهر شود مخصوصا در فصل زمستان که از این راه پوست نرم شده و درد کمتر بوده و فصد آسانتر میشود.

در تمام این موارد که خون گرفته و فصد میشود لازم است که دوازده ساعت بعمل فصد مانده از آمیزش با زنان پرهیز گردد.

باید که حجامت در روز تابان و صاف و بدون ابر که دارای باد شدید نباشد انجام گیرد و مقداری از خون خارج گردد که آلوده و تغییر یافته است. در روز حجامت نباید بحمام رفت که موجب بیماری میشود. شایسته است در روز حجامت مقداری آب داغ بر سر و بدن ریخته شود و این عمل در هنگام حجامت نباید باشد. موقعی که حجامت نمودی نباید که حمام کنی که در این صورت دچار تب دائمی خواهی شد و موقعیکه حجامت کردی و جای آن را

www.takbook.com

www.takbook.com

شستی باید که بر روی موضع حجامت یا وسیله و آلت حجامت پارچه‌ای از کرک بز یا پارچه‌ی نرمی‌از ابریشم و مانند آن قرار بدهی.

موقع یا بعد از حجامت اندکی و باندازه دانه کوچکی تریاق اکبر (تریاق فاروق، از داروهای قدیمی‌بوده و گاهی‌بان پادزهر و نوش دارو میگویند) تناول میکنی اگر فصل زمستان باشد، اگر فصل تابستان باشد باید سکنجبین پیاز دشتی را با شراب و آشامیدنی‌فرح بخش و معتدل مخلوط کرده و تناول کنی و یا با آب میوه اگر ممکن باشد و اگر ممکن نباشد با آب ترنج (بالنگ) مخلوط کرده و تناول کنی، و اگر چیزی از این شرابها را پیدا نکردی خود تریاق را بخوبی‌زیر دندانهایت می‌جوی و روی آن آب نیم گرم مینوشی، و اگر حجامت در فصل سرما و زمستان باشد باید که سکنجبین عسلی تناول کنی، اگر چنین کردی از پیدا کردن رعشه و سکته و برص و بیماری پوستی و جذام ایمن میشوی انشاءالله.

و باید که آب اناری که نه ترش و نه شیرین باشد مکیده و بنوشی که روح را تقویت و خون را صفا و جلا میدهد، و بعد از حجامت بمدت سه ساعت نباید غذاهای نمکین و شور بخوری که ترس آن میرود که بیماری جرب پدیدار گردد. اگر بتوانی از گوشت مرغان مانند مرغ تیهو استفاده کن و از شرابهائی که ذکر شد بنوش و سپس خود را با روغن شبو یا مشگ و گلاب روغن مالی کن و مقداری از آن را بعد از فراغت از حجامت بر وسط سرت بریز.

ولی اگر تابستان باشد لازم است بعد از حجامت آش سرکه بخوری و از طعام هلام استفاده کنی (هلام طعامی است که از گوشت گوساله و گاو و گوسفند بعمل میاید باین صورت که گوشت را با آب و نمک طبخ نموده و میگذارند تا آبش تمام شود، سپس سبزیجات خنک را در سرکه طبخ نموده و گوشت پخته شده را در آن قرار داده و تناول میکنند) و نیز بعد از حجامت باید که از طعام مصوص تناول کنی (مصوص طعامی‌است که از گوشت به تمامی انواعش یا از گوشت پرندگان مخصوص مثل دراج و خروس بهمراه سرکه و

www.takbook.com

www.takbook.com

سبزیجات خنک بعمل می‌آید) و از ترشی استفاده کنی، و بر سرت روغن بنفشه بهمراه گلاب و اندکی کافور بریز، و از شرابی که وصف شد بعد از طعام بنوش، و از حرکت زیاد و خشم و آمیزش با زنان در روز حجامت پرهیز کن.

ضرر خوردن بعضی از غذاها با هم

ای خلیفه، بپرهیز از خوردن تخم مرغ و ماهی با هم و از جمع نمودن آنها در یک وقت در معده، اگر آن دو با هم در معده جمع شود ممکن است که تولید بیماری نقرس و قولنج و بواسیر و درد دندان بکند، و نیز خوردن شراب انگور برای کسی که اهلش میباشد با شیر و ماست تولید نقرس و برص میکند، و مداومت بر خوردن پیاز موجب عارض شدن لکه‌ها در صورت میگردد، و خوردن غذای شور مزه و گوشت نمک زده و ماهی شور بعد از فصد و حجامت موجب پیسی و جرب میشود، و خوردن کلیه و دل و روده و سیراب و شیردان و جگر و قلوه‌ی گوسفند باعث بیماری مثانه میشود، و رفتن بحمام با شکم پر تولید قولنج میکند (زیرا حرارت ناشی از حمام موجب میشود که غذای هضم نشده وارد روده‌ها شده و تولید قولنج کند)، و شستشو با آب سرد بعد از خوردن ماهی باعث فلج و سکته میشود (زیرا که ماهی تازه تولید بلغم لزج و چسبان میکند و آن ماده فلج است و آب سرد هم اعصاب را ناتوان و ماده فلج را قوی میگرداند) و خوردن ترنج در شب، چشم را معلول و لوچ میسازد، و آمیزش با زن در زمان حیض باعث جذام در فرزند میگردد، و جماع نمودن بدون اینکه بعد از جماع بول شود موجب سنگ مثانه میشود، و آمیزش نمودن بدنبال آمیزش نمودن بدون اینکه غسل شود در فرزند تولید جنون میکند، و زیاد خوردن تخم مرغ و پیاز تولید طحال و باد و درد در دهانه معده میکند، و پرخوری از تخم مرغ آب پز باعث تنگی نفس و نفخ معده میگردد، و خوردن گوشت خام و نیم پز تولید کرم در شکم میکند، و خوردن دائمی انجیر، شپش

www.takbook.com

www.takbook.com

پدیدار میکند (زیرا که شپش از رطوبت‌های متعفن که از باطن بدن بروی پوست نفوذ میکند تولید میشود و خواص انجیر دفع فضولات بدن بر ظاهر پوست میباشد که سبب تولید شپش میگردد)، خوردن آب سرد بعد از خوردن چیز گرم و شیرین دندانها را خراب میگرداند (زیرا که خوردن و نوشیدن چیز سرد و شیرین بعد از خوردن و نوشیدن چیز گرم و شیرین موجب میشود که شکافهای ریز و ظریف در مینا و ظاهر دندان پدید آمده و آب سرد بدرون دندان نفوذ کرده و ضرر برساند) و زیاد خوردن گوشت شکار و گوشت گاو، عقل را تیره و فهم را نارسا و ذهن را کودن و حافظه را کند میکند (زیرا که تیزهوشی و خوش فهمی از صفای روح و لطافت جان ناشی میشود در حالی که زیاد خوردن این گوشتها موجب بوجود آمدن اخلاط سودائی و غلیظ شدن خون کثیف در بدن شده و در نتیجه جان انسانی از حرکات فکری ناتوان می‌ماند).

حمام

زمانی که خواستی بحمام بروی (و یا زیر دوش و یا وارد خزینه بشوی) و سرت درد نگیرد، موقع داخل شدن در حمام پنج مشت آب نیم گرم را بر سرت بریز که انشاءالله از دردسر و گیجگاه در امان خواهی بود و نیز گفته شده است: پنج مرتبه لازم است آب نیم گرم بر سر هنگام دخول در حمام ریخته شود.

بدان ای خلیفه، چنانکه آدمی دارای چهار طبیعت است حمام نیز دارای چهار خانه میباشد (و باید حمام چنین باشد) خانه اول سرد است و خشک، خانه دوم سرد است و مرطوب، خانه سوم گرم است و مرطوب و خانه چهارم گرم است و خشک (شاید منظور این باشد که این آثار در اثر استحمام در بدن حاصل میشود نه اینکه خود حمام و آب حمام دارای این خواص باشند).

باری، منفعت حمام عظیم است: حمام موجب اعتدال مزاج، پاک کننده

www.takbook.com

www.takbook.com

چرکها، نرم کننده‌ی عروق و اعصاب، قوی کننده اعضاء بدن مثل سر و دستها و پاها و رانها، آب کننده فضولات بدن وازبین‌برنده‌عفونت‌بدن‌میباشد.

اگر بخواهی که در بدنت دانه‌های ریز و آبله و دیگر زخمها ظاهر نشود باید که در آغاز دخول بحمام با روغن بنفشه بدنت را روغن مالی کنی.

اگر بخواهی واجبی و نوره استعمال کنی و دچار جراحتها و سوختگی پوست بدن نشوی باید که قبل از استعمال آن خود را با آب سرد بشوئی.

اگر بخواهی بحمام رفته نوره و واجبی بکشی باید که دوازده ساعت جلوتر از آن از آمیزش پرهیز کنی یعنی یک روز تمام، و لازم است در نوره مقداری صبر و اقاقیا و حفض (حفض عبارت است از عصاره برگ یا تخم گیاه خارناک که بر دو قسمت است یکی مکی و دیگری هندی) بریزی، بعد از این که همه‌ی اینها را با هم یا جدای از هم فراهم کردی مقدار کمی از آن را مورد استفاده قرار میدهی و نباید که چیزی از اینها را در نوره قرار بدهی مگر بعد از آن که نوره را در آب گرمی که بواسطه‌ی آن بابونه و مرزنجوش و گل بنفشه‌ی خشک تک تک یا با هم پخته شده و باندازه یک لیوان باشد مخلوط و آمیخته نمائی، و باید که زرنیخ باندازه یک ششم نوره باشد، و لازم است بعد از پایان نوره گردن بدن را با چیزی که بوی نوره را برطرف کند مالش نمود مانند برگ شفتالو و بن گل کاشیمه (کاجیره) و حنا و گل و سنبل تک تک یا با هم.

اگر کسی بخواهد که نوره بدن او را نسوزاند باید که آن را کمتر بهم بزند و در مالیدن ببدن کمتر بمالد تا حرارتش بیشتر نشود و بمنافذ پوست بدن زیادتر نفوذ نکند.

و باید که بعد از شستن آثار نوره از بدن، بدن را با مقداری از روغن گل مالش داد. اگر با همه این حال، باز خدای نکرده بدن بسوزد باید که مقداری عدس پوست کنده را کوبیده و در آب گل و سرکه مخلوط نموده و بجائی که مورد سوزش قرار گرفته است مالید که انشاءالله باذن خداوند شفا حاصل

www.takbook.com

www.takbook.com

میشود. آنچه باعث میشود که از آثار نوره مثل سیاه شدن و سوخته شدن پوست جلوگیری کرد این است که بر محل نوره مقداری سرکه انگور و ترش و روغن گل بخوبی مالیده شود.

سفارشهای عمومی بهداشتی

هر که بخواهد که دچار درد مثانه نشود نباید ادرار خود را نگهدارد اگرچه بر چهارپا و ماشین سوار باشد (در این صورت باید از مرکب پائین آمده و ادرار کند و سپس سوار شود).

هر که بخواهد که دچار ناراحتی معده نشود نباید میان خوردن غذا آب بخورد بلکه باید بعد از خوردن غذا آب بخورد، اگر میان خوردن غذا آب بخورد بدنش مرطوب شده و معده‌اش ضعیف گشته و رگهای بدن نمیتوانند نیروی طعام را جذب کنند، و هرچه در میان خوردن غذا مخصوصا در لقمه‌های اول آب خورده شود باعث میشود که غذا بخوبی هضم و حل نشده و روده‌ها و رگها بخوبی آن را جذب نکنند.

هر که بخواهد دچار سنگ کلیه و مثانه و حصر بول نشود نباید که موقع آمدن منی از آن جلوگیری کند، و نباید عمل آمیزش با زنان را طول بدهد.

هر که بخواهد از بیماری قسمت اسفل بدن محفوظ بماند و دچار درد بواسیر نشود باید که هر شب هفت دانه خرما را با روغن گاو مخلوط کرده و بخورد و میان دو کفل خود را با روغن خالص زنبق روغن مالی کند.

هر که بخواهد حافظه‌اش زیاد شود باید که هفت مثقال (هفت دانه) کشمش صبح ناشتا بخورد.

هر که بخواهد فراموشی او کمتر شده و حافظه‌اش خوب شود باید که در هر روزی سه قطعه زنجبیل مخلوط بعسل و آمیخته شده با خردل را با غذایش تناول کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

هر که بخواهد عقل و خردش افزون گردد باید که در هر روز سه دانه هلیله را با نبات تناول کند. اگر کسی بخواهد ناخنش شکسته و زرد نشود و دور ناخنش فاسد نگردد باید که ناخنش را در روز پنجشنبه بگیرد.

هر که بخواهد گوشش درد نکند باید که موقع خواب پنبه بر آن بگذارد.

هر که بخواهد در ایام زمستان از زکام محفوظ بماند باید که در هر روز سه لقمه عسل شهد بخورد (عسل که از مومش صاف و گرفته نشده است).

بدان ای خلیفه، برای عسل نشانه‌هائی است که بواسطه آنها عسل خوب از عسل نامرغوب شناخته میشود، باین طریق که عسلی که اگر جلوی بینی قرار داده شود انسان عطسه کند و عسلی که اگر چشیده شود دهان و زبان بسوزد آن عسل فاسد و کشنده میباشد (صاحب کتاب قانون در باب دواهای مفرده گوید: نوعی از عسل، سمی و سوزنده است. گوید: بوئیدن عسل سمی موجب از بین رفتن عقل میشود چه بماندبه‌خوردنش، سپس گوید: عسل سوزنده آن عسلی است که بوئیدنش موجب عطسه میشود و ممکن است یکباره عقل را زایل کند).

نباید بوئیدن نرگس را بتاخیر انداخت که از زکام در ایام زمستان مانع میشود و همچنین است بوئیدن سیاه دانه.

اگر انسان بخواهد در ایام تابستان از زکام محفوظ بماند باید که در هر روز یک خیار تناول کند و از نشستن در آفتاب پرهیز نماید.

هر که از دچار شدن بیماری و درد شقیقه (دردی که در وسط سر حاصل میشود) و بیماری شوصه (شکم پیچه و دردی که از درهم شدن رگها و تورم مجاب اصلاح و بادهای درون و شکم پدید می‌آید) بترسد نباید که خوردن ماهی تازه را در زمستان و تابستان بتاخیر اندازد.

هر که بخواهد تندرست و بدنش سبک و کم گوشت باشد باید که شبها غذای کم بخورد.

هر که بخواهد نافش درد نکند باید موقعی که سرش را روغن میمالد بر نافش

www.takbook.com

www.takbook.com

نیز روغن بمالد.

هر که بخواهد لبهایش شکافته نشود و با سور از او بیرون نیاید باید که ابرویش را با روغن سرش روغن مالی کند.

هر که بخواهد گوشها و زبان کوچک دهانش آویزان نشود نباید که چیز شیرین بخورد مگر که بعد از خوردن چیز شیرین دهانش را با سرکه غرغره کند.

هر که بخواهد دچار یرقان نشود نباید در تابستان وارد خانه بشود در اولین مرتبه‌ای که درب بازمیگردد و نباید در زمستان در هنگام صبح از خانه خارج شود در اولین مرتبه‌ای که درب خانه باز میگردد.

هر که بخواهد دچار باد در بدنش نشود باید هفته‌ای یکبار سیر بخورد.

هر که بخواهد دندانهایش فاسد نشود نباید چیزی شیرینی بخورد مگر بعد از آن که یک تکه نان بخورد.

هر که بخواهد غذایش هضم شود باید که بعد از خوردن غذا مدتی به پهلوی راست تکیه کرده سپس به پهلوی چپ بگردد سپس بخوابد.

هر که بخواهد بلغم از بدنش برطرف و کم بشود باید که صبح هر روز مقداری ادویه تند مثل زیره و فلفل سائیده تناول کند و زیاد بحمام رفته و با زنان همخوابگی کند و در آفتاب زیاد بنشیند و از غذای سرد اجتناب کند، که بلغم را از بین برده و آن را می‌سوزاند.

هر که بخواهد شعله و زبانه صفراء را خاموش کند باید که هر روز مقداری خرمای رطب سرد تناول کند و خود را راحت نگهدارد و کمتر حرکت نماید و زیاد نظر کند بکسی که دوست دارد.

هر که بخواهد سوداء را خاموش کند باید که قی کند و از رگهایش خون بگیرد و بنوره نمودن ادامه دهد.

هر که بخواهد بادهای سرد را از خود دور کند باید که حقنه کند و روغنهای نرم بر بدنش بمالد و بدن خود را با آب داغ در آبزن (وان) گرم کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

هر که بخواهد بلغم را از خود دور کند باید که صبح هر روز یک مثقال اطرفیل صغیر تناول کند.

بهداشت مسافر

بدان ای خلیفه، سزاوار است که مسافر در مسافرت از گرما پرهیز نماید در حالی که طعام خورده باشد و نباید شکمش خالی و گرسنه باشد، بلکه باید باندازه معتدل غذا بخورد، و نیز باید از غذای سرد مانند گوشت تازه و هلام (و آن طعامی است که از گوشت گوساله و گاو و گوسفند بعمل میاید باین صورت که گوشت با آب و نمک طبخ نموده و میگذارند تا آبش تمام شود، سپس سبزیجات خنک را در سرکه طبخ نموده و گوشت پخته شده را در آن قرار داده و تناول میکنند) و سرکه و روغن و آبغوره و مانند آنها از غذاهای سرد و خنک تناول کند.

بدان ای خلیفه، راه رفتن و حرکت در گرمای شدید برای بدنهای نحیف و لاغر در حالی که گرسنه باشند زیان‌آور است، ولی برای بدنهای چاق و فربه سودمند است.

اما درباره آب آشامیدنی مسافر باید گفت: مسافر نباید بهر منطقه و منزل و شهری که وارد میشود از آب آنجا بیاشامد مگر بعد از آن که آن آب را با آب منزل قبلی و یا با آبی که از شهر خود و منزل اول همراه داشته است مخلوط کند تا اختلاف هواها و آبها مزاج او را دگرگون نکند.

لازم است مسافر مقداری از خاک شهر خود را و یا از خاک جائی که در آنجا بزرگ شده است بهمراه داشته باشد و بهر منزلی که رسید مقداری از این تربت را در آب آشامیدنی خود بریزد و آن دوا را بخوبی بهم بزند تا در یکدیگر مخلوط شوند و سپس قبل از نوشیدن آن بگذارد آب بخوبی ته‌نشین و زلال و صاف شود و سپس بنوشند.

www.takbook.com

www.takbook.com

بهترین نوع آب آشامیدنی، آن آبی است که سرچشمه آن از جهت شرق و سفید و سبک باشد. عالیترین آب، آن آبی است که محل خروج آن از سمت مشرق خورشید تابستان باشد و سالمترین آب آشامیدنی آن آبی است که علاوه بر اوصاف مذکور، گذر آن از کوههای خاکی باشد زیرا که در زمستان خنک و در تابستان نرم کننده شکم بوده و برای کسانی که مزاج گرم دارند سودمند میباشد.

اما آبهای شور و آبهای سنگین موجب یبوست شکم میشوند. و آبهای برف و یخ و سرد برای بسیاری از بدنها نامناسب و زیان آور است، اما آبهای باران، سبک و صاف و گوارا بوده و برای مزاجها مفید میباشد در صورتی که در خزینه و سرچشمه زیاد باقی نمانده باشد. اما آبهای چاههای عمیق گوارا و نافع میباشد در صورتی که جریان آن ادامه داشته و در زمین زیاد باقی نمانده باشد. اما آبهای کویری و شوره‌زارها در تابستان غلیظ و گرم میباشد زیرا که زمان زیادی ثابت و راکد می‌ماند و زمان زیادی خورشید بر آن میتابد، و ممکن است که آشامیدن چنین آبهائی موجب حالت صفرائی و بیماری طحال بشود.

آداب آمیزش

آری ای خلیفه، تا این جا برای تو بیان کردم در این نامه آنچه را برای بهداشت تن آدمی کفایت کند و اکنون دستورات بهداشتی آمیزش را بر تو یادآور میشوم.

در زمستان و تابستان در اول شب با زنان آمیزش نکن زیرا که در این وقت معده و عروق و روده‌ها پر بوده و جماع با این حال نیکو نمیباشد و ممکن است عدم رعایت این دستورموجب قولنج وفلج وسکته خفیف ولرزش بدن و نقرس سنگ مثانه و کلیه و آمدن قطرات ادرار و فتق و ضعف چشم بشود، اگر خواستی جماع کنی باید که در آخر شب باشد زیرا که برای بدن سالمتر و برای

www.takbook.com

www.takbook.com

منعقد شدن نطفه فرزند موثرتر و برای ذکاوت فرزندی که ممکن است از این جماع متولد شود مفیدتر باشد.

و با زن جماع نکن مگر آن که با او بازی کرده و ملاعبه زیاد بنمائی و پستانهای او را بخوبی مالیده و فشار دهی، زیرا اگر این کار را انجام دادی شهوت بر او غلبه کرده و آب شهوتش تحریک و جمع میشود برای اینکه عمده‌ی آب شهوت زن از پستانهای او بیرون می‌آید، و در این حال است که آثار شهوت در چهره او ظاهر گشته و بامیزش تو رغبت پیدا میکند همانطور که تو باو رغبت داری. و با زنان آمیزش مکن مگر که در حال پاکی (از حیض و امثال آن) باشند.

پس زمانی که از آمیزش فراغت پیدا کردی باید که برنخیزی و ننشینی و باید به پهلوی راست بخوابی یا تکیه کنی و چون مقداری باین حالت‌باقی‌ماندی باید که از جایت برخاسته و بول کنی که انشاءالله از بیماری مثانه و کلیه محفوظ خواهی ماند، سپس باید غسل کرده و در همان زمان بنوشی از مومیائی با شربت عسل و یا بنوشی عسل خالص و صاف، که این روش باعث میشود آبی که از تو رفته است دوباره در تو تامین شود.

بدان ای خلیفه، بهترین زمان برای جماع با زنان زمانی است که قمر در برج حمل یا برج دلو باشد و بهتر از این زمان، زمانی است که قمر در برج ثور باشد زیرا که شرافت قمر در این برج است. باری هر که عمل کند باین دستوراتی که در نامه‌ام ذکر و بیان کردم در امان مانده و تندرست خواهد شد به حول و قدرت الهی، همانا خداوند است که عافیت میدهد بهر که بخواهد. سپاس و ستایش بر خداوند باد در اول و آخر و ظاهر و باطن.

اسفند ۱۳۶۶ - علی صحت - تهران

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش چهارم

خواص خوراکیها و نوشیدنیها

روایات این بخش از کتابهای:

وسائل الشیعه - وافی - خصال - مکارم‌الاخلاق

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

آب

امام صادق «ع» فرمود: آقای آشامیدنیهای بهشت آب است.

ابی طیفور طبیب گوید: به حضرت رضا «ع» وارد شدم و او را از آشامیدن آب نهی کردم. فرمود: ضرر آب چیست؟ که غذا را در معده حل می‌کند. صفراء را از بین می‌برد و غضب را فرو می‌نشاند و به عقل آدمی می‌افزاید و حرارت بدن را تسکین میدهد.

امام رضا «ع» فرمود: روی غذا آب زیاد خوردن مانعی ندارد.

امام صادق «ع» فرمود: از خوردن زیاد آب بپرهیز که ریشه‌ی همه‌ی بیماری‌هاست.

و فرمود: اگر مردم کمتر آب بیاشامند بدنشان پر استقامت گردد.

و فرمود: پیغمبر «ص» اگر غذای چرب تناول می‌فرمود کم آب میاشامید. پرسیدند: یا رسول‌الله «ص» کم آب می‌خورید؟ فرمود: برای هضم غذا بهتر است.

امام باقر «ع» فرمود: ایستاده آب آشامیدن گواراتر و سالمتر است.

امام صادق «ع» فرمود: ایستاده آب خوردن در روز غذا را هضم و گوارا می‌کند و در شب تولید زرد آب می‌کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: آب را به آرامی بمکید و آنرا نبلعید که بیماری کبد آورد.

www.takbook.com

www.takbook.com

آب جوش

امیرالمومنین «ع» فرمود: آب جوش از هر جهت سودمند است و هیچ ضرری ندارد.

و فرمود: هر کس به حمام درآید و سه کف آب گرم بیاشامد به آب و رنگش افزوده شود و بیماری‌اش برطرف گردد.

امام رضا «ع» فرمود: آب ولرم چون هفت جوش بزند و از ظرفی به ظرفی بریزد تب را می‌برد و به ساقها و پاها نیرو می‌بخشد.

آب سرد

امیرالمومنین «ع» فرمود: بر آدم تبدار آب سرد بریزید که حرارت تب را فرو می‌نشاند.

امام صادق «ع» فرمود: آب سرد حرارت را فرو می‌نشاند و صفرا را تسکین میدهد و غذا را در معده هضم می‌کند و تب را از بین می‌برد.

در بیان اطعمه و اشربه مبا حه بترتیب حروف معجم

(انگور)

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: چهار چیز است که از بهشت نازل شده یکی از آنها انگور است.

در حدیث دیگر فرمود: پیغمبری از پیغمبران خدا از غم و اندوه شکایت کرد خداوند امر فرمود که انگور بخور.

در حدیث دیگر فرمود: چون آب قمام شد و استخوانهای مردگان نمایان

www.takbook.com

www.takbook.com

شد حضرت نوح (ع) چون آنها را بدید سخت ناشکیبائی نمود و غمگین گشت خداوند وحی فرمود انگور سیاه بخور تا غمت زائل شود.

پیامبر «ص» فرمود: انگور را دانه دانه بخورید که گواراتر و هضم شونده‌تر است.

و فرمود: بهار امت من، انگور و خربزه است.

و فرمود: بهترین غذا نان است و بهترین میوه‌ها انگور.

و فرمود: نخل و انار و انگور از گل آدم است.

امیرالمومنین «ع» فرمود: انگور هم غذاست و هم خورش و هم شیرینی و هم میوه.

(انار)

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: پنج چیز از بهشت است یکی از آنها انار است. در حدیث دیگر فرمود: جمیع میوه‌ها صد و بیست رنگ است سید آنها انار است.

و حضرت امام محمد باقر و امام جعفر صادق علیهماالسلام فرمودند: میوه‌ئی روی زمین نیست که محبوب‌تر باشد نزد رسول خدا(ص) از انار و دوست میداشت که در وقت خوردن آن شریک نداشته باشد.

در حدیث دیگر وارد شده که از جمله چیزهائیکه حضرت آدم(ع) بفرزند خود هبه‌الله وصیت کرد آن بود که فرمود بر تو باد بخوردن انار.

و حضرت صادق علیه‌السلام میفرمود: هرچیز که میخورم دلم میخواهد کسی با من شریک شود جز در انار چون هیچ اناری نیست مگر آنکه در آن یک حبه از بهشت موجود است.

در حدیث دیگر فرمود: کسی که یکدانه انار بخورد چهل روز شیطان وسوسه را بیمار ساخته.

www.takbook.com

www.takbook.com

در حدیث دیگر فرمود: چون امیرالمومنین علیه‌السلام انار تناول میفرمود دستمال در زیر آن میافکند سبب سئوال کردند. فرمود: چون در انار چند حبه از بهشت میباشد. عرض شد یهود و نصاری و غیر ایشان از فرق کفار میخورند فرمود وقتی آنها بخورند خداوند ملکی فرستد که آن حبه‌ها را بر گیرند تا ایشان نخورند.

در حدیث دیگر فرمود: کسی که یکدانه انار ناشتا بخورد تا چهل روز قلبش نورانی گردد و در حدیث دیگر فرمود: انار را با پیهش بخورید که معده را دباغی و ذهن را زیاد کند و در حدیث دیگر فرمود: انار ترش برای شکم شایسته‌تر است.

و حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: کسی که روز جمعه یکدانه انار ناشتا بخورد تا چهل روز قلبش نورانی گردد.

و اگر دو دانه بخورد تا هشتاد روز و اگر سه دانه بخورد تا صدو بیست روز و دور شود از او وسوسه شیطان و کسی که دور شود از او وسوسه شیطان معصیت خدا نکند و کسی که معصیت خدا نکند خداوند داخل بهشتش کند.

در حدیث دیگر فرمود: خوردن انار شیرین آب کمر را زیاد و بچه را زیبا مینماید.

(انجیر)

از حضرت امام رضا علیه‌السلام منقول است که فرمود: انجیر بوی را برطرف و استخوان را محکم و موی را برویاند و بیماری را زائل کند و با بودن آن محتاج بدوائی نباشد و در حدیث دیگر فرمود: انجیر شبیه‌ترین چیزها است به نباتات بهشت.

برای رسول اکرم «ص» طبقی انجیر آوردند. حضرت به اصحاب فرمود: بخورید که اگر بگویم میوه‌ای از بهشت آمده این میوه است که میوه‌ای بی‌هسته

www.takbook.com

www.takbook.com

است، بخورید که بواسیر را قطع می‌کند و بیماری نقرس را سودمند است.

و فرمود: انجیر تازه و خشک بخورید که به نیروی جماع می‌افزاید و بواسیر را برطرف می‌کند و برای رطوبت و نقرس سودمند است.

(آلو)

از حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام منقول است که فرمود: آلوی تازه حرارت را خاموش و صفرا را ساکن میکند و خشگش خون را ساکن و درد مهلک را خارج مینماید.

اسفند

از امام صادق «ع» درباره اسفند و گندر سئوال شد. حضرت فرمود:

اما اسفند، ریشه‌ای از آن بزمین نشانیده نشود و شاخه‌ای از آن سر برنیارد مگر آنکه خداوند ملکی بر آن بگمارد تا آن را به آن کس که باید برسد یا خشک گردد و شیطان تا ۷۰ خانه از خانه‌ای که در آن اسفند است میگریزد و اسفند، شفای ۷۰ بیماری است که کمترین آنها جذام است. پس از خاصیت و مصرف آن غافل و محروم نمایند و اما گندر برگزیده‌ء انبیاء است و مریم از آن کمک می‌جست و هیچ دودی از دود آن زودتر به آسمان بالا نرود و دودش شیطان را میراند و مرض را دفع می‌کند، از آن محروم نمایند.

محمد بن حکم گوید:

پیغمبری به خداوند از جبن و ترسوئی امتش شکایت کرد، خداوند به وی وحی فرمود که: دستور ده تا اسفند بخورند که شجاعت را زیاد می‌کند.

بول

حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: بول شتر بهتر از شیر آن است و

www.takbook.com

www.takbook.com

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بول شتر شفاء هر دردیست که در جسد باشد.

برنج

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: چیزی از ناحیه شما بما نمیرسد که بهتر از برنج باشد.

در حدیث دیگر فرمود: خوب طعامی است برنج، روده‌ها را وسعت و بواسیر را قطع میکند و من حسرت اهل عراق را میبرم که ایشان برنج و آب سرد میخورند چون هر دو روده را وسیع و بواسیر را قطع می‌کند.

و در حدیث دیگر فرمود: خوب طعامیست برنج، من برای بیماران خودمان ذخیره میکنم.

در حدیث دیگر فرمود: خوب طعامیست برنج، ما بیماران خودمان را بان مداوا میکنیم.

امام صادق «ع» فرمود: هیچ چیز مانند برنج در بدن مسلمین وارد نشده که بیماری را از بدن بیرون می‌کشد.

و فرمود: برنج داروی خوبی است و طبیعت آن خنک است و از هر بیماری عاری می‌باشد.

رسول اکرم «ص» فرمود: بهترین غذای دنیا و آخرت گوشت و برنج است.

باقلا

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: خوردن باقلا ساقها را پر از مغز و مغز سر را زیاد و تولید خون تازه میکند.

و حضرت رضا صلوات‌الله علیه فرمود: خوردن باقلا ساقها را پر از مغز و سبب

www.takbook.com

www.takbook.com

تولید خون تازه میشود و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: باقلا را با پوستش بخورید که معده را دباغی میکند و در حدیث دیگر فرمود: باقلا مغز ساقها را پر میکند

به

حضرت امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خوردن به برای قلب ضعیف قوت است و معده را پاک و دهان را پاکیزه میکند و شخص ترسو را شجاع مینماید و رسول خدا «ص» فرمود: بخور به را که قلب را پاک و ترسو را شجاع کند.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: کسی که به خورد آبش پاکیزه و بچه‌اش نیکو میشود و رسول خدا صلی‌الله علیه و آله بجعفر فرمود: یا جعفر بخور به را که قلب را قوی و ترسو را شجاع نماید.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: کسی که به بخورد خداوند تا چهل روز زبانش را بحکمت گویا نماید و در حدیث دیگر فرمود: خداوند پیغمبری نفرستاد جز آنکه با او بوی به بود.

حضرت امام محمد باقر علیه‌السلام فرمود: به اندوه محزون را میبرد چنانکه دست عرق پیشانی را میبرد.

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: بر شما باد بخوردن به که آن قلب را جلا میدهد و غم سینه را میبرد.

در حدیث دیگر فرمود: بخور به را که سه فائده دارد دهان را پرگوشت بخیل را سخی، ترسو را شجاع میکند.

در حدیث دیگر فرمود: یا علی کسی که سه روز ناشتا به بخورد ذهنش را صاف کند و اندرونش را پر از حلم و علم نماید و از کید ابلیس نگه داشته شود.

رسول اکرم «ص» فرمود: به بخورید و بهم هدیه دهید که دیده را جلا دهد و

www.takbook.com

www.takbook.com

در دل درخت دوستی رویاند، به زنان آبستن به بدهید که فرزند را زیبایی بخشد و در روایت دیگر: اخلاق فرزند را نیکو گرداند.

امام رضا «ع» فرمود: برای پیامبر به آوردند، حضرت که خیلی دوست میداشت آنرا با دست قطعه کرد و خود میل فرمود و به مجلسیان نیز خورانید. بعد فرمود: بر شما باد به به، که دیده را بینایی دهد و اندوه را از دل ببرد.

و فرمود: به بخورید که عقل را زیاد می‌کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: به بخورید که دل را صفا دهد و خداوند هیچ پیامبری را نفرستاد جز آنکه به او به بهشت داد و نیروی چهل نفر باو افزود.

و فرمود: به بخورید که حافظه را زیاد می‌کند و خلط سینه را ببرد و فرزند را زیبا گرداند.

و فرمود: هر که سه روز ناشتا به بخورد حافظه‌اش زیاد شود و دلش از علم و حکمت سرشار گردد و از کید شیطان در امان ماند.

بالنگ

ابراهیم بن عمر یمانی خدمت حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: ایشان گمان میکنند که بالنگ ناشتا بهتر است فرمود: اگر قبل از طعام بهتر باشد بعد از طعام دو مقابل بهتر است.

حضرت صادق علیه‌السلام بشخصی فرمود: اطباء شما در بالنگ شما را بچه چیز امرتان میکنند؟ عرض کرد که امر میکنند که قبل از طعام بخوریم، حضرت فرمود: من امر میکنم که بعد از طعام بخورید.

در حدیث دیگر فرمود: بالنگ را بعد از طعام بخورید چون آل محمد صلوات‌الله علیهم این کار را میکردند.

و حضرت امام رضا علیه‌السلام فرمود: نان خشگ بالنگ را هضم میکند.

www.takbook.com

www.takbook.com

بادنجان

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بخورید بادنجان را که درد را میبرد و دردی ندارد.

امام علی‌النقی علیه‌السلام ببعض کارگرانش فرمود: برای ما بادنجان زیاد بیاور که آن گرم است در وقت حرارت و سرد است در وقت برودت و معتدل است در جمیع اوقات و خوب است در هر حال.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بادنجان برای سودا نیکو است.

در حدیث دیگر فرمود: چون رطب را درک نمائی و انگور برسد ضرر بادنجان میرود.

امام صادق «ع» فرمود:

بر شما باد به خوردن بورانی بادنجان که دارو است و موجب ایمنی از برص می‌باشد و هم چنین سرخ شده آن در روغن زیتون.

از امام صادق «ع» روایت است که: در برابر حضرت زین‌العابدین، بادنجان پخته شده در روغن زیتون بود و امام آنرا میل می‌فرمود در حالیکه چشم حضرت ورم کرده بود. راوی پرسید: این غذا را می‌خورید که چون آتش است؟ حضرت فرمود: ساکت باش، پدرم از جدش حدیث کرد که: بادنجان چربی زمین است و در هر شکمی که وارد شود بدان نفع میدهد و شفا می‌بخشد.

پنیر

راوی گفت از حضرت صادق علیه‌السلام سئوال کردم از پنیر فرمود: مرض است دوا در آن نیست. پس چون شب شد وارد بر حضرت شدم دیدم در سفره پنیر هست عرض کردم: فدایت شوم صبح از پنیر سئوال کردم بمن فرمودید پنیر درد است دوا در آن نیست و اکنون در سفره مشاهده میکنم فرمود: صبح

www.takbook.com

www.takbook.com

مضر و شب نافع است و آب کمر را زیاد میکند.

در حدیث دیگر فرمود: پنیر و گردو هر وقت با هم جمع شوند در هر کدام شفا است و چون جدا شوند در هر کدام درد است.

و در حدیث دیگر فرمود: خوب لقمه‌ایست پنیر، دهان را شیرین و بوی را نیکو کند و طعام را لذیذ نماید و کسی که اول ماه پنیر بخورد امید میرود که حاجتش رد نشود.

امام صادق «ع» فرمود:

پنیر، قضای قبل را هضم می‌کند و اشنها را برای بعد زیاد می‌نماید.

و فرمود: خوردن گردو در شدت گرما، دمل ایجاد می‌کند و در زمستان کلیه‌ها را گرم می‌نماید و برودت را دفع می‌کند.

پیاز

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: پیاز تخمه را خوب میکند و بلغم را میبرد و قوه جماع را زیاد میکند.

و در حدیث دیگر فرمود: پیاز هم را میبرد و پی را محکم میکند و قوه راه رفتن و جماع را زیاد مینماید و تب را زائل میکند.

و در حدیث دیگر فرمود: بخورید پیاز را که دارای سه خصلت است تخمه را خوب و لثه را محکم و قوه جماع را زیاد میکند.

و در حدیث دیگر فرمود: پیاز تخمه را خوب و کمر را محکم و پشت را رقیق میکند. رسول خدا «ص» فرمود: چون داخل شهری شوید پیازش را بخورید که وباء آن شهر را از شما دور کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

پیه

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: پیه گاو شفا است.

در حدیث دیگر فرمود: کسی که یک لقمه پیه بخوردبه‌قدر آن بیماری از بدنش خارج شود.

زراره از حضرت صادق «ع» سئوال نمود: کدام پیه است که بمقدار خودش درد را خارج میکند؟ فرمود: پیه گاو و الخ.

و حضرت امام محمد باقر علیه‌السلام فرمود: کسی که یک لقمه پیه در شکم خود داخل کند مانند آن را درد خارج کرده

تریت

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بر تو باد بتریت که من نیافتم چیزیرا که موافق‌تر باشد از آن (۱)

و رسول خدا(ص) فرمود: خدایا برکت بده بامت من در تریت.

در حدیث دیگر فرمود: تریت برکت است.

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: از بالای تریت نخورید و از اطرافش بخورید که برکت در بالای آن است.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: تریت طعام عرب است

تخم‌مرغ

ابو حسنه جمال گوید: شکایت کردم خدمت حضرت موسی بن جعفر(ع) از کسی‌اولاد فرمود: استغفار کن خدا را و تخم را با پیاز بخور.

---

۱ ـ تریت نانیست که در آب گوشت خورد کنند.

www.takbook.com

www.takbook.com

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: پیغمبری از پیغمبران بخدا از کمی اولاد شکایت نمود خطاب آمد گوشت را با تخم بخور.

موسی بن بکر گوید: شنیدم حضرت کاظم علیه‌السلام میفرمود: خوردن تخم اولاد را زیاد میکند.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: زردی تخم سبک و سفیدیش سنگین است.

علی بن محمد بن اشیم گوید: به حضرت رضا «ع» شکایت کردم که به غذا اشتهای کامل ندارم. فرمود: زرده تخم مرغ بخور. خوردم و نافع واقع شد.

امام ششم فرمود: هر کس فرزند ندارد، تخم مرغ زیاد بخورد.

امام علی «ع» فرمود: پیامبری از کمی نسل امتش به خدا شکایت برد، خداوند عزوجل فرمود: نان را با تخم مرغ بخورند.

تره تیزک

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: تره تیزک مال بنی‌امیه است در حدیث دیگر فرمود: تره تیزک موجب خوره میشود.

امام صادق «ع» فرمود:

هر که شب جیر جیر (تره تیزک) بخورد رگ و عرق جذام از بینی او زده شود.

و فرمود:

خوردن جیر جیر در شب برص آورد.

تخم شربتی

امام صادق «ع» فرمود:

هر که تب کند و همان شب به وزن دو درهم تخم شربتی بخورد از بر شام

www.takbook.com

www.takbook.com

امان بماند.

تربچه

حضرت صادق علیه‌السلام به حنان فرمود: یا حنان بخور تربچه را که در آن سه خصلت است برگش باد را برطرف میکند. مغزش بول را جاری سازد، بیخش بلغم را قطع کند.

در حدیث دیگر فرمود: بیخ تربچه بلغم را قطع کند. مغزش غذا را هضم دهد. برگش بول را بتندی جاری نماید.

امیرالمومنین علی «ع» فرمود:

تربچه، ریشه‌اش بلغم را ریشه کن می‌کند و غذا را هضم می‌نماید و برگش ادرار آور است.

تره

موسی بن بکر گفت: برای حضرت کاظم علیه‌السلام غلامی بود مبتلا بمرض سپرز، حضرت فرمود: سه روز تره باو بخورانید. چون این کار کردیم خون ایستاد و خوب شد.

یونس بن یعقوب گفت: دیدم حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام تره را از بیخ میکند و میشست و میل میفرمود.

از حضرت صادق علیه‌السلام سئوال از تره شد فرمود: بخور آن را که دارای چهار خصلت است. بوی خوش، و باد را زائل، و بواسیر را قطع کند و هر کس مداومت بر خوردنش نماید امان از خوره میشود.

حنان بن سدید گفت: با حضرت صادق علیه‌السلام سر سفره بودم و من میل بکاسنی نمودم حضرت فرمود یا حنان چرا تره نمیخوری؟ عرض کردم برای آن خبریکه از شما درباره کاسنی رسیده. فرمود: چه رسیده؟ عرض کردم: از شما روایت کنند که فرموده‌اید: هر روز یکقطره از بهشت روی کاسنی میبارد.

www.takbook.com

www.takbook.com

فرمود روی تره هفت قطره میبارد. عرض کردم: چگونه بخورم؟ فرمود: بیخش را بخور و سرش را بینداز

چغندر

حضرت صادق «ع» فرمود: خداوند خوره را از یهود بواسطه خوردن چغندر و خارج کردن رگها از گوشت برطرف نمود.

حضرت موسی بن جعفر(ع) فرمود: خوب سبزیست چغندر.

حضرت رضا صلوات‌الله علیه فرمود: بخورانید به مریضهای خود برگ چغندر را که در آن شفاست و دردی با آن نیست و مضرت ندارد و بیمار را بخواب راحت میاندازد و اصلش سودا را بحرکت آورد. در حدیث دیگر فرمود: چغندر رگ خوره را قطع کند..

و در حلیه روایت کند که داخل شکم صاحب ذات‌الجنب (سینه پهلو) نشده چیزی مثل برگ چغندر.

امام رضا «ع» فرمود:

بر شما باد به چغندر که در کنار نهری در بهشت میروياند و در آن داروی هر دردی است و اعصاب را قوی می‌کند. حرارت خون را فرو می‌نشاند و استخوان را ستبر می‌سازد و اگر دستهای خطاکار به آن نمیرسیدبرگش یک مرد را می‌پوشید.

امام صادق «ع» فرمود:

چغندر موجب ایمنی از جذام است.

حلیم

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: بر شما باد بخوردن حلیم که تا چهل روز انسان را برای عبادت بنشاط آورد و آن از مائده‌هائیست که برای رسول خدا صلی‌الله

www.takbook.com

www.takbook.com

علیه و آله نازل شد.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: پیغمبری بخدا از ضعف و کمی جماع شکایت نمود خداوند امرش فرمود بخوردن حلیم.

رسول خدا(ص) فرمود: پیغمبری بخدا از کمردرد شکایت نمود خداوند امرش فرمود بخوردن حلیم.

در حدیث دیگر فرمود: جبرئیل مرا امر نمود بخوردن حلیم تا پشتم محکم و بر عبادت پروردگارم قوی شوم.

حلوا

از حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام منقول است که فرمود: ما و شیعیان ما خلق شده‌ایم از شیرینی پس ما دوست داریم حلوا را.

و از حضرت امام محمد باقر علیه‌السلام منقول است که فرمود: کسی که نخواسته باشد از ما حلوا را شراب را خواسته (۱)

خرما

حضرت زین‌العابدین علیه‌السلام مرد خرماخور را دوست میداشت بجهت آنکه رسول خدا(ص) خرما را دوست میداشت.

سلیمان جعفری گوید: داخل بر امام رضا علیه‌السلام شدم نزدش خرمای برنی(۲) دیدم و او جدیت تامی در خوردنش داشت بمن فرمود: یا سلیمان نزدیک شو و میل کن نزدیک رفته و خوردم و عرض کردم فدایت شوم این

---

۱ ـ صاحب وافی فرموده سببش آن است که شراب خور رغبتی در حلوا نمیکند.

۲ ـ یک قسمی از خرما است.

www.takbook.com

www.takbook.com

خرما را با میل میخورید فرمود: بلی دوستش میدارم. گفتم برای چه؟ فرمود: برای آنکه رسول خدا و علی و حسن و حسین و زین‌العابدین و امام محمد باقر و امام صادق و پدرم دوست میداشتند و منهم دوست میدارم و شیعیان ما دوست میدارند چون ایشان از گل ما خلق شده‌اند و دشمنان ما ای سلیمان مسکر را دوست دارند چون خلق شده‌اند از آتش بی‌دود.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بهترین خرمای شما برنی است درد را میبرد و دردی در آن نیست و خستگی را برطرف میکند و ضرری ندارد و بلغم را زائل میکند و با هر خرمائی ثوابیست.

امیرالمومنین(ع) فرمود: ما نزد رسول خدا صلی‌الله علیه و آله بودیم جماعتی از عبدالقیس وارد و سلام کردند و یک جلت خرما خدمت حضرت نهادند حضرت فرمود: صدقه است یا هدیه. عرض کردند: هدیه است. فرمود از کدام قسم است؟ عرض کردند: برنی است. فرمود: این جبرئیل است مرا خبر میدهد که در این خرما نه خصلت است. بوی دهان را پاکیزه معده را پاک طعام را هضم قوه گوش و چشم را زیاد، کمر را قوی نماید. شیطان را دیوانه و دورش کند. و موجب قرب خداوند گردد.

امام صادق «ع» فرمود: هر کس ناشتا هفت دانه عجوه عالیه (قریه‌ای است نزدیک مدینه) بخورد در آن روز هیچ زهر یا سحر یا شیطانی به او زیان نرساند.

پیامبر «ص» فرمود: هر کس صبح را با خوردن ده دانه خرما (عجوه) آغاز کند در آن روز هیچ سحر و سمی به او ضرر نرساند.

رسول اکرم «ص» فرمود: خرما را ناشتا بخورید که کرم (انگل) را می‌کشد.

و فرمود: زن را در ماهی که می‌زاید (ماه آخر حاملگی) خرما بخورانید که فرزندش بردبار و پاکدامن خواهد بود.

امام صادق «ع» فرمود: زنانتان را در حاملگی خرما بدهید تا فرزندانتان خوشگل شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

خربزه

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خربزه پیه زمین است مرض و فسادی در آن نیست و دارای ده خصلت است (بمنزله) طعام است (بمنزله) شراب است میوه است، ریحان است، حلوا است، (بمنزله) اشنان است، خورش است. «بمنزله» خطمی است «بمنزله» سبزیست، «بمنزله» دوا است حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بخورید خربزه را که در آن بیست خصلت است (من جمله) پیه زمین است، مرضی در آن نیست، خوردنیست، آشامیدنیست، میوه است، ریحان است، اشنان است، خورش است، قوه جماع را زیاد کند، مثانه را بشوید، بول را جاری سازد.

در حدیث دیگر فرمود: خربزه ناشتا خوردن موجب فلج است.

خرفه

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: سبزیی روی زمین نیست که اشرف و نافع‌تر باشد از خرفه و آن سبزی حضرت فاطمه است پس از آن فرمود خدا لعنت کند بنی‌امیه را که آن را بقله الحمقاء نامیدند برای آن بغضی که با ما و دشمنیی که با حضرت فاطمه علیهاالسلام داشتند.

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله روی ریگ‌زار بسیار گرم راه رفته پای مبارکش اذیت شد چون روی خرفه راه رفتند خوب شد آنوقت دعا فرمودند و بسیار دوست داشتند و میفرمودند چه سبزی با برکتی است.

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: بر شما باد بخرفه که اگر چیزی عقل را زیاد کند همانا خرفه است. حضرت صادق(ع) فرمود: خرفه سبزی حضرت فاطمه علیهاالسلام است.

www.takbook.com

www.takbook.com

خردل

رسول اکرم «ص» فرمود:
خردل دوای هر دردی است و ورم و ضربان قلب به هیچ چیز مانند آن معالجه نشود.

خیار

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: رسول خدا(ص) خیار را با نمک میخورد.
در حدیث دیگر فرمود: چون خیار بخورید از پائین آن بخورید که آن موجب برکتش میشود.

روغن

رسول خدا «ص» فرمود: بخورید روغن زیت را و خود را بان چرب کنید که آن از درخت با برکت است.
و از وصیتهای حضرت آدم(ع) به پسرش هبه‌الله آن بود که فرمود: بخور روغن زیتون را که آن از درخت مبارکیست.
حضرت صادق(ع) فرمود: روغن زیتون باد را برطرف کند.
رسول خدا(ص) فرمود: زیت روغن ابرار و خورش اخیار است.
حضرت صادق(ع) فرمود: روغن زیتون آب کمر را زیاد کند.
رسول خدا «ص» در وصیت خود بامیرالمومنین فرمود: یا علی بخور روغن زیت را و بر خود بمال که هر کس این کار کند تا چهل روز شیطان نزدیکش نرود.
حضرت صادق(ع) فرمود: روغن زیت طعام متقین و پرهیزکاران است.
امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: روغن گاو شفا است.

www.takbook.com

www.takbook.com

در حدیث دیگر فرمود: روغن کنجد دوا است. و در تابستان بهتر از زمستان است. و چیزی داخل شکم نمیشود که مثل آن باشد.

صادق آل محمد(ص) فرمود: خوب خورشی است روغن کنجد.

در حدیث دیگر فرمود: چون مرد به پنجاه سالگی برسد باید نخوابد در حالی که روغن کنجد در شکمش باشد. یعنی کنجد برای شخص پیر خوب نیست.

حماد بن عثمان گفت: نزد حضرت صادق(ع) بودم که پیرمردی از اهل عراق وارد شد حضرت فرمود: سبب چیست کلام تو متغیر است عرض کرد: دندانهای پیشینم افتاده. حضرت فرمود: منهم بعض دندانهایم افتاده حتی آنکه شیطان وسوسه میکند و میگوید اگر باقی دندانهایت بیفتد با چه چیز طعام میخوری. میگویم لاحول ولا قوت الا بالله پس از آن فرمود بر تو باد به تربت که آن شایسته است و دوری کن از روغن کنجد که آن بحال پیرمردان ملایم نیست.

ریحان کوهی

حضرت صادق(ع) فرمود: ریحان کوهی سبزی انبیا است و در آن هشت خصلت است. گوارا، سدها را باز، نفس را طیب، باد را پاکیزه، طعام را لذیذ، بیماری را به آسانی خارج، و امان از خوره است و چون در شکم انسان استقرار پیدا کند تمام بیماریها را زائل کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: هر که ریحان کوهی بخورد خداوند به ملائکه دستور میدهد تا صبحگاه برایش حسنه بنویسند.

از حضرت موسی بن جعفر «ع» آمده که: بر سر سفره ریحان طلبید و فرمود: من دوست دارم که غذا را به آن شروع کنم که عروق را می‌گشاید و اشتها را زیاد می‌کند و سل را معالجه می‌نماید و اگر غذا را به آن آغاز کنم برایم مهم

www.takbook.com

www.takbook.com

نیست که چه غذایی بعد از آن بخورم که دیگر از هیچ بیماری و رنجی نمی‌ترسم و چون غذا تمام شد باز هم ریحان طلبید و برگهای آنرا از اطراف سفره جمع میکرد و میل می‌فرمود و بما میداد و می‌فرمود: غذا را با این ختم کنید که آنچه خورده‌اید هضم می‌کند و برای غذای بعد اشتها می‌آورد و سنگینی معده را برطرف می‌کند و دهان را خوشبو می‌سازد.

زردک

حضرت صادق «ع» فرمود: خوردن زردک (جزر) قلها «گرده» را گرم و ذکر را برمیخیزاند.

در حدیث دیگر فرمود: زردک امان از قولنج و بواسیر و کمک بر جماع است. حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: خوردن زردک گرده را گرم و ذکر را بلند میکند. راوی گفت دندان ندارم چگونه بخورم فرمود یاتش بپز

زیره

روایت است که نبی اکرم «ص» جوارش و پونه و سیاه دانه می‌طلبید و چون شیر یا غذای سنگینی میل میکرد از آن استفاده می‌نمود و میفرمود: اگر آن را صبحگاه بخورم از خوردن هیچ غذا بیم نخواهم داشت. و میفرمود: زیره معده را قوی و بلغم را قطع می‌نماید و از لقوه (لرزش دهان و صورت) جلو می‌گیرد.

زیتون

از صحیفه‌الرضا «ع»، پیغمبر «ص» فرمود: بر شما باد به زیتون که سوداء را مغلوب کند و بلغم را برطرف نماید و اعصاب را محکم و قوی گرداند و ضعف

www.takbook.com

www.takbook.com

و ثقل را از معده می‌برد و اخلاق را نیکو می‌سازد و اندوه را از میان برمیدارد.

و حضرت فرمود: زیتون غذای خوبی است. دهان را خوشبو می‌گرداند و بلغم را می‌برد. رنگ رخساره را صفا و روشنی می‌بخشد. اعصاب را قوی می‌سازد و رنج و درد را برطرف می‌کند و آتش غضب را فرو می‌نشاند.

سرکه

رسول خدا «ص» فرمود: خوب خورشی است سرکه فقیر نمیشود خانه‌ای که سرکه در آن باشد. حضرت صادق(ع) فرمود: فقیر نمیشود خانه‌ای که‌سرکه‌در آن باشد.

در حدیث دیگر فرمود: بهترین خورشها نزد رسول خدا(ص) سرکه بود.

در حدیث دیگر فرمود: سرکه خمر (۱) حیوانات در شکم را میکشد و دهان را محکم میکند.

در حدیث دیگر فرمود: سرکه خمر لثه و عقل را محکم میکند و حیوانات شکم را میکشد و خورش قرار دادن سرکه شهوت زنا را قطع میکند و باید اول غذا ابتدا بنمک و آخر آن بسرکه شود.

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خوب خورشی است سرکه سودا را میکشد و صفرا را خاموش میکند و قلب را زنده مینماید.

حضرت رضا علیه‌السلام فرمود: سرکه ذهن را محکم و عقل را زیاد میکند.

سیب

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: سیب معده را جلا میدهد.

---

۱ ـ در وافی فرموده سرکه خمر آن است که آب انگور صاف کرده را قدری سرکه داخل و در آفتاب گذارند تا سرکه شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

در حدیث دیگر فرمود: سیب سبز تب را میبرد. و حرارت را ساکن میکند.

حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: سیب برای سم و سحر و جنونیکه از جن برسد و بلغمی که غالب باشد نافع است و چیزیکه نفعش مثل سیب سریع باشد نیست.

زیاد قندی گفت: با برادرم داخل مدینه بودم. مردم مبتلا بخون دماغ شدند و طوری بود که اگر کسی دو روز خون دماغ میشد میمرد بمنزل رفتم دیدم برادرم سیف نام خون دماغ شده خدمت حضرت موسی بن جعفر(ع) شتافتم چون خدمت حضرت رسیدم فرمود یا زیاد به سیف سیب بخوران چون این عمل کردم خوب شد.

ابن بکیر گفت: سالی در مدینه مبتلا بخون دماغ شدم بعض اصحاب از حضرت صادق علیه‌السلام سئوال کردند از چیزی که جلوگیر آن باشد فرمود قاویت سیب بخورانید چون قاویت سیب بمن خورانیدند خوب شدم.

حضرت صادق(ع) فرمود: نمیشناسم برای سمومات چیزیکه نافع‌تر باشد از قاویت سیب.

در حدیث دیگر فرمود: ما اهل بیت مداوا نمیکنیم تب را جز باب سرد و خوردن سیب.

در حدیث دیگر فرمود: به تب‌داران خود سیب بخورانید که چیزی نافع‌تر از آن نیست.

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: سیب بخورید که معده را دباغی میکند.

حضرت صادق(ع) فرمود: بخور سیب را که حرارت را خاموش و شکم را سرد و تب را میبرد و در حدیث دیگر فرمود وبا را میبرد.

حضرت باقر(ع) فرمود: چون بخواهی سیب بخوری اول ببوی و بعد بخور که اگر این کار کنی هر مرض و بادیرا از بدن تو خارج کند.

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: نه چیز موجب فراموشی است یکی خوردن سیب ترش است.

www.takbook.com

www.takbook.com

سلیمان در ستویه گوید: بر حضرت صادق(ع) وارد شدم و سیبی سبز در جلوی حضرت بود. عرضه داشتم: جانم فدایت، این چیست؟ فرمود: ای سلیمان، دیشب تب شدیدی عارضم شد. این سیب برایم فرستاده شد که به آن حرارت تن فرو نشیند و امعاء درون بدن خنک گردد و تب بریده شود. و در حدیث دیگر است که: سیب ترش فراموشی آرد، از آنرو که در معده چسبندگی ایجاد می‌کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: سیب را ناشتا بخورید که رطوبت معده را می‌برد.

سنجد

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: سنجد گوشتش گوشت میرویاند و پوستش پوست و استخوانش استخوان و گرده (قلوه) را گرم و معده را دباغی و بواسیر و تقطیر بول را امان است و ساقها را قوی و رگ خوره را قطع میکند.

از صحیفه‌الرضا: پیامبر «ص» بر علی «ع» وارد شد درحالیکه تب داشت. حضرت دستور داد سنجد میل کند.

سیر

از حضرت صادق(ع) سئوال شد از سیر. فرمود: رسول خدا(ص) نهی فرمود از آن برای بویش پس فرمود هر کس بخورد این سبزی خبیث را نزدیک مسجد ما نیاید و اما اگر بخورد و به مسجد نیاید باکی نیست.

در بعض اخبار وارد شده که هر کس سیر بخورد باید نمازش را اعاده دهد ولی علما رضوان‌الله علیهم حمل بر کراهت نموده‌اند پس واجب نیست اعاده نماز.

حضرت علی «ع» فرمود:

www.takbook.com

www.takbook.com

پیامبر «ص» فرمود: سیر بخورید و به آن مداوا کنید که داروی هفتاد بیماری است.

و از آن حضرت «ص»: سیر را جز پخته خوردن صلاح نیست.

سعد

ابراهیم بن نظام گوید: در سفری دزدان مرا گرفتند و در دهانم پالوده داغ ریختند چنانکه تاول زد. بعد با برف پر کردند چنانکه دندانهایم توخالی شد. حضرت رضا «ع» را در خواب دیدم و به او شکایت کردم. فرمود: سعد مصرف کن که دندانهایت محکم شود. وقتی حضرت به خراسان می‌آمد شنیدم که از نزدیک ما می‌گذرد. به استقبالش شتافتم و بر او سلام کردم و حال خودم را به وی عرضه داشتم که شما را در خواب دیدم. فرمود: اکنون در بیداری تو را همان چیز امر می‌کنم. چنان کردم و دندانهایم محکم گردید.

سنا

رسول اکرم «ص» فرمود:

بر شما باد به سنا و به آن مداوا کنید. اگر چیزی مرگ را بگرداند سنا است.

امام صادق «ع» فرمود:

اگر مردم خاصیت سنا را بدانند، هر مثقالش را به یک مثقال طلا می‌خریدند که از لکه‌های بدن، برص، جذام، جنون، فلج، لقوه امان می‌بخشد و با مویز سرخ بی‌هسته خورده شود و به اندازه مساوی هلیله زرد و سیاه به آن افزوده گردد و ناشتا به وزن سه درهم بخور و چون به بستر روی همین مقدار بخور که این سید دواها است.

www.takbook.com

www.takbook.com

سیاه دانه

سعد گوید: رسول اکرم «ص» فرمود:

در این دانه سیاه شفاء هر دردی جز سام نهفته است. پرسیدم: سام چیست؟ فرمود: سیاه دانه. پرسیدم: چگونه مصرف کنیم؟ فرمود: یازده دانه از آن بردارید و در پارچه‌ای بریزید و یکشب در آب بخوابانید. فردا صبح یک قطره در بینی راست و یک قطره در بینی چپ بریزید. در روز دوم دو قطره در بینی راست و یک قطره در بینی چپ بچکانید و در روز سوم در بینی راست یک قطره و در بینی چپ دو قطره بچکانید و دانه‌ها را هر روز تازه کنید.

محمد بن ذریح گوید: به حضرت صادق «ع» عرضه داشتم که شکمم درد و صدا می‌کند. فرمود: چرا سیاه دانه نمی‌خوری؟ که در آن شفاء همه بیماریهاست.

مفضل گوید:

به امام صادق «ع» شکایت کردم که وقت بول، ناراحتی و سوزش احساس می‌کنم.

فرمود:

در آخر شب سیاه دانه بخور.

و همان حضرت «ع» فرمود:

در سیاه دانه، شفای هر بیماری است، و ما از آن برای تب، سر درد، ورم چشم، درد معده و هر دردی استفاده می‌کنیم و بوسیله آن از خدا شفا می‌گیریم.

شیر

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: شیر گاو دوا است.

رسول خدا(ص) هر وقت شیر میخورد میفرمود: خدایا برکت بده بما در این و

www.takbook.com

www.takbook.com

زیادش کن.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: شیر طعام پیغمبران مرسل است.

مردی گفت من شیر خوردم ضرر زد حضرت صادق(ع) فرمودند: بخدا با چیزی خورده‌ای که آن چیز ضرر زده گمان کرده‌ای شیر ضرر زده.

مردی گفت من بدنم ضعیف شده حضرت صادق(ع) فرمود: بر تو باد به شیر که گوشت را میرویاند و استخوان را محکم میکند.

حضرت موسی بن جعفر(ع) فرمود: اگر کسی شیر بخورد و بگوید ای خدا من شیر خوردم برای آنکه پیغمبر تو دوست میداشت هیچ ضرری باو نرسد.

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: شیر گاو دوا است در حدیث دیگر فرمود: شفا است.

حضرت امام محمد باقر علیه‌السلام فرمود شیر گوسفند سیاه بهتر است از گوسفند سرخ و شیر گاو سرخ بهتر است از گاو سیاه.

شکر

موسی بن بکر گفت: حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام در غالب اوقات وقت خواب شکر میخورد.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: شکر نافع هر چیزیست و ضرری از هیچ جهت ندارد.

در حدیث دیگر فرمود: اگر کسی هزار درهم داشته باشد و غیر از آن چیزی نداشته باشد و همه را شکر بخرد اسراف نکرده.

شلغم

حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: بر تو باد به خوردن شلغم که احدی

www.takbook.com

www.takbook.com

نیست مگر آنکه در او رگ خوره هست و شلغم آن را آب میکند.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: احدی نیست مگر آنکه در او رگی از خوره هست پس بشلغم آبش کنید.

در حدیث دیگر فرمود: بر شما باد بشلغم پس بخورید آن را و مداومت کنید بر آن و پنهان کنید جز از اهلش چون هیچ کسی نیست مگر آنکه در او رگی از خوره هست پس آبش کنید بخوردن شلغم.

عسل

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: مردم طلب شفا نکرده‌اند بچیزیکه مانند عسل باشد (یعنی از همه چیز بهتر است).

حضرت امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: لیسیدن عسل شفا هر دردیست.

حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: مریضی طلب شفا نکرده که مانند عسل باشد.

و در بعض اخبار دارد که لیسیدن عسل شفا و خوردنش حکمت است.

امام رضا «ع» فرمود: هر کس آب کمرش دگرگونی یابد شیر مخلوط به عسل او را نافع باشد.

رسول اکرم «ص» فرمود: هر که ماهی یک بار به قصد آنچه در قرآن آمده عسل بخورد، از ۷۷ درد و بیماری عافیت یابد.

و فرمود: هر که امان میخواهد، عسل بخورد.

و فرمود: عسل چه خوب خوردنی است، نیروی دل را حفظ می‌کند و سردی سینه را می‌برد.

امام علی «ع» فرمود: سه چیز حافظه را زیاد می‌کند و بلغم را از بین می‌برد: قرآن، عسل، کندر.

و فرمود: عسل داروی هر بیماری است و در خود آن هیچ بیماری وجود

www.takbook.com

www.takbook.com

ندارد، بلغم را کم می‌کند و قلب را جلا میدهد.

رسول اکرم «ص» فرمود: پنج چیز فراموشی را برطرف می‌کند و به حافظه می‌افزاید و بلغم را از بین می‌برد: مسواک، روزه، خواندن قرآن، غسل، کندر.

عدس

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خوردن عدس قلب را نازک و اشگ را جاری سازد.

شخصی از بنی اسرائیل از قساوت قلب و کمی اشگ شکایت نمود از طرف خداوند وحی شد که عدس بخور چون خورد قلبش نازک و اشگش جاری شد.

شخصی خدمت رسول خدا(ص) از قساوت قلب شکایت کرد حضرت فرمود: بر تو باد بخوردن عدس که قلب را نازک و اشگ را جاری میسازد.

محمد بن فیض گفت نزد حضرت صادق «ع» شوربای عدس خوردم و عرض کردم فدایت شوم اینها میگویند هشتاد پیغمبر برای عدس دعا کردند فرمود دروغ گفته‌اند بیست پیغمبر هم نبودند.

رسول خدا(ص) در وصیتش بامیرالمومنین (ع) فرمود: یا علی بر تو باد بعدس که آن مبارک و مقدس است. قلب را نازک و اشگ را زیاد میکند.

عناب

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: عناب تب را میبرد. در حدیث دیگر فرمود: فضیلت عناب بر میوه‌ها مثل ما است بر مردم در تحفه فرموده عناب بهترین او، رسیده بالیده(۱) شیرین است و خشک او بهتر از تازه است و معتدل در حرارت و برودت و مایل برطوبت و قوتش تا دو سال باقیست و ملین احشاء و

۱ ـ بالیده یعنی برگوشت.

www.takbook.com

www.takbook.com

مسهل اخلاط رقیقه و منضج غلیظه و دافع خشونت سینه و حلق و آواز و صاف کننده خون و مولد خون صالح است.

ابی‌الحصین گوید: دو چشمم سفید شد که هیچ چیز را نمی‌دیدم، امیر مومنان «ع» را در خواب دیدم. عرضه داشتم: آقا، چشمم چنانکه می‌بینید بیمار گشته. فرمود: عناب را بکوب و به چشم بکش. من چنین کردم، سیاهی و تیرگی از آنها رفت و معاینه کردم دیدم هر دو سالم است.

فیجن

رسول اکرم «ص» فرمود:

سداب (فیجن) برای درد گوش سودمند است.

امام رضا «ع» فرمود:

سداب عقل را زیاد می‌کند جز آنکه آب کمر را خشک می‌کند و هر کس پس از خوردن آن بخوابد از طاعون و دمل و سینه پهلو در امان خواهد بود.

قاویت

حضرت رضا علیه‌السلام فرمود: خوب قوتی است قاویت گرسنه را سیر و غذای سیر را هضم میکند.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: قاویت گوشت را میروباند و استخوان را محکم میکند.

در حدیث دیگر فرمود: قاویت طعام پیغمبران مرسل یا انبیا است.

در حدیث دیگر فرمود: قاویت خشگ برص را برطرف کند.

در حدیث دیگر فرمود: قاویت صفرا و بلغم را از معده میکند و هفتاد نوع بلا را دفع کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

در حدیث دیگر فرمود: کسی که چهل روز صبح قاویت بیاشامد کتفش پراز قوت شود.

سیف عمار گفت: بعضی رفقای ما در مکه مریض شد خدمت حضرت صادق(ع) خبر دادم فرمود قاویت جو باو بخورانید که عافیت خواهد یافت انشاالله و آن غذا است در شکم مریض. گفت این کار را یک روز یا دو روز کردم خوب شد.

در حدیث دیگر فرمود: قاویت عدس عطش را قطع کند و معده را قوی گرداند و شفاء هفتاد مرض است. صفرا را خاموش، شکم را پاک میکند و چون مسافرت میکرد همراه خود قاویت برمیداشت و اگر کسی از یاران و همراهانش خونش بحرکت میامد میفرمود قاویت عدس بیاشام که آن حرکت خون را ساکن و حرارت را خاموش میکند.

علی بن مهزیار گفت: زنی داشتیم حیض شده و خونش قطع نمیشد تا اینکه نزدیک مرگ رسید حضرت صادق(ع) امر فرمود قاویت عدس باو دادیم خونش بند آمد و خوب شد.

مردی به حضرت صادق «ع» عرضه داشت:

کودکان ما به هنگام ولادت ضعیف و مریضند.

حضرت فرمود: چرا سویق به آنها نمی‌دهید که گوشت میرویاند و استخوان را محکم می‌سازد.

حضرت زین‌العابدین «ع» فرمود:

شکم تبدار را با سویق و عسل سه بار پر کنید و از این ظرف به آن ظرف بریزید و به کسی که تب دارد بخورانید که تب داغ را می‌برد و به وحی عمل کرده‌اید.

امام رضا «ع» فرمود:

سویق اگر شسته شود و هفت بار ظرف به ظرف شود تب را می‌برد و ساق پا را نیرومند می‌سازد.

www.takbook.com

www.takbook.com

قند و شکر

امام صادق «ع» در بیماری یکی از اصحاب خود فرمود: چرا از مبارک استفاده نمی‌کند؟ پرسیدند: مبارک چیست؟ فرمود: قند. پرسیدند: چه نوع قند؟ فرمود: قند سلیمانی. شخصی از بیماری رنج آوری به وی شکایت کرد. فرمود: وقتی به بستر رفتی دو حبه قند بخور. گوید: به این دستور عمل کردم و شفا یافتم.

حضرت موسی بن جعفر «ع» فرمود: هر کس به هنگام خواب دو حبه قند بخورد از هر دردی شفا یابد جز مرض موت.

و فرمود: برای برطرف شدن تب به وزن ده درم شکر را با آب خنک ناشتا بخورید.

و فرمود: نیشکر گرفتگی بینی و عروق را برطرف می‌کند و رنج و ضرری هم ندارد.

کباب

موسی بن بکر گفت: خدمت حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام رسیدم فرمود میبینم ضعیف شده‌ای عرض کردم بلی فرمود: کباب بخور چون خوردم خوب شدم.

در حدیث دیگر فرمود: چه شده ترا زرد می‌بینم؟ گفت: عرض کردم ضعفی بمن رسیده فرمود گوشت بخور خوردم جمعه دیگر دیدند من بهمان حال هستم فرمود ترا امر نکردم که گوشت بخور؟ عرض کردم من از روزیکه فرمودید تا بحال غیر از گوشت چیزی نخورده‌ام. فرمود: چه نوع خوردی؟ عرض کردم: پختم و خوردم. فرمود: خیر کباب کن و بخور. این کار را کردم پس از یک هفته مرا طلبید در حالی که خون در صورتم برگشته. فرمود اکنون خوب شده‌ای و حضرت صادق «ع» فرمود کباب تب را میبرد

www.takbook.com

www.takbook.com

کشمش

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: کسی که هر صبح ناشتا بیست و یکدانه کشمش سرخ بخورد مریض نشود مگر بمرض مرگ.

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: بر شما باد بکشمش که صفرا را دفع و بلغم را میبرد و پی را محکم و خستگی را برطرف و خلق را نیکو و نفس را پاکیزه و غم را زائل میکند.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: کشمش پی را محکم و خستگی را برطرف و نفس را پاکیزه مینماید.

امیرالمومنین «ع» فرمود: کشمش قلب را محکم می‌کند و مرض را شفا میدهد و حرارت را فرو می‌نشاند و دهن را خوشبو می‌کند.

کله

نزد حضرت صادق علیه‌السلام گفتگوی کله گوسفند شد فرمود: کله جای پاکیزه‌ای واقع شده نزدیک بچراگاه و دور از بدی است.

علی بن سلیمان گوید: در محضر حضرت رضا «ع» آبگوشت کله خوردیم. حضرت دستور داد قاووت آوردند. گفتم: من کاملا سیر شدم. امام «ع» فرمود: کمی قاووت کله‌ها را هضم می‌کند و دوای آن به شمار میرود.

کاسنی

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: کسی که بخوابد و هفت برگ از کاسنی در شکمش باشد آن شب را از قولنج ایمن است انشاءالله.

در حدیث دیگر فرمود: کسیکه دوست دارد آب کمر و اولادش زیاد شود

www.takbook.com

www.takbook.com

باید کاسنی زیاد بخورد.

در حدیث دیگر فرمود: خوب سبزیست کاسنی برگی نیست مگر آنکه قطره‌ای از بهشت روی آن میباشد پس بخورید و در وقت خوردن حرکت ندهید.

در حدیث دیگر فرمود: بر توبادبه کاسنی که آن آب کمر را زیاد و بچه را نیکو کند و آن گرم و ملین و اولاد پسر را زیاد نماید.

امام رضا «ع» فرمود: کاسنی شفای هزار بیماری است و هر بیماری را که در درون باشد ریشه کن می‌سازد. روزی برای یکی از اهل خانه که به بیماری و دردسر دچار شده بود کاسنی طلبید و دستور داد که آنرا بکوبند و بر کاغذی ضماد نمایند و روغن بنفشه بر آن بریزند و بر سر بیمار نهند و فرمود: کاسنی، تب را ریشه کن می‌کند و سردرد را برطرف می‌نماید.

رسول اکرم «ص» فرمود: هر کس کاسنی بخورد و بخوابد هیچ زهر و سحری در او اثر نکند و هیچ جانوری از عقرب و مار به او نزدیک نگردد.

و فرمود: کاسنی از بهشت است و کاسنی گوش و چشم را می‌برد.

کاهو

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بر شما باد بکاهو که آن خون را صاف کند.

رسول اکرم «ص» فرمود:

کاهو بخورید که غذا را هضم می‌کند و خواب آور است.

کرفس

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: بر شما باد بخوردن کرفس که آن طعام

www.takbook.com

www.takbook.com

الیاس ویسع و یوشع بن نون است نادر خادم گفت حضرت رضا علیه‌السلام یادآور کرفس شد و فرمود: شما آن را لذیذ دانید و نیست حیوانی جز آنکه آن را دوست دارد.

و حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: کرفس سبزی پیغمبران است.

کدو

یکی از صادقین علیهماالسلام فرمود: کدو مخ را زیاد کند.

حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام فرمود: کدو عقل را زیاد نماید.

رسول خدا «ص» فرمود: یا علی بر تو باد بکدو که عقل و مخ را زیاد کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: کدو بخورید که اگر خدا درختی بهتر و سبکتر (غذایی سبکتر) از آن سراغ داشت برای برادرم یونس میرویانید. در آبگوشت زیاد کدو بریزید که به عقل می‌افزاید.

و فرمود: هر که کدو با عدس بخورد چون یاد خدا کند قلبش به رقت آید و بر نیروی جماعش افزوده شود.

و فرمود: در غذا زیاد کدو بریزید که دل غمگین را خوشحال میگرداند.

کندر

رسول اکرم «ص» فرمود:

به زنان آبستن کندر بدهید که عقل کودک را زیاد می‌کند.

امیرالمومنین علی «ع» فرمود:

جویدن کندر دندانها را محکم می‌کند و بلغم را برطرف می‌نماید و بوی دهان را می‌برد.

www.takbook.com

www.takbook.com

امام رضا «ع» فرمود:

کندر زیاد بجوید که خوب جویدن آن بهتر است، بلغم را می‌برد و عقل را زیاد و طعام را هضم و گوارا می‌نماید.

و فرمود:

به زنان باردار کندر بدهید که اگر جنین پسر باشد پاکدل و دلیر گردد و اگر دختر باشد شمایل و اخلاقش خوب و نیکو شود و کپل‌های او بزرگ شود و در نزد شوهر ارجمند باشد.

گوشت

ابن سنان از حضرت صادق «ع» سئوال کرد از سید خورشها در دنیا و آخرت فرمود: گوشت است.

رسول خدا «ص» فرمود: سید خورشها در بهشت گوشت است.

حضرت باقر «ع» فرمود: سید طعامها گوشت است حضرت صادق «ع» فرمود: گوشت گوشت میرویاند و کسی که چهل روز گوشت خوردن را ترک کند خلقش بد شود و کسیکه خلقش بد شود اذان در گوشش بگوئید.

در حدیث دیگر فرمود: بخورید گوشت را که «قوه» گوش و چشم را زیاد کند.

حضرت رسول «ص» فرمود: کسی که چهل روز گوشت نخورد بحساب خدا قرض کند و بخورد. سعد بن سعد گفت خدمت حضرت رضا «ع» عرض کردم اهل منزل من گوشت گوسفند نمیخورند فرمود چرا عرض کردم برای آنکه میگویند گوشت گوسفند سودا و سردرد و سائر مرضها را بحرکت میاورد فرمود: یا سعد عرض کردم لبیک فرمود: اگر خداوند چیزی را گرامیتر از گوسفند میداشت هر آینه آن را برای اسماعیل فدا میکرد. بنی‌اسرائیل از برص بموسی «ص» شکایت کردند موسی «ع» بخدا شکایت نمود وحی شد گوشت

www.takbook.com

www.takbook.com

گاو را با چغندر بخورند. در چند روایت وارد شده که گوشت گاو درد است.

در حدیث دیگر فرمود: کسی که دوست دارد غیظش را کم کند باید گوشت دراج بخورد.

در حدیث دیگر فرمود: رسول خدا «ص» گوشت ذراع را دوست داشت.

در حدیث دیگر فرمود: گوشت ذراع و کتف را دوست میداشت و گوشت ران را کراهت داشت بواسطه قربش بجایگاه بول.

رسول اکرم «ص» فرمود: هیچ قطعه گوشتی در معده وارد نمی‌گردد مگر آنکه بجای آن شفا ایجاد می‌شود و درد و بیماری از آن می‌رود.

و فرمود: وقتی گوشت می‌پزید آب آنرا زیاد کنید که آبگوشت هم از نظر غذایی مانند گوشت می‌باشد و هم برای پذیرایی همسایگان کافی‌تر می‌باشد که اگر گوشت به آنها نرسید از آبگوشت بهره برند.

حضرت موسی بن جعفر «ع» فرمود: گوشت خوردن در بدن گوشت میرویاند و هر که لقمه‌ای پیه وارد معده‌اش شود به همان مقدار بیماری از او جدا گردد.

گوشت با شیر

امام صادق «ع» فرمود: هر کس گرفتار ضعف قلب یا بدن شود گوشت بره را با شیر بخورد.

امام علی «ع» فرمود: یکی از انبیاء الهی از ضعفی که عارض امت او شده بود به خداوند شکایت برد، پروردگار امر فرمود گوشت را با شیر بخورند، آنها چنین کردند و نیرو و قوت در بدنشان آشکار گشت.

گوشت گاو

امام صادق «ع» فرمود: گوشت گاو بیماری آرد و روغنش شفا زاید و

www.takbook.com

www.takbook.com

شیرش دوا باشد.

و فرمود: آبگوشت گاو بیماری کفگیرک را برطرف می‌کند.

رسول اکرم «ص» فرمود: بر شما باد به خوردن گوشت شتر که جز مومن مخالف یهود آنرا نمی‌خورد.

امام صادق «ع» فرمود: در سخن پیامبر اکرم «ص» «یک لقمه پیه خوردن به همان اندازه بیماری آورد»، مراد پیه گاو است.

گوشت پرندگان

امام موسی بن جعفر «ع» فرمود: به آدم تبدار گوشت کبک بدهید که ساق را محکم می‌کند و تب را می‌برد.

امام محمد باقر «ع» در مورد گوشت کبوتر فرمود: گوشت با برکتی است، آنرا به آدم مبتلا به یرقان بخورانید و بریان و کبابی کنید.

امام موسی بن جعفر «ع» فرمود: در خوردن گوشت مرغابی اشکالی نمی‌بینم که برای بواسیر و درد کمر مفید است و به نیروی جماع می‌افزاید.

امام صادق «ع» فرمود: اگر کسی در خود اندوه و ناراحتی احساس کند و سبب آنرا نداند گوشت دراج بخورد که انشاءالله غم و ناراحتی او را برطرف نماید.

گردو

امیرالمومنین علیه‌السلام فرمود: خوردن گردو در شدت گرما حرارت باطن و سوزه‌های جسد را بحرکت میاورد و در زمستان گرده‌ها را گرم و سردی را دفع کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

گلابی

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بخورید گلابی را که قلب را جلا و درد شکم را ساکن کند باذن خداوند تعالی. در حدیث دیگر فرمود گلابی معده را دباغی و قوی گرداند و آن با به مساویست و روی طعام نافع‌تر است از ناشتا خوردن و کسی که غصه داشته باشد باید آن را روی طعام بخورد.

زیاد قندی گوید: به حضرت رضا «ع» وارد شدم، در برابر امام ظرفی از اجاص (نوعی گلابی) سیاه نوبرانه قرار داشت. امام «ع» فرمود: حرارت مزاج بر من غالب گشته و اجاص حرارت را فرو می‌نشاند و صفرا را تسکین میدهد و خشک آن خون را آرام می‌کند (گویا مراد کم شدن فشار خون باشد) و به اذن خداوند داروی بیماری است.

لوبیا

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: لوبیا بادهای باطنی را برطرف کند

ماهی

حضرت موسی بن جعفر(ع) فرمود: بر شما باد بخوردن ماهی که اگر بدون نان بخوری ترا کفایت کند واگر با نان خوردی گوارا باشد.

امیرالمومنین(ع) فرمود: مداومت بر خوردن ماهی نکنید که جسد را لاغر کند.

حضرت موسی بن جعفر(ع) فرمود: خوردن ماهی تازه جسد را آب کند در حدیث دیگر فرمود: ماهی تازه پیه چشم را آب کند.

در روایت دیگر فرمودند: ماهی تازه گوشت را آب کند. در حدیث دیگر فرمود: مغز چشم را آب کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

محمد بن یحیی گفت: بعض اصحاب برای حضرت امام حسن عسگری(ع) نوشت و شکایت از خون و صفرا نمود و گفت اگر حجامت کنم صفرا حرکت کند و اگر حجامت نکنم خون ضرر زند چه میفرمائید در این مطلب؟ حضرت در جواب نوشت حجامت کن و بعدش ماهی تازه کباب کرده بخور گفت دو مرتبه این مسئله را سئوال کردم باز نوشت حجامت کن و بعدش ماهی تازه کباب کرده با آب و نمک بخور چون این عمل را کردم خوب شدم. در حدیث دیگر دارد خوردن ماهی موجب سل میشود .

موز(۲)

یحیی صنعانی گفت: در منا وارد بر امام رضا(ع) شدم امام محمد تقی(ع) روی زانویش بود حضرت موز را پوست میکند و باو میخورانید. ابو اسلمه گفت وارد بر حضرت رضا صلوات الله علیه شدم موز نزدیک من آورد و من خوردم.

ماش

شخصی خدمت حضرت موسی بن جعفر علیه‌السلام از بهق شکایت نمود حضرت امرش فرمود بخوردن ماش(٤) (بهق پیسی ظاهر پوست است و غیر از برص میباشد).

یکی از اصحاب حضرت رضا «ع» درباره لکه‌های بدن پرسید. فرمود:

ماش را بپز و بخور و خوراک خود قرار ده. چنین کرد و شفا یافت.

و از آن حضرت «ع»: ماش تازه را در فصلش با برگ آن بکوب و آبش را بگیر و ناشتا بخور و بر لکه‌های بدن بگذار.

راوی گوید: چنین کردم و خوب شدم.

www.takbook.com

www.takbook.com

میوه‌ها

امام صادق «ع» فرمود: پیامبر «ص» چون میوه تازه‌ای میدید آنرا می‌بوسید و بر دیده و لب می‌نهاد و می‌فرمود: خداوندا چنانکه ابتدای میوه را به سلامت بما دادی تا آخر نیز به سلامت به ما عطا کن.

رسول اکرم «ص» فرمود: هر که میوه بخورد و غذای خود را با آن آغاز کند او را ضرر نرساند.

نان

حضرت امام رضا علیه‌السلام فرمود: فضیلت نان جو برگندم مثل فضیلت ما میباشد بر مردم و پیغمبری نبوده مگر آنکه دعا کرده برای خورنده نان جو و طلب برکت نموده و داخل شکمی نشود جز آنکه هر دردیرا خارج کند و آن قوت پیغمبران و طعام نیکان است و خداوند ابا نموده که قرار دهد قوت پیغمبران را مگر جو و نیز فرمود: داخل نمیشود در شکم شخص مسلول جز آنکه نافع‌تر باشد از نان برنج.

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: بشخص مطبون نان برنج بدهید و داخل نشود در شکم مسلول چیزیکه نافع‌تر باشد از نان برنج و آن معده را دباغی و درد را بمدارا خارج کند مولف گوید اخبار زیادی در فضیلت نان رسیده که باید نان را زیر کاسه نگذاشت و باید گرامیش داشت و چون در سفره حاضر کنند انتظار خورش نباشند و باید مانند درندگان بو نکنند چون آن مبارکست و اطاعت خداوند از قبیل نماز و روزه و حج بواسطه آن میباشد و باید اگر نان و گوشت با هم حاضر شد ابتدا بنان کرد و باید گرده‌های آنرا کوچک نمود چون با هر گرده برکتیست و باید نان را مانند عجمان با کارد نبرید الی غیر ذلک از اخباریکه درباره نان رسیده.

www.takbook.com

www.takbook.com

امام صادق «ع» فرمود: نان را گرامی بدارید که برای ایجاد آن همه موجودات بین عرش و زمین بکار افتاده‌اند.

و فرمود: بدن آدمی بر نان پایه گزاری شده.

و فرمود: ارزن (نان ارزن) به معده سنگینی ندارد و خوردن آن با شیر لینت بیشتری میدهد و برای معده نافعتر است.

نان خشک

ابوبصیر گفت خدمت حضرت صادق علیه‌السلام عرض کردم من بالنگ را با عسل خورده‌ام و سنگین شده‌ام چون زیاد خوردم حضرت بغلامشان فرمود نانیکه در تنور خشک کرده بودند حاضر کرد بمن فرمود بخور که نان خشک بالنگ را هضم میکند چون خوردم مثل اینکه اصلا چیزی نخورده بودم و همین معنی از امام رضا(ع) نقل شده.

نمک

رسول خدا صلی‌الله علیه و آله فرمود: یا علی ابتدا بنمک کن و ختم بان نما که هر کس این کار کند خداوند هفتاد نوع بلا را از او دور کند که آسان‌ترین آنها خوره است. در حدیث دیگر فرمود: هفتاد نوع بلا را دفع کند که من جمله خوره و جنون و برص است. حضرت باقر علیه‌السلام فرمود: در نمک شفاء هفتاد مرض است و اگر مردم میدانستند چه فائده در نمک موجود است بغیر از آن مداوا نمیکردند. در حدیث دیگر فرمود خداوند بحضرت موسی(ع) وحی نمود که بقوم خود امر کن (در اول طعام خود) ابتدا بنمک کنند (و در آخرش) ختم بان نمایند والا ملامت نکنند مگر خود را.

www.takbook.com

www.takbook.com

امام صادق «ع» از اصحابش سئوال کرد که: کدام خورشت بهتر است؟ یکی گفت: گوشت. دیگری گفت: روغن. دیگری گفت: روغن زیتون. حضرت فرمود: نه، بلکه نمک است. راوی گوید: با امام «ع» به گردش بیرون رفتیم. غلام، نمک را جا گذاشت، از هیچ خوردنی استفاده نکردیم تا برگشتیم.

از عایشه نقل است که پیغمبر «ص» فرمود:

هر کس قبل و بعد از هر چیز نمک بخورد خداوند ۳۳۰ نوع بلا را از وی بگرداند که کمترین آنها جذام است.

امام صادق «ع» فرمود:

هر که بر اولین لقمه غذایش نمک بپاشد خال‌های صورتش از بین می‌رود.

نخود

پسر عمار گفت خدمت حضرت صادق علیه‌السلام عرض کردم از رسول خدا(ص) روایت کنند که هفتاد پیغمبر دعا کردند برای عدس فرمود مراد از عدس آن است که نزد شما نخود مینامند و ما عدس میگوئیم. در حدیث دیگر وارد شده که حضرت رضا صلوات‌الله علیه نخود پخته را قبل از طعام و بعد از طعام میخوردند.

و در حدیث صحیح نیز از آن جناب منقول است که فرمود: نخود برای درد کمر نیکو است و قبل از طعام و بعد از طعام طلب مینمودند (و میخوردند).

هویج

امام صادق(ع) فرمود:

هویج، موجب ایمنی از قولنج و بواسیر است و به آمیزش کمک می‌کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

پیوستها

توصیه‌های بهداشتی

نسخه‌های درمانی

روایات این بخش از کتابهای:

وسائل‌الشیعه - مکارم‌الاخلاق

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

www.takbook.com

پیشگیری یا درمان؟

پیشگیری بهتر است یا درمان؟

پاسخ سئوال واضح است: پیشگیری از بیمار شدن، بهتر است از بیمار شدن و درمان کردن. اما مساله این است که چگونه میتوان از بیماری جلوگیری نمود؟ چه باید کرد و چه نباید کرد؟ چه باید خورد و چه نباید خورد؟ حفظ بهداشت یعنی حفظ سلامتی و حفظ سلامتی یعنی جلوگیری از بیمار شدن، اما بهداشت خود شاخه‌هایی دارد: آنچه که به تن و بدن مربوط می‌شود، آنچه به لباس و پوشاک مربوط می‌شود، آنچه به محیط و مسکن مربوط می‌شود، و آنچه به خورد و خوراک مربوط می‌شود، یعنی: بهداشت تن، بهداشت پوشاک، بهداشت مسکن و بهداشت خوراک. بهداشت خوراک همان مساله‌ی تغذیه است که علمای بهداشت اینهمه بر آن تاکید دارند، چرا که نقص مواد غذایی (سوء تغذیه) خود موجب بروز بسیاری از بیماری‌هاست. توضیح اینکه: هر بیماری میکروبی دارد که چون وارد بدن می‌شود با عوامل دفاعی بدن به مبارزه می‌پردازد، اگر بدن شخص (بواسطه‌ی سوء تغذیه و کمبود ویتامینهای لازم) آمادگی دفاعی نداشته

www.takbook.com

www.takbook.com

باشد، میکروب غلبه کرده موجب تولید بیماری میگردد و برعکس، اگر بدن آمادگی دفاعی کامل داشته باشد با میکروب مهاجم مبارزه کرده نابودش می‌سازد. اما این آمادگی دفاعی از کجا پیدا می‌شود؟ جواب روشن است: از طریق مواد خوراکی، خوراکیها و نوشیدنیهای مختلف که سرشار از انواع و اقسام ویتامینهاست و همین ویتامینهاست که بنیه‌ی دفاعی بدن را تحکیم و تکمیل می‌سازد، و فقدان هر کدام از آنها منشا نوعی از بیماری میگردد بنابراین استفاده درست و بجا از خوراکیها و نوشیدنیها، به منزله‌ی آماده کردن بدن جهت مبارزه با میکروبها و بیماری‌هاست و درست از این دیدگاه است که عمق و عظمت کلمات درر بار معصومین علیهم‌السلام در مورد خوراکیها و نوشیدنیها بر ما روشن میگردد.

وقتی که در کتب حدیث مینگریم و در سخنان گهربار ائمه سلام‌الله علیهم دقت می‌کنیم و می‌بینیم که چه اندازه در مورد خواص خوراکیها و نوشیدنیها سخن رانده و استفاده از آنها را توصیه فرموده‌اند، آنگاه به عظمت مقام علمی ـ الهی این پاکان روزگار پی می‌بریم و میبابیم که در آن اعصار جاهلیت که از ترقیات علمی، طبی و بهداشتی خبری نبود، این بزرگان چگونه با بیانات خود اساس طب و بهداشت را پی‌ریزی کرده و بهترین و عالیترین توصیه‌های بهداشتی را ایراد فرموده‌اند. نگاهی سریع بر جملات و کلمات طبی ـ بهداشتی رسول اکرم «ص» و ائمه علیهم‌السلام این حقیقت را به ما می‌فهماند که پیشوایان بزرگ ما برای حفظ صحت و سلامتی (بهداشت) اهمیت فوق‌العاده قائل بوده‌اند و به پیشگیری بیش از درمان توجه داشته‌اند.

در این بخش از کتاب پاره‌ای از کلمات و سخنان رسول اکرم «ص» و ائمه سلام الله علیهم را در مورد راههای حفظ سلامتی و توصیه‌های بهداشتی آنان را از نظر می‌گذرانیم و نیز به پاره‌ای از نسخه‌ها و توصیه‌های درمانی که به مناسبت‌های مختلف و برای اشخاص مختلف ایراد فرموده‌اند، اشاره می‌کنیم.

www.takbook.com

www.takbook.com

خورد و خوراک

در مورد مساله‌ی خورد و خوراک و کیفیت و آداب آن (چه بخوریم و بیاشامیم، چگونه و چه موقع بخوریم و بیاشامیم) احادیث وارده از پیامبر «ص» و ائمه «ع» بسیار است. در کلیه‌ی این احادیث، نظر پیامبر و ائمه، معطوف به سلامتی و بهداشت انسانهاست و اهمیت این موضوع که سر منشاء بسیاری از بیماری‌ها، مساله خوراک (تغذیه) است بسیار مورد توجه قرار گرفته. یکی از مسائل مهم خورد و خوراک، خوردن به‌اندازه‌ی کفایت است. به قول شاعر:

نه چندان بخور کز دهانت برآید
نه چندان که از ضعف جانت درآید

و دیگر، تهیه‌ی مواد غذایی از راه حلال و انفاق و اطعام بینوایان، شستن دستها قبل از غذا، خلال کردن، مسواک زدن و ... در مورد اطعام مسکینان بخصوص بسیار تاکید شده است بطوری که رسول اکرم «ص» می‌فرماید: آنکه سیر باشد و برادر موءمن او گرسنه بماند، ایمان ندارد. و امام صادق «ع» می‌فرماید: اگر انسانی هزار درهم برای غذایی خرج کند که فقط یک مومن از آن بخورد اسراف نیست.

در این قسمت از کتاب به پاره‌ای از دستورها و توصیه‌های طبی - بهداشتی رسول اکرم «ص» و ائمه «ع» در این زمینه اشاره می‌کنیم.

www.takbook.com

www.takbook.com

شستن دستها قبل از غذا

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: هر که خواهد خیر و خوبی‌او زیاد ادامه یابد وقت غذا خوردن دستهایش را بشوید.

و می‌فرماید: شستن دست پیش از غذاء فقر را می‌برد و بعد از غذاء اندوه را برطرف می‌کند و چشم را سالم نگه میدارد.

امام صادق «ع» می‌فرماید: هر کس پیش و بعد از غذا دستهایش را بشوید، غذا از اول تا آخر به او با برکت و گوارا گردد و مدام که زنده است در وسعت رزق باشد و بدنش از بیماری در امان بماند.

امام صادق «ع» می‌فرماید: پیش از غذا دستهای خود را بخوبی بشوئید. این عمل فقر را برطرف خواهد ساخت و به عمر شما خواهد افزود.

یاد کردن خداوند قبل از شروع غذا

از امام امیرالمومنین «ع» روایت است که: به هنگام غذا خورن، خداوند عزوجل را یاد کنید و سخن لغو مگوئید که غذا یکی از نعمتهای خدایی است که شکر آن بر شما واجب است و با نعمت، پیش از آنکه از دست بشود بخوبی معامله کنید که نعمت از دست میرود و نسبت به صاحب نعمت، آنطور که با آن عمل کرده شهادت میدهد.

دوازده خصلت سفره

امام صادق «ع» می‌فرماید: در سفره دوازده خصلت است که واجب است هر مسلمانی آنرا بشناسد: چهار تا واجب و چهار تا سنت (مستحب) و چهار تا ادب. اما آن چهار که واجب است: ۱ ـ معرفت (خداوند که نعمتها از اوست) ۲ ـ رضا (خشنود بودن بدانچه به تو اطعام کرده) ۳ ـ بسم‌الله گفتن ٤ ـ شکر. و اما چهار چیز مستحب و سنت: ۱ ـ شستن دست قبل و بعد از طعام ۲ ـ به طرف چپ بدن

www.takbook.com

www.takbook.com

تکیه کردن ۳ ـ با سه انگشت غذا خوردن ٤ ـ انگشتان را لیسیدن. و اما آنچه از ادب است: ۱ ـ از جلوی خود خوردن ۲ ـ لقمه را کوچک برداشتن ۳ ـ زیاد جویدن ٤ ـ به دیگران کم نگاه کردن.

شروع غذا با نمک

پیامبر در وصیت خود به علی «ع» فرموده:

یا علی، غذا را با نمک شروع کن و به نمک ختم نما که در نمک داروی هفتاد بیماری است که از آنهاست: جنون، جذام، برص، درد گلو، درد دندان، درد شکم.

در حدیث دیگری که از عایشه روایت شده، حضرت می‌فرماید: هر کس قبل و بعد از هر غذا نمک بخورد، خداوند سیصد و سی بلا را از وی بگرداند که کمترینش جذام است.

در مورد شروع غذا با نمک، امام‌صادق «ع» فرموده: هر کس بر اولین لقمه‌ی غذایش نمک بپاشد، خالهای صورتش از بین میرود.

خوب جویدن غذا

امام علی «ع»: هر کس لقمه را خوب بجود، فرشتگان برایش دعا می‌کنند که روزی‌اش زیاد شود و حسناتش مضاعف گردد.

پرخوری

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: هر که بیشتر آروغ بزند در قیامت، گرسنه‌تر خواهد بود (کنایه از اینکه پرخوری در دنیا موجب گرسنگی در عقبی است)

غذا را داغ داغ نخورید

امام علی «ع» فرماید: غذای گرم را بگذارید سرد شود که پیغمبر هرگاه

www.takbook.com

www.takbook.com

برایش غذای داغ می‌پردند می‌فرمود: بگذارید سرد شود، خداوند آتش را به ما اطعام نکرده و برکت در غذای سرد است و غذای داغ برکت ندارد.

خوابیدن پس از غذا

امام رضا «ع» فرماید: پس از غذا به پشت بخواب و پای راستت را بر پای چپ بگذار.

امام صادق «ع» فرموده: پس از غذا به پشت خوابیدن، بدن را فربه می‌کند و خوراک را به گوارایی و دلپذیری هضم نموده ناراحتی‌های درونی را آرامش می‌دهد.

خلال دندانها پس از غذا

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: پس از غذاء بلافاصله دندانهای خود را خلال کنید و دهانتانرا بوسیله‌ی مضمضه با آب بشویید تا دندانهای «انیاب» و «ثنایا» ی شما آرام گیرند.

غذای شب

رسول اکرم «ص» فرمود: شام را فراموش نکنید اگرچه سه لقمه نان و نمک باشد. هرکس یک شب شام نخورد، عرقی و رگی در بدن او بمیرد که دیگر زنده نشود.

امام رضا «ع» فرمود: شکم را از غذا خالی مگذار، آب کم بیاشام و جز با میل و تحریک شدید جماع مکن.

خوردن سبزی همراه غذا

خوردن سبزیجات همراه با غذا بسیار توصیه شده است. امام صادق «ع»

www.takbook.com

www.takbook.com

می‌فرماید: هر چیز زینتی دارد و زینت سفره سبزی است. از احمد بن هارون روایت شده است که: روزی بر حضرت رضا «ع» وارد شدم. حضرت سفره طلبید، سبزی بر سر سفره نبود، حضرت دست نگه داشت به غلام فرمود: مگر نمیدانی من بر سفره‌ای که سبزی نباشد غذا نمی‌خورم؟ سبزی بیاور. غلام سبزی حاضر کرد و امام «ع» غذا میل فرمود.

از حضرت موسی بن جعفر «ع» نیز نقل شده است که بر سر سفره ریحان طلب کرد و فرمود: من دوست دارم غذا را با آن شروع کنم که عروق را می‌گشاید و اشتها را زیاد می‌کند و سل را معالجه می‌نماید و اگر غذا را به آن آغاز کنم برایم مهم نیست که چه غذایی بعد از آن بخورم که دیگر از هیچ بیماری و رنجی نمی‌ترسم و چون غذا تمام شد باز هم ریحان طلبید و برگهای آنرا از اطراف سفره جمع میکرد و میل می‌فرمود و به ما میداد و می‌فرمود: غذا را با این ختم کنید که آنچه خورده‌اید هضم می‌کند و برای غذای بعد اشتها می‌آورد و سنگینی معده را برطرف می‌کند و دهان را خوشبو می‌سازد.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: سفره‌های خود را با سبزی بیارائید زیرا سبزی شیاطین را از سفره شما خواهد راند.

مقدار غذا

امام صادق «ع» می‌فرماید:

هرگز به غذایی که دوستش نمیداری لب میالای که این عمل برای تو حماقت و کودنی می‌آورد و تا گرسنه نباشی بر سفره منشین و از لقمه‌ی حلال بخور و حدیث رسول اکرم «ص» را به خاطر دار که فرمود: آدمیزاده هیچ ظرفی را پر نمی‌کند که شوم‌تر از شکم خود او باشد. وقتی خواهی خود را سیر کنی به یاددار که اندرون تو باید به سه قسمت باشد: یک قسمت برای خوردنی‌ها، یک قسمت برای نوشیدنی‌ها و قسمت سوم را تهی نگه دار که عمل تنفس آسان انجام شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

آب خوردن همراه غذا

ابی طیفور طبیب می‌گوید: به حضرت امام رضا «ع» وارد شدم و او را از آشامیدن آب نهی کردم. حضرت فرمود: ضرر آب چیست که غذا را در معده حل می‌کند، صفراء را از بین می‌برد و غضب را فرو می‌نشاند و به عقل آدمی می‌افزاید و حرارت بدن را تسکین می‌دهد. از یاسر خادم امام رضا «ع» نیز نقل شده که حضرت فرمود: روی غذا آب خوردن مانعی ندارد.

اما باید توجه داشت که زیاد آب خوردن نهی شده است چنانکه امام صادق «ع» می‌فرماید: تا میتوانید کمتر آب بنوشید. در مورد کیفیت آب خوردن پیامبر فرموده: آنچنان آب بیاشامید که گوئی آب را می‌مکید و هرگز لاجرعه آنرا نخورید. امام علی «ع» نیز از بلعیدن آب نهی فرموده و فرموده: به سه یا دو نفس بیاشامید. امام صادق «ع» نیز می‌فرماید: آب را به سه نفس بخورید (لاجرعه سر مکشید) و در هر نفس خدا را سپاس گوئید. شکر اولی شکر آب است و دومی شیطان را طرد می‌کند و سومی، شفای درون بدن می‌باشد.

در روایت آمده است که پیامبر هرگاه غذای چرب تناول می‌فرمود کم آب می‌آشامید و می‌فرمود: برای هضم غذا بهتر است. و امام صادق «ع» فرموده است: اگر مردم کمتر آب بیاشامند بدنشان پر استقامت میگردد.

خوردن خربزه

در مورد خوردن خربزه، رسول اکرم «ص» می‌فرماید: اگر خربزه را با گاز زدن بخورید بهتر است تا آنکه با کارد قطعه قطعه‌اش کنید.

نکته‌ی دیگر اینکه ناشتا خوردن خربزه نهی شده است چنانکه از امام صادق «ع» و امام رضا «ع» روایت است که ناشتا خوردن خربزه فلج می‌آورد و در حدیثی که از امام رضا «ع» نقل شده ناشتا خوردن خربزه را موجب بروز قولنج دانسته است.

www.takbook.com

www.takbook.com

پنیر و گردو

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

پنیر را با گردو تناول کنید.

دلیل این کلام گهربار را در حدیثی که از امام صادق «ع» روایت شده می‌یابیم. امام «ع» می‌فرماید:

گردو و پنیر اگر با هم خورده شود در هر کدام از آنها شفاست و اگر جداگانه خورده شود در هر کدام بیماری است.

کیفیت نشستن بر سر سفره

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

هنگام غذا خوردن پای خود را از کفش درآورید زیرا پای شما آسوده خواهد ماند و این سنت، سنت زیبایی است.

و فرمود: در حال راه رفتن چیزی مخورید مگر آنکه مجبور باشید.

امام علی «ع» می‌فرماید:

چون کسی به خوردن طعام می‌نشیند چون بندگان بنشیند و بر زمین غذا بخورد و پا را روی پا بیندازد.

پرخوری و کم خوری

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: تا در خود اشتها نیافته‌اید دست به طعام دراز مکنید و همچنان که در خود اشتها را احساس می‌کنید دست از طعام بکشید.

امام علی «ع» می‌فرماید: هر کس گرسنه غذا بخورد و خوب غذا را بجود و هنوز به غذا اشتها دارد (قبل از سیری) از طعام دست بکشد و مدفوع خود را نگه ندارد به هیچ بیماری جز موت گرفتار نشود.

امام صادق «ع» میفرماید: پرخوری، مکروه و ناپسند است. و: با شکم سیر غذا خوردن، پیسی می‌آورد. و: آنکس که کمتر می‌خورد حساب او به روز

www.takbook.com

www.takbook.com

قیامت، سبکتر خواهد بود. و: اگر آدمیزادگان در غذای خود جانب اعتدال را رعایت کنند هرگز بیمار نمی‌شوند.

از جلوی خود بخورید

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

وقتی سفره پهن می‌شود حاضران باید از جلوی خود بخورند و از جلوی دیگری نخورند، از وسط بشقاب نخورند که از وسط ظرف غذا خوردن، برکت را از بین می‌برد و هرگاه سیر شد (قبل از آنکه دیگران سیر شوند) دست از طعام نکشد که این کار موجب خجلت آنها می‌شود و چه بسا که هنوز احتیاج به غذا داشته باشند.

دسته جمعی غذا بخورید

مردی از پیامبر سئوال کرد: ما غذا می‌خوریم ولی سیر نمی‌شویم. حضرت فرمود: شاید بطور متفرق غذا می‌خورید، دسته جمعی دور سفره بنشینید و نام خدا را بر سر سفره یاد کنید تا غذا را وسیله‌ی برکت شما قرار دهد.

اشتها

امام صادق «ع» می‌فرماید:

ریحان، اشتها را زیاد می‌کند.

هضم غذا

امام صادق «ع» می‌فرماید: اگر آدم گرسنه انار بخورد سیر می‌شود و اگر آدم سیر انار بخورد، غذایش هضم می‌شود.

امیرالمومنین «ع» میفرماید: ریشه تربچه، غذا را هضم می‌کند.

رسول اکرم «ص» فرموده: کاهو بخورید که غذا را هضم می‌کند و

www.takbook.com

www.takbook.com

خواب‌آور است.

امام صادق «ع» فرماید: پنیر غذای قبلی را هضم کرده، برای غذای بعد، اشتها می‌آورد.

امام رضا «ع» فرماید: کندر زیاد بخورید که خوب جویدن آن بلغم را می‌برد و عقل را زیاد و طعام را هضم و گوارا می‌کند.

چند توصیه در رابطه با خورد و خواک

رسول اکرم «ص» فرمود:

هیچ چیز نزد خداوند منفورتر از شکم سیر نیست.

امام علی «ع» فرمود:

هر که عمر زیاد می‌خواهد، صبح زود ناشتایی بخورد.

رسول اکرم «ص» فرمود:

از خوردن غذاهای گوناگون بر یک سفره بپرهیزید زیرا این نوع خوراک نامبارک است.

و فرمود: نان را با کارد نبرید و آنچنانکه خداوند محترمش داشته احترامش کنید.

و فرمود: افطارتان را با خرما آغاز کنید و اگر به خرما دسترسی ندارید اندکی آب بنوشید.

و فرمود: وقتی شیر نوشیده‌اید دهانتان را با آب بشوئید زیرا بقایای چربی آن در دهانتان خواهد ماند.

www.takbook.com

www.takbook.com

بهداشت لباس و مسکن

بهداشت لباس یعنی آراستگی، زیبایی و پاکیزگی لباس و پوشیدن لباس تمیز و دقت و کوشش در حفظ و نگهداری نظافت البسه. بهداشت لباس صرفا عالی و زیبا بودن و یا گرانی قیمت آن نیست، بلکه لباس‌های ساده نیز میتواند تمیز و پاکیزه باشد، بخصوص پوشیدن لباس ساده مخصوصا در زمان و مکانی که اکثریت مردم در عسرت و تنگدستی بسر می‌برند بسیار توصیه شده است امام موسی کاظم «ع» می‌فرماید:

پنج چیز است که تا هنگام مرگ آنها را رها نخواهم کرد: با بزرگان بر زمین چیز خوردن ـ بر پشت الاغ نشستن ـ بز را بدست خود دوشیدن ـ جامه پشمینه پوشیدن و بر کودکان سلام کردن تا همه‌ی اینها از من سنت باشد.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

جامه‌ی پشمینه بپوشید تا شیرینی ایمان را دریابید.

البته پوشیدن لباسهای زیبا و عالی و حتی گرانقیمت (البته نه مستهجن) در صورتی که از مال حلال بدست آمده باشد و پول آن مورد نیاز یکی از ضروریات زندگی جامعه نباشد ناپسند نیست، چنانکه در حدیث دارد که: اسحاق بن عمار از امام «ع» در مورد مردی که مالدار است و تجمل دارد و لباسهای بسیار پوشیده خود را به آنها میاراید سئوال شد که آیا این مرد مسرف است؟ حضرت فرمود: هر کس زندگی‌اش وسعت دارد به قدر توانایی خرج کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

و در سیره حضرت علی بن الحسین «ع» آمده است که آن حضرت در تابستان دو لباس که‌جه پانصد دینار خریده می‌شد می‌پوشید و در زمستان، پوستینی خز می‌پوشید و در تابستان آنرا به پنجاه دینار فروخته پولش را صدقه میداد.

البته همانطور که ذکر شد پوشیدن لباسهای گران قیمت، در زمانی که اکثریت مردم در فقر و تنگدستی بسر می‌برند و زمانه، زمانه‌ی عسرت است و نیز در جایی که پول اینگونه لباسها مورد ضروریات زندگی است، مذموم و ناپسند شمرده شده چنانکه امام رضا «ع» فرموده است:

حضرت یوسف «ع» لباس دیبا می‌پوشید و شلوار زربفت به تن میکرد و بر تخت می‌نشست و این کار در صورتی که پول آن مورد نیاز در مورد یکی از ضروریات زندگی باشد، مذموم است.

و همچنین از «سفیان ثوری» نقل شده است که: به امام صادق «ع» گفتم: شما روایت می‌کنید که حضرت علی «ع» لباس خشن می‌پوشید و شما لباس قوهی و مروی (دو پارچه قیمتی منسوب به قهستان و مرو) می‌پوشید. حضرت فرمود: وای بر تو، علی «ع» در زمان تنگدستی مردم زندگی میکرد ولی چون روزگار فراخی رسید، نیکان زمانه به آن شایسته‌تراند.

مساله مهم در مورد پوشیدن لباسهای عالی و گران قیمت آن است که نبایستی به پوشیدن اینگونه لباسها فخر فروشی و خودآرایی نمود و به اصطلاح آنها را به رخ دیگران کشاند.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

بپرهیز که جامه را بخاطر بزرگ منشی و خودنمایی، بلند بپوشی که خداوند خودخواهی را دوست ندارد.

و فرمود:

هر کس لباسش بخاطر بزرگ منشی و خودنمایی به زمین کشیده شود، خداوند در قیامت به وی نظر ننماید.

www.takbook.com

www.takbook.com

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

بوی بهشت از هزاران سال راه استشمام می‌شود ولی آنکس که لباسش را از خودخواهی به زمین می‌کشد آنرا نمی‌شنود.

در مورد پاکیزگی و تمیز نگاهداشتن لباس، و خواص مترتب بر آن، به احادیث زیر توجه فرمائید.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

هر کس جامه‌ای را می‌گیرد آنرا تمیز نگهدارد.

امیرالمومنین «ع» می‌فرماید:

شستن جامه، اندوه را از بین می‌برد و وسیله‌ی پاکیزگی برای نماز است.

امام صادق «ع» نیز می‌فرماید:

شستن لباس، اندوه را برطرف می‌کند و پاک کننده است برای نماز.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

خداوند، زیبایی و آراستگی را دوست دارد و نکبت و بدحالی را مکروه دارد و خداوند متعال دوست دارد که وقتی نعمتی به بنده‌اش ارزانی می‌کند، اثر آنرا بر او ببیند. پرسیدند: چگونه؟ فرمود: لباسش را تمیز نگهدارد و خود را خوشبو سازد، و خانه‌اش را سفید و گچکاری نماید و صحن خانه‌اش را بروبد، حتی آنکه چراغ افروختن پیش از غروب آفتاب، فقر را برطرف میکند و بر روزی می‌افزاید.

در حدیث فوق، امام «ع» اشاره‌ای نیز به بهداشت محیط و مسکن فرموده است و این مساله را گوشزد نموده که علاوه بر لباس، محیط خانه را نیز باید تمیز و پاکیزه نگاه داشته در حفظ بهداشت آن دقت وافر به عمل آورد. رسول خدا نیز در مورد حفظ بهداشت مسکن، توصیه فرموده است که:

درگاه منزلتان را بروبید و پاکیزه کنید و به یهود شبیه مباشید.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

شستن ظرف و روبیدن درگاه خانه، جلب روزی می‌کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

نکته‌های دیگری نیز در مورد مسکن، در کلمات ائمه علیهما السلام آمده است از قبیل: وسعت صحن خانه، خوبی همسایگان، حدود ارتفاع خانه، ساختن خانه با پول حلال، ذبح گوسفند هنگام ورود به خانه‌ی جدید، خاموش کردن چراغها در شب جهت جلوگیری از آتش سوزی و مسائلی از این قبیل که طالبین می‌توانند به کتابهای مربوطه بخصوص مکارم الاخلاق شیخ جلیل‌القدر طبرسی و حلیه‌المتقین علامه مجلسی مراجعه فرمایند.

www.takbook.com

www.takbook.com

بهداشت بدن

شست و شوی بدن

یکی از راههای رعایت بهداشت و حفظ سلامتی، شستشوی تن و بدن می‌باشد. در حالات رسول خدا «ص» از قول امام صادق «ع» آمده است که: پیامبر در هر هفته یک بار شست و شو میکرد و اگر میسر نمی‌شد یکی از روسری‌های زنانش را میگرفت و خیس میکرد و به بدن میمالید و تن خود را تمیز می‌نمود.

هم چنین حضرت رسول به «انس» میفرماید: شست و شو زیاد کن تا خداوند به عمرت بیفزاید و اگر میتوانی شب و روز با طهارت باشی حتما طاهر باش که اگر با طهارت بمیری، شهید خواهی بود.

امیرالمومنین «ع» فرموده است که: بوهای بد را بوسیله‌ی آب برطرف کنید که خداوند متعال از بندگان کثیف بدش می‌آید.

مالیدن روغن به بدن نیز موجب پاکیزگی جسم و برطرف شدن آلودگیهای تن می‌باشد. از امام صادق «ع» نقل است که: روغن، پوست را نرم و

www.takbook.com

www.takbook.com

عقل را زیاد می‌کند و مجاری آب بدن را پاک می‌سازد و آلودگی تن را از بین می‌برد و رنگ پوست را روشن می‌سازد.

در مورد اینکه چه نوع روغنی به بدن بمالیم نیز دستورات صریح رسیده است. در احادیث وارده از پیامبر «ص» و ائمه علیهماالسلام روغن بنفشه و روغن زیتون توصیه شده است. رسول اکرم «ص» در وصیت خود به امیرالمومنین «ع» می‌فرماید:

ای علی، روغن زیتون بخور و آنرا بر خود بمال که هر کس روغن زیتون بخورد و بر بدن خود بمالد، شیطان تا چهل روز به او نزدیک نخواهد شد.

و امیرالمومنین «ع» در مورد روغن بنفشه فرموده است که: روغن بنفشه به خود بمالید که در تابستان خنک و در زمستان گرم است.

چگونگی استحمام

نقل است که هرگاه امام صادق «ع» از حمام بیرون می‌آمد و لباس می‌پوشید عمامه می‌بست و میفرمود:

هرگز وقت خروج از حمام، عمامه را رها نکردم چه در زمستان و چه در تابستان و در حدیث دیگری می‌فرماید:

پس از خروج از حمام، پاها را بشوئید که دردسر را برطرف می‌کند و به هنگام خروج، عمامه بگذارید (منظور این است که سر خود را بپوشانید).

در مورد پوشاندن سر، پس از خروج از حمام، از حضرت امام محمد باقر «ع» روایت شده است که فرمود:

این کار (پوشانیدن سر پس از خروج از حمام) موجب امان از دردسر می‌باشد.

و نیز روایت شده است که: چون وارد حمام شدید و حرارت بدن به هیجان آمد، آب سرد بر خود بریزید تا حرارت فرو نشیند.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

www.takbook.com

www.takbook.com

هر کس به خدا و آخرت ایمان دارد جز با لنگ به حمام نرود.

امیرالمومنین «ع» می‌فرماید:

در حمام به پشت نخوابید که پیه کلیه‌ها آب می‌شود.

امام صادق «ع» فرموده است:

به حمام نروید مگر آنکه چیزی خورده باشید که آتش معده را فرو نشاند و اینکار برای حفظ نیروی بدن بهتر است و با شکم پر نیز وارد حمام نشوید.

امام موسی کاظم «ع» می‌فرماید:

گرسنه و با شکم خالی به حمام نروید و قبل از دخول به حمام، چیزی میل کنید.

امام صادق «ع» می‌فرماید: با شکم سیر نباید به حمام رفت چرا که بدن را فرسوده می‌کند و گاهی موجب مرگ انسان میگردد.

اهمیت استحمام

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

بیماری سه تاست و دارو نیز سه تاست: اما بیماری: خون، صفرا و بلغم است، داروی خون حجامت است، داروی بلغم حمام است، داروی صفرا راه رفتن است.

امام موسی کاظم «ع» می‌فرماید:

یک روز در میان به حمام رفتن، بر گوشت بدن می‌افزاید و هر روز حمام رفتن، پیه کلیه‌ها را آب می‌کند.

اصلاح موهای سر و صورت

اصلاح موهای سر و صورت، کوتاه کردن و تمیز و پاکیزه نگهداشتن آن، یکی از راههای رعایت بهداشت و حفظ سلامتی جسمانی است. داشتن موها و ریشهای بلند و درهم در اسلام نهی شده است چنانکه روزی پیامبر خدا چشمش

www.takbook.com

www.takbook.com

به مردی افتاد که ریش بلند و درهمی داشت و فرمود: چه ضرر داشت اگر این مرد ریش خود را اصلاح میکرد.

دلیل این فرمایش رسول خدا بسیار واضح است: موهای بلند و آشفته و درهم و کثیف، مامن کثافات و میکروبهاست و کوتاه کردن، شستن، شانه زدن و پاکیزگی آن، از شیوع کثافات و آلودگیها و در نتیجه از بروز بیماریها جلوگیری مینماید. کوتاه کردن و پاکیزه نگاهداشتن موها آنقدر در اسلام مورد توجه و اهمیت است که امام صادق «ع» به صراحت فرموده است:

ریش بیشتر از یک قبضه، در آتش است.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

از سعادت مرد، کم پشت بودن ریش است.

علاوه بر کوتاه کردن موها، رسیدگی به نظافت و زیبایی آن و شانه کردن آن نیز توصیه شده است، چنانکه از رسول خدا نقل است که: هر کس شانه را هفت بار بر سر و ریش و سینه‌ی خود بکشد هرگز به دردی مبتلا نشود.

فایده شانه کردن مو

در زمینه اهمیت و خواص شانه زدن به موها، امام صادق «ع» می‌فرماید:

شانه، موها را می‌آراید و حاجت را برمی‌آورد و به نیروی کمر می‌افزاید و بلغم را قطع می‌کند.

و می‌فرماید:

شانه زدن، وبا را از بین می‌برد یعنی تب را.

امام حسن عسکری «ع» می‌فرماید:

شانه زدن با شانه‌ی عاج، موی سر را میرویاند و کرم را از دماغ دور می‌سازد و صفرا را فرو می‌نشاند و لثه‌ها را تمیز میگرداند.

امام صادق «ع» می‌فرماید:

شانه کردن سر بلغم را ببرد و شانه زدن به ابروها، موجب امان از خوره است

www.takbook.com

www.takbook.com

و شانه کزدن صورت دندانها را محکم مینماید.

آداب شانه کردن

ائمه علیهم‌السلام در زمینه‌ی آداب شانه کردن توصیه‌هایی فرموده‌اند. از جمله:

امیرالمومنین «ع» می‌فرماید:

شانه زدن در حال ایستاده، فقر می‌آورد.

و امام صادق «ع» می‌فرماید:

در حمام شانه نزنید که بیخ موی را سست می‌کند.

امام موسی کاظم «ع» می‌فرماید:

ایستاده شانه مکن که ضعف قلب می‌آورد و نشسته شانه کن که دل را قوی می‌سازد و پوست را شاداب می‌نماید.

پاسخ به یک شبهه

ممکن است بعضی‌ها ایراد کنند که اگر کوتاه کردن موی سر و صورت سفارش شده است پس مفهوم این کلام امام موسی کاظم «ع» چیست که در حدیثی فرموده است: موها را بلند بگذارید که موجب زیبایی است.

بهترین پاسخ به این شبهه حدیثی است از امام صادق «ع» آنجا که می‌فرماید: هر کس میخواهد موی بلند بگذارد آنرا خوب نگهداری کند و گرنه آنرا بچیند و کوتاه نماید.

زدودن موهای زائد بدن

در جایی که کوتاه کردن و اصلاح موهای سر و صورت، آنهمه مورد توصیه و تاکید قرار گرفته بدیهی است که اصلاح و زدودن دیگر موهای زائد

www.takbook.com

www.takbook.com

بدن، خود به خود مورد تاکید است. یکی از راههای زدودن موهای اضافی بدن که سفارش شده، به کار بردن «نوره» است. در احادیث وارده از رسول خدا «ص» و ائمه علیهم‌السلام، آداب نوره کشیدن و خواص و مزایای آن و حنا بستن به ناخنها پس از عمل نوره کشیدن، اشارات بسیار رفته است و در دلیل حنا بستن به دستها پس از عمل نوره کشیدن، از امام محمد باقر «ع» روایت شده است که: ناخن وقتی که با نوره تماس می‌گیرد تغییر می‌پذیرد و چون ناخن مردگان می‌شود و حنا بستن اشکالی ندارد. و از امام صادق «ع» روایت شده است که: حنا بستن بعد از نوره موجب امان از برص و خوره می‌باشد.

در اهمیت و مزایای نوره کشیدن از رسول اکرم «ص» نقل شده است که حضرت فرمود: هر کس نوره کشد و حنا بندد، خداوند او را از سه چیز در امان دارد. جذام، برص، خوره.

البته، نوره کشیدن آداب و شرایطی دارد. از جمله امام علی «ع» فرموده است که: خوب است که انسان در چهارشنبه نوره نکشد و در دیگر روزها جایز است. و امام صادق «ع» فرموده است: هر کس در روز جمعه نوره کشد و برص گیرد، غیر خود را ملامت نکند. و روایت شده است که: با بدن نوره کشیده نشستن، فتق می‌آورد.

از امام محمد باقر «ع» روایت است که به این دلیل باید ناخنها را گرفت که جایگاه شیاطین می‌شود و فراموشی می‌آورد.

یکی دیگر از مواد زائد بدن که زدودن آن موجب حفظ سلامتی و رعایت بهداشت فردی است «ناخن» میباشد.

در حدیث وارده از امام موسی کاظم «ع» گرفتن و کوتاه کردن ناخن جهت درمان درد چشم مفید دانسته شده است.

خلف می‌گوید: امام موسی بن جعفر «ع» مرا دید و من از درد چشم به حضرتش شکایت کردم. فرمود: میخواهی ترا به کاری راهنمایی کنم که اگر انجام دهی دیگر از درد چشم ننالی؟ گفتم: آری. فرمود: ناخنهایت را در هر

www.takbook.com

www.takbook.com

پنجشنبه بگیر. من چنین کردم و دیگر درد چشم ندیدم.

به علاوه، کوتاه کردن ناخنها مزایای دیگری نیز در بر دارد که در احادیث وارده از امام صادق «ع» بدان اشاره شده است:

گرفتن ناخن و کوتاه کردن شارب در هر جمعه موجب امان از خوره است.

و: ناخن گرفتن و شارب را کوتاه کردن و سر را با ختمی شستن، فقر را می‌برد و روزی را می‌افزاید.

و در حدیث دیگر: ثواب آنرا دارد که بنده‌ای را آزاد کند.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: هر کس شارب خود را نچیند از ما نیست.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

در روز جمعه ناخن و شاربت را کوتاه کن و اگر کوتاه است آنرا حک کن که هرگز خوره و پیسی به تو نرسد.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

هر کس خواهد از فقر در امان باشد وازدرد چشم و پیسی و جنون ننالد، ناخنهایش را روز پنجشنبه بعد از عصر بگیرد و ازانگشت کوچک دست چپ شروع نماید.

البته از قول پیامبر و نیز امام صادق «ع» روایت شده است که گرفتن و کوتاه کردن ناخن فقط برای مردان است و به زنان فرموده‌اند ناخنهایشان را بلند بگذارند که بر زینت آنها می‌افزاید.

موهای زائد بدن

یکی دیگر از راههای پاکیزگی و بهداشت بدن و در نتیجه سلامت جسم، برطرف کردن موهای زائد بدن می‌باشد. در مورد تراشیدن موهای سر و زدودن دیگر موهای زائد بدن، سفارشات بسیار در کلمات ائمه اطهار شده است از جمله:

امام صادق «ع» می‌فرماید:

www.takbook.com

www.takbook.com

هفت روز یکبار با تیغ و پانزده روز یکبار با نوره خود را پاکیزه کنید.

و در حدیثی دیگر:

کودکانی را که کم مو هستند و قسمتی از سرشان مو ندارد، سر متراشید.

امام رضا «ع» می‌فرماید:

سه چیز است که هر که آنها را بشناسد رها نخواهد کرد: ستردن موها، از جمله آنهاست.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

آنکس که به خدا و روز قیامت ایمان دارد نباید موهای ظهار (بالای عورت) را بیش از چهل روز نسترده بگذارد، و زنی که ایمان دارد نباید بیش از بیست روز آنرا نسترده بگذارد.

و در حدیثی دیگر:

موهای شکم نیز تراشیده شود.

از امام صادق «ع» درباره‌ی بلند نگهداشتن موی سر پرسیدند، فرمود: اصحاب پیغمبر «ص» موهای خود را کوتاه میکردند.

و در حدیثی دیگر:

چیدن موی دماغ، چهره را زیبا می‌کند.

امام صادق «ع» می‌فرماید: هر کس به خدا و آخرت ایمان دارد موی ظهار را بیش از یک هفته باقی نگذارد و نوره را بیش از یک ماه ترک ننماید و اگر بیشتر ترک نماید نمازش کامل نخواهد بود.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: موهای شکم را بسترید چه زن چه مرد.

از امام صادق «ع» روایت است که: خداوند متعال به ابراهیم فرمود: خود را تمیز کن، ابراهیم شارب خود را بزد. باز فرمود: پاکیزه شو، موهای زیر بغل را بسترد. باز فرمود: پاکیزه شو، ناخنهای خود را گرفت. باز فرمود: پاکیزه شو، موهای عورت را بسترد. بازش امر کرد پاکیزه شو، ناخنهای خود را گرفت. بازش فرمود پاکیزه شو، پس ختنه کرد.

www.takbook.com

www.takbook.com

امیرالمومنین «ع» می‌فرماید: برطرف کردن موی زیر بغل، بوی زیر بغل را می‌برد و موجب پاکیزگی است و سنتی است که پیغمبر «ص» بدان امر کرده است.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: هیچ کس موی زیر بغل خود را نگذارد که شیطان آنرا پناهگاه خود قرارمیدهد و: مانعی ندارد جنب نوره بکشد که نوره به پاکیزگی می‌افزاید.

سلامت دندان

سلامت دندانها در گرو پاکیزگی آنهاست و پاکیزگی دندانها از طریق مسواک کردن تامین می‌شود. مسواک زدن آنقدر مورد اهمیت است که امام صادق «ع» فرموده است: دو رکعت نماز با مسواک بهتر است از هفتاد رکعت نماز بی‌مسواک و رسول اکرم «ص» فرموده است: اگر بر امت من مشکل نبود آنها را امر میکردم که در وقت وضوی هر نماز، مسواک زنند. و در حدیث دیگری فرموده است: راه قرآن را پاکیزه نگهدارید. پرسیدند: مراد از راه قرآن کدام است؟ فرمود: دهانهای شما. گفتند: چگونه؟ فرمود: با مسواک.

در حالات رسول خدا صلوات علیه آمده است که: حضرت در هر شب سه بار مسواک میکرد، یکبار قبل از خواب و بار دوم پس از بیدار شدن برای نماز شب و بار سوم قبل از بیرون رفتن برای نماز صبح در مسجد.

امام صادق «ع» مسواک زدن را یکی از سنتهای پیامبران دانسته و در مورد مزایای آن در حدیثی فرموده است: مسواک چشم را جلا میدهد همانطور که سرمه سنگ بوی دهان را می‌برد.

رسول اکرم «ص» در وصیت خود به امیرالمومنین «ع» می‌فرماید: یا علی، بر تو باد به مسواک در وقت هر وضو گرفتن. و در حدیثی دیگر می‌فرماید: جبرئیل همواره درباره‌ی مسواک به من سفارش کرد چندانکه ترسیدم دندانهایم ساییده شود یا از بین برود.

www.takbook.com

www.takbook.com

امیرالمومنین «ع» می‌فرماید: مسواک، موجب خوشنودی خداوند عزوجل است و سنت پیغمبر است و وسیله‌ی پاکیزگی دهان می‌باشد.

و امام موسی بن جعفر «ع» می‌فرماید: شیعیان ما از چهار چیز بی‌نیاز نیستند: سجاده، تسبیح، انگشتری و مسواک.

طریقه‌ی مسواک زدن را نیز رسول اکرم «ص» بیان فرموده است، آنجا که می‌فرماید: مسواک را از بالا به پائین بکشید. و در حدیثی دیگر: وقتی روزه‌دار هستید صبحگاه مسواک کنید و شب مسواک ننمائید که هیچ روزه‌داری در شب لبهایش خشک نباشد مگر اینکه در قیامت جلویش را روشن سازد.

رسول اکرم «ص» فرماید: مسواک، بر فصاحت مرد می‌افزاید.

امام صادق «ع» فرماید: مسواک زدن در مستراح دهان را بدبو می‌کند.

امام محمد باقر «ع» فرموده: مسواک در هر سه روز ترک نشود اگرچه یکبار مسواک را به دندان بمالید.

رسول اکرم «ص» فرماید: مسواک زدن بلغم را کم می‌کند و در نتیجه چشم، جلا می‌یابد.

خاصیت و فواید مسواک

امیرالمومنین «ع» میفرماید:

سه چیز بلغم را می‌برد و بر حافظه می‌افزاید: مسواک، روزه، قرائت قرآن.

امام صادق «ع» می‌فرماید:

در مسواک دوازده خصلت است: از سنت است و پاکیزه کننده‌ی دهان و جلا دهنده چشم است، خداوند را خشنود و دندانها را سپید می‌کند. بوی دهان را می‌برد و لثه‌ها را محکم می‌کند و اشتها را زیاد و بلغم را برطرف می‌نماید. بر حافظه میافزاید و حسنات را دوچندان می‌کند و فرشتگان را مسرور می‌سازد.

www.takbook.com

www.takbook.com

استعمال عطر

استعمال عطر و بوهای خوش که موجب فرح و انبساط روح میگردد در اسلام مورد تاکید قرار گرفته و در احادیث وارده از امام صادق «ع» و امام رضا «ع» عطر بر شارب مالیدن و بوی خوش به کار بردن از اخلاق انبیاء، و فرشتگان قلمداد شده است.

از قول رسول اکرم «ص» نقل شده است که: آنچه در راه بوی خوش مصرف شود جزو اسراف نمی‌باشد و امام صادق «ع» فرموده است که رسول خدا «ص» برای عطر بیشتر خرج میکرد تا برای غذا. و: شایسته است که انسان به کار بردن بوی خوش و عطر را هر روز فراموش نکند و اگر هر روز نتواند یک روز در میان و اگر اینقدر هم نتواند، در هر جمعه.

در حالات پیامبر از قول امام صادق «ع» آمده است که: پیامبر مشکی داشت که پس از وضو به دست میمالید بطوری که وقتی از خانه بیرون می‌رفت مردم می‌فهمیدند که این، پیامبر خداست که می‌آید.

در حالات امام زین‌العابدین «ع» از قول امام رضا «ع» نقل شده است که: امام «ع» مشکدانی داشت از قلع که در آن مشک نهاده بود و وقت لباس پوشیدن و بیرون رفتن، از آن مشک به خود میمالید.

در حالات امام صادق «ع» از امام رضا «ع» آمده است که: جای حضرت در مسجد، از بوی عطر واثر سجده‌ی حضرت شناخته می‌شد.

در حالات خود امام رضا «ع» از قول «صولی» نقل شده است که: از جده‌ام شنیدم که هیچگاه امام رضا «ع» را ندیدم مگر آنکه به خاطر دارم او را دیدم که عود هندی بخور می‌کند و سپس، مشک و گلاب به کار می‌برد.

در مورد استعمال عطر ومواد خوشبو کننده از طرف زنان، تاکید شده است که به کار بردن بوی خوش برای زنان در محیط خارج از منزل، به هیچ وجه سزاوار نیست، بطوری که رسول اکرم «ص» فرموده است: هر زنی که بوی خوش بکار برد و از خانه‌اش بیرون رود، مورد لعن خداوند است تا آنکه

www.takbook.com

www.takbook.com

خانه برگردد. هم چنین عطری که زنان به کار می‌برند بایستی با عطر مردان تفاوت داشته باشد. از قول رسول خدا در این مورد آمده است که عطر زنان باید رنگش تند و بویش خفیف باشد و عطر مردان بر عکس، باید کم رنگ و بویش زیاد باشد.

حنا مالیدن و خضاب بستن

حنا مالیدن و خضاب بستن، علاوه بر اینکه جنبه‌ی زینتی دارد و بر زیبایی شخص می‌افزاید. از نظر بهداشتی و طبی نیز دارای فواید عدیده است از لحاظ جنبه‌ی زینتی و اهمیت آن در این زمینه به ذکر دو حدیث از امام موسی کاظم «ع» و امام هادی علیه‌السلام اکتفا می‌کنیم.

از قول حسن بن جهم روایت شده است که: بر حضرت امام موسی بن جعفر «ع» وارد شدم که رنگ سیاه بسته بود. عرض کردم: فدایت شوم، رنگ سیاه بسته‌اید؟ فرمود: در خضاب، پاداشی است، خضاب و خودآرایی بر عفت زنان می‌افزاید که زنان عفت خود را از آن رها می‌کنند که شوهرانشان خود را نمی‌آرایند و ژولیده و کثیف مینمایند.

حدیث دوم ـ ذروان مدائنی گوید: بر حضرت امام هادی «ع» وارد شدم که تازه خضاب بسته بود، عرض کردم: جانم فدای شما، خضاب کرده‌اید؟ فرمود: آری خضاب را پاداش زیاد است، نمی‌دانی که آراستن مرد، بر عفت زنان می‌افزاید (چون مرد خود را تمیز و زیبا بسازد همسرش به دیگری رغبت نمی‌کند) آیا تو دوست داری وقتی به خانه میروی همسر خود را ژولیده و ناآراسته ببینی؟ گفتم: نه، فرمود: زن نیز چنین است.

مزایای طبی

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

حنا ببندید که چشم را روشنی میدهد و موی را میرویاند و بو را خوش

www.takbook.com

www.takbook.com

می‌کند و سر را آرامش میدهد.

و در حدیثی دیگر:

در خضاب چهارده خصلت است: باد را از گوشها می‌برد. چشم را روشنی می‌بخشد، بینی را نرم و باز می‌کند، دهان را خوشبو می‌سازد، لثه‌ها را محکم می‌نماید، بوی بد را از بدن می‌برد، وسوسه‌ی شیطان را تقلیل میدهد، فرشتگان را خوشحال می‌کند و مومن را خوشنود و کافر را خشمناک می‌سازد و خضاب زینت و بوی خوش است که نکیر و منکر از آن خجالت می‌کشند و موجب برائت انسان در قبر میگردد.

امام موسی کاظم «ع» می‌فرماید:

در خضاب سه خصلت است: هیبت به هنگام جنگ و محبوب شدن نزد زنان و افزودن بر قوه باه.

اسماعیل بن یوشع گوید: به امام رضا «ع» گفتم: دختری است که حیض او بند آمده، فرمود: سرش را با حنا خضاب کن بزودی باز خواهد شد. چنین کردم و حائض گردید.

در احادیث وارده، از خضاب بستن در حال حیض و جنابت جدا نهی شده است.

www.takbook.com

www.takbook.com

توصیه‌های بهداشتی

چند توصیه در مورد بیماری و بیماران

امام صادق «ع» فرماید: تا موقعی که بدنتان خود میتواند با قوای طبیعی بر ضد بیماری پیکار کند، از استعمال دارو پرهیز کنید.

و: آنکس که از بیماری بدر آمده و معهذا خودسرانه به استعمال داروئی پرداخته که به مرگش منجر شده مستحق خشم و نفرت من خواهد بود. من از او بیزارم زیرا او در این رفتار، خودکشی کرده است.

و: برای بیمار راه رفتن، موجب پس افتادن است.

امام رضا «ع» فرماید: به بیماران خود چغندر بدهید که در آن شفا هست و ضرری وجود ندارد و خواب بیمار را آرامش میدهد.

توصیه‌هایی به زنان باردار

رسول اکرم «ص» فرمود:

به زنان آبستن «به» بدهید که فرزند را زیبایی می‌بخشد. و در روایت دیگر آمده: اخلاق فرزند را نیکو می‌کند.

و نیز فرمود: زن را در ماهی که می‌زاید (ماه آخر حاملگی) خرما بخورانید که فرزندش بردبار و پاکدامن خواهد بود.

www.takbook.com

www.takbook.com

امام صادق «ع» می‌فرماید: به کودکان خود انار بدهید که رشد آنها را سریعتر می‌کند.

در املاء شیخ طوسی آمده: به کودکان انار بدهید که زودتر زبان باز کنند.

امام رضا «ع» می‌فرماید: انار، نطفه را زیاد کرده فرزند را زیبا می‌کند.

مردی خدمت امام صادق «ع» عرضه داشت: کودکان ما هنگام ولادت ضعیف و بیمارند. حضرت فرمود: چرا سویق به آنها نمی‌دهید که گوشت را میرویاند و استخوان را محکم می‌نماید.

توضیح: سویق را از ترکیب مغز حبوبات می‌سازند و مانند شیر خشک است.

امام صادق «ع» می‌فرماید: هر کس فرزند ندارد تخم مرغ زیاد بخورد، و فرمود: پیامبری از کمی نسل امتش به خداوند شکایت برد، وحی آمد که نان را با تخم مرغ بخورند.

امام رضا «ع» می‌فرماید: بر شما باد به کاسنی که به نطفه می‌افزاید و فرزند را زیبا می‌کند و گرم و نرم می‌باشد و پسر را زیاد می‌کند.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: به زنان حامله شیر بنوشانید زیرا شیر در مشاعر کودک تاثیر نیکو دارد.

موهای خود را با چه بشوئیم؟

در احادیث وارده از امیرالمومنین «ع» و امام صادق «ع» شستن موهای سر با «ختمی» توصیه و تاکید شده و دلایل طبی برای آن ذکر گردیده است. امام علی «ع» می‌فرماید:

شستن سر با ختمی، چرک را می‌برد و جانوران (میکروبها) را نابود می‌کند. و در حدیثی دیگر می‌فرماید: سر را با ختمی شستن، آلودگی را می‌برد

www.takbook.com

www.takbook.com

کثافات را برطرف می‌کند.

امام صادق «ع» می‌فرماید:

سر را هر جمعه با ختمی شستن، موجب امان از برص و دیوانگی است. شستن سر با ختمی فقر را از بین می‌برد و روزی را می‌افزاید. و در حدیث دیگر فرموده است: شستن مو با ختمی، معالجه‌ی بیماری و جنون است.

چگونگی استفاده از سیاه دانه

از سعد روایت است که پیامبر «ص» فرمود:

در این دانه‌ی سیاه شفای هر بیماری جز «سام» نهفته است. پرسیدم: سام چیست؟ فرمود: مرگ. پرسیدم: دانه‌ی سیاه چیست؟ فرمود: سیاهدانه پرسیدم: چگونه مصرف کنیم؟ فرمود: یازده دانه از آن بردارید و در پارچه‌ای بریزید و یک شب در آب بخوابانید، فردا صبح یک قطره در بینی راست و یک قطره در بینی چپ بریزید، در روز دوم دو قطره در بینی راست و یک قطره در بینی چپ بچکانید و در روز سوم در بینی راست یک قطره و در بینی چپ دو قطره بچکانید و دانه‌ها را هر روز تازه کنید.

غذای پیران

حماد بن عثمان گوید: نزد ابو عبدالله صادق «ع» بودم. پیرمردی از عراق با حضرت سخن می‌گفت. حضرت فرمود: چه شده که نمی‌توانی درست حرف بزنی؟ پیرمرد گفت: دندانهای جلویی‌ام افتاده. حضرت فرمود: از این پس، نان را تلید کرده و بخور و از خوردن روغن خودداری نما، زیرا روغن برای پیرمردان مناسب نیست.

گوشت

خوردن گوشت برای سلامتی شخص بسیار مفید است بطوری که امام صادق

www.takbook.com

www.takbook.com

«ع» فرموده: هر که تا چهل روز پول نداشته باشد که گوشت بخرد قرض بگیرد و گوشت بخرد، ولی خوردن آن نیز حدی دارد.

عمار ساباطی گوید: در مورد گوشت از امام صادق «ع» سئوال کردم. حضرت فرمود: در هر سه روز یکمرتبه گوشت بخورید. گفتم: مهمانان بر ما وارد می‌شوند که فقط به گوشت علاقه دارند. حضرت فرمود: در هر سه روز یک مرتبه عرض کردم: غذایی آماده‌تر از گوشت نداریم وانگهی اگر غذای دیگری به آنها بدهیم خوششان نمی‌آید. حضرت باز هم تکرار فرمود: در هر سه روز یک مرتبه.

آنچه برای بدن زیان دارد

امام صادق «ع» فرمود: سه چیز است که برای بدن زیان دارد و حتی ممکن است منجر به مرگ انسان گردد: خوردن گوشت خشک شده که مدتی طولانی مانده باشد، داخل شدن به حمام با شکم سیر، جماع با زنان پیر.

چگونگی خوردن میوه

امام صادق «ع» فرمود: هر میوه‌ای دارای سم است (میوه‌ها آلوده به میکروبهای معلق در فضا می‌باشند) وقتی میخواهید میوه بخورید، نخست آنرا بشوئید.

حجامت و بیماریها

نقل است که شخصی به امام صادق «ع» از بیماری کبد شکایت کرد. حضرت رگزنی را خواست و پای آن شخص را فصد کرد و سپس فرمود: برای بیماری و درد پا و خاصره، انجدان رومی بخورید.

نمونه دوم

مرد دیگری به حضرت از خارش شکایت کرد. حضرت فرمود: سه بار در

www.takbook.com

www.takbook.com

دو پا و بین عرقوب (رگ و عصب برآمده پشت پا) و غوزک پا حجامت کند. مرد، این کار را کرد و دردش برطرف شد. دیگری شکایت کرد. حضرت فرمود: در یکی از پاشنه‌ها و یا یکی از پاها سه بار حجامت کن. انشاءالله شفا خواهی یافت.

اهمیت حجامت

چنانکه از مطالب گذشته دریافتیم، رسول اکرم «ص» و ائمه علیهم السلام عمل حجامت کردن را ستوده و در مورد علاج پاره‌ای بیماری‌ها آنرا توصیه فرموده‌اند. در مورد اهمیت و خواص حجامت، مطالب دیگری در احادیث آمده که به پاره‌ای از آنها اشاره می‌شود.

امام صادق «ع» فرمود:

حجامت، عقل را زیاد می‌کند و بر حافظه می‌افزاید.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

حجامت در سر، شفای هفت بیماری است: دیوانگی، خوره، پیسی، چرت و بیحالی، درد دندان، تاریکی چشم، درد سر.

و در حدیثی دیگر می‌فرماید:

پیامبر به سر خود اشاره کرد و فرمود: بر شما باد به مفیثه (حجامت پشت گردن) که شما را از جنون و جذام و پیسی و خارش و درد دندان نگه میدارد.

آداب حجامت

رسول اکرم «ص» فرموده است:

حجامت ناشتا و با شکم خالی، داروی در حال سیری بیماری است.

امام صادق «ع» فرموده است:

حجامت در گودی پشت سر، فراموشی می‌آورد.

و: هر کسی خون او به هیجان آید حجامت کند او را نخواهد کشت و چون خواهد حجامت کند در آخر روز حجامت نماید.

www.takbook.com

www.takbook.com

و: از حجامت با شکم خالی بپرهیزید.

و: با شکم سیر به حمام مرو و قبل از آنکه چیزی بخوری حجامت مکن که حجامت بعد از غذا، برای رگها سودمندتر است و بیرون آمدن خون را آسانتر می‌کند و بدن را نیروی بیشتر میدهد.

و: حجامت را در شب انجام دهید که درد را بهتر برطرف می‌کند.

امام موسی کاظم «ع» فرموده است:

حجامت پس از غذا باشد که وقت سیری حجامت کردن سبب می‌شود که خون در محل حجامت جمع شود و درد را از بدن بیرون می‌کشد و حجامت قبل از غذا خورن، خون را بیرون می‌کشد و بیماری را باقی نگه میدارد.

در حدیثی که از زید شحام روایت شده آمده است که **امام صادق «ع»** قبل و بعد از حجامت، انار میل میفرمود. و در حدیث دیگر آمده که آن حضرت پس از حجامت قند می‌خورد و میفرمود: قند پس از حجامت، فشار خون را برطرف کرده به نیروی بدن می‌افزاید.

www.takbook.com

www.takbook.com

نسخه‌های درمانی

آسم، تنگی نفس

مفضل بن عمر نقل کرده است که: در خدمت امام صادق «ع» بودم. از حضرت سئوال کردم: آیا خوردن بول شتر و گاو و گوسفند (البته جهت معالجه‌ی بیماری آسم) جایز است؟ حضرت فرمود: برای مداوا اشکالی ندارد. و نیز روایت کرده است که: مردی به «آسم» شدید مبتلا شده بود. حضرت فرمود: بول شتر حامله را بخور. آن مرد خورد و خوب شد.

موسی بن عبدالله بن حسن می‌گوید: از پیران خود شنیدم که: شیر گاو و گوسفند تازه زائیده شفای همه‌ی دردهاست و برای کسانی که مبتلا به تنگی نفس هستند، بول آنها نیز مفید است.

انگل

رسول اکرم «ص» فرمود: خرما را ناشتا بخورید که انگل را می‌کشد.

امام صادق «ع» فرمود: بر شما باد به سرکه انگور که هر انگلی را در درون بدن می‌کشد.

www.takbook.com

www.takbook.com

رفع اندوه

امام صادق «ع» فرمود: اگر کسی در خود اندوه و ناراحتی احساس کند و سبب آنرا نداند گوشت دراج بخورد، انشاالله غم و ناراحتی‌اش رفع می‌شود.

رسول اکرم «ص» فرمود: در غذای خود کدو زیاد بریزید که دل غمگین را خوشحال میگرداند.

امام صادق «ع» فرمود: حضرت نوح «ع» به خداوند از اندوه شکایت کرد. وحی آمد که: انگور سیاه بخور که غم را می‌برد.

بوی دهان

امیرالمومنین «ع» فرمود: جویدن کندر، دندانها را محکم کرده بوی بد دهان را می‌برد. و در حدیثی دیگر: کشمش، دهان را خوشبو می‌کند.

امام محمد باقر «ع» فرمود: خوردن تره، دهان را خوشبو می‌کند.

خوشبویی دهان

رسول اکرم «ص» می‌فرماید:

بر شما باد به سرمه که دهان را خوشبو می‌کند. سئوال شد: چگونه؟ فرمود: سرمه، بلغم را از بین می‌برد و در نتیجه، دهان خوشبو می‌شود.

در احادیث وارده از امام صادق «ع» نیز سرمه کشیدن موجب خوشبویی دهان دانسته شده است.

امام صادق «ع» فرمود: ریحان، دهان را خوشبو می‌کند. و در حدیثی دیگر: پیاز، دهان را خوشبو می‌کند.

امام رضا «ع» فرمود: انجیر، بوی بد دهان را برطرف می‌کند.

www.takbook.com

www.takbook.com

بواسیر

زراره گوید: دایه‌ی امام موسی کاظم «ع» را دیدم که ارزن را برشته کرده می‌کوبید. از مشاهده‌ی این عمل اندوهناک شده اندیشیدم که شاید خانواده امام غذای دیگری برای خوردن ندارند. لذا خدمت حضرت مشرف شدم. امام «ع» هنگامی که مرا دید فرمود: دلیل اندوه تو را میدانم اما بدان که ارزن بهترین غذاهاست، چرا که معده را صاف کرده بواسیر را از میان می‌برد.

برسم

از سیف خرما فروش نقل است که: یکی از دوستان ما در مکه به بیماری «برسم» مبتلا شد. من به نزد امام صادق «ع» رفته جریان بیماری او را خدمت امام «ع» عرض کردم. حضرت فرمود: به او سویق جو مخلوط با آب بدهید. دو روز بدستور امام رفتار کردیم بیمار خوب شد.

باد مفاصل

امام سجاد «ع» فرمود: برای معالجه‌ی باد مفاصل به اندازه‌ی یک کف دست شنبلیله را با مقدار یک کف دست خاک پاک در دیگ ریخته آب بر آن بریزید تا خوب پخته و بهم مخلوط شوند. سپس آنرا صاف کرده بگذارید سرد شود و یک روز در میان از آن بخورید بطوری که در تمام مدت به اندازه‌ی یک لیوان خورده باشید.

بواسیر و نقرس

رسول اکرم «ص» فرمود: انجیر، بواسیر را قطع می‌کند و بیماری نقرس را سودمند است.

و فرمود: انجیر تازه و خشک بخورید که به نیروی جماع می‌افزاید و بواسیر را برطرف می‌کند و برای رطوبت و نقرس سودمند است.

www.takbook.com

www.takbook.com

امام محمد باقر «ع» فرمود: تره، بواسیر را قطع می‌کند.

امام صادق «ع» فرمود: سنجد، نگهدار انسان از بواسیر و قطره قطره آمدن بول است.

برص

امام صادق «ع» فرمود: خوردن گندم کوبیده‌ی خشک شده، بیماری برص را از بین می‌برد.

امام موسی کاظم «ع» فرمود: گوشت کباب کرده برای مداوای «برص» سودمند است.

امام صادق «ع» فرمود: بنی‌اسرائیل از «برص» به موسی شکایت کردند و او به خداوند شکایت برد، وحی آمد که: به آنان بگو گوشت گاو را با چغندر بخورند.

و فرمود: بر شما باد به خوردن بورانی بادمجان که داروست وموجب ایمنی از برص می‌باشد و هم چنین سرخ شده‌ی آن در روغن زیتون.

تب

ابراهیم بن جعفی از پدرش نقل می‌کند که: خدمت امام صادق «ع» شرفیاب شدم. حضرت هنگامی که مرا دید فرمود: چه شده که تو را ناراحت می‌بینم؟ عرض کردم: هر چهار روز یک مرتبه تب می‌کنم. حضرت فرمود: چرا از خوراکیهای پاکیزه مبارک استفاده نمی‌کنی؟ سپس فرمود: شکر را کوبیده با آب مخلوط کن، سپس آنرا صاف نموده هر روز صبح بخور. راوی گوید: به دستور امام رفتار کردم و تب دیگر بازنگشت.

تب

علی بن احمد بن اسیم نقل می‌کند که: یکی ازدوستان ما تب کرد. پزشک

www.takbook.com

www.takbook.com

برایش «غافث» تجویز نمود. به او نوشاندیم ولی اثر نکرد. قضیه را خدمت امام صادق «ع» عرض کردم. حضرت فرمود: خداوند در چیزهای تلخ شفا قرار نداده. سپس فرمود: یک پیمانه و نصف شکر داخل ظرفی آب بریز بطوری که آب را بپوشاند یک میله آهن سفید داخل ظرف قرار بده و شب آنرا در هوای آزاد بگذار که هوا بخورد. چون صبح شد آنرا برداشته صاف کن و از آن بخور. شب دوم، دو پیمانه و نصف شکر داخل ظرف بریز و مانند شب پیش عمل کن. شب سوم، سه پیمانه و نصف بریز و همانگونه عمل نما. راوی گوید: چنین کردیم و بیمار شفا یافت.

توضیح: غافث، علف تلخی است که برگهایش مانند شاهدانه و شکوفه‌هایش مانند نیلوفر است. از صبر زرد تلخ‌تر است و شکوفه‌اش را استعمال می‌کنند.

تب نوبه

امام محمد باقر «ع» از پدر بزرگوارش نقل کرده که: روزی، شخصی از امام امیرالمومنین «ع» درباره‌ی مداوای تب نوبه سئوال کرد. حضرت فرمود: عسل و سیاه دانه را با هم مخلوط کرده روزی سه قاشق از آن بخور تب تو قطع می‌شود، زیرا ایندو مبارکند و خداوند درباره‌ی عسل فرموده: از شکم زنبورهای عسل شرابی بیرون می‌آید که رنگهای مختلف دارد و در آن شفا برای مردم است و رسول خدا فرموده: سیاه دانه، درمان همه‌ی دردهاست بجز بیماری موت.

تب

امام موسی کاظم «ع» فرمود: گندم (یا جو) را هفت مرتبه بشوئید، سپس آنرا کوبیده آرد کنید و روزانه به اندازه یک کف دست از آن بخورید که هم تب را قطع می‌کند و هم به پاها و رانها نیرو میدهد.

www.takbook.com

www.takbook.com

تب

امیرالمومنین «ع» فرمود: بر آدم تبدار آب سرد بریزید که حرارت تب را فرو می‌نشاند.

امام صادق «ع» فرماید: آب سرد، حرارت را فرو می‌نشاند و صفرا را تسکین میدهد، غذا را در معده حل می‌کند و تب را از بین می‌برد.

امام رضا «ع» فرمود: آب ولرم چون هفت جوش بزند و از ظرفی به ظرفی بریزد تب را می‌برد و به ساقها و پاها نیرو میدهد.

امام صادق «ع» فرمود: شکم تبدار را با سویق پر کنید، قبلا هفت بار شسته سپس میل شود.

امام رضا «ع» فرمود: سویق اگر شسته شود و هفت بار ظرف به ظرف شود، تب را می‌برد و ساق پا را نیرومند می‌سازد.

امام موسی کاظم «ع» فرمود: به آدم تبدار گوشت کبک بدهید که ساق پا را محکم می‌کند و تب را می‌برد. و فرمود: برای برطرف شدن تب، به وزن ده درم شکر را با آب خنک ناشتا بخورید.

امیرالمومنین «ع» فرمود: عناب، تب را می‌برد.

امام صادق «ع» فرمود: هر که تب کند و همان شب به وزن دو درهم تخم شربتی بخورد، از بر شام در امان بماند.

از صحیفه امام رضا «ع»: پیامبر «ص» بر امام علی «ع» وارد شد در حالیکه تب داشت. حضرت دستور فرمود سنجد میل کند.

امام موسی کاظم «ع» فرمود: ما اهل بیت، خود را مداوا نمی‌کنیم مگر با ریختن آب سرد به تبدار و خوردن سیب.

سلیمان در ستویه گوید: بر امام صادق «ع» وارد شدم در حالیکه سیبی سبز در مقابل حضرت بود. عرض کردم: جانم فدایت این چیست؟ فرمود: سلیمان، دیشب تب شدیدی عارضم شد. این سیب برایم فرستاده شد که به آن حرارت تن فرو نشیند و امعاء و درون بدن خنک گردد و تب بریده شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

تصفیه‌ی خون

امام صادق «ع» فرمود: ریحان، خون را صاف می‌کند. و در حدیثی دیگر: بر شما باد به خوردن کاهو که خون را تصفیه می‌کند.

امام رضا «ع» فرمود: خوردن باقلا، خون تازه در بدن ایجاد می‌کند.

امام صادق «ع» فرمود: برای از بین بردن غلظت خون، بادمجان بسیار مفید است.

علاج ترس

رسول اکرم «ص» فرمود: به بخورید که سه خاصیت دارد: دل را پرنشاط می‌کند. بخیل را سخاوت می‌بخشد و ترسو را شجاعت میدهد.

امیرالمومنین «ع» فرمود: به، قوت قلب و حیات دل است و آدم ترسو را شجاعت می‌بخشد.

تیرگی بینایی

ابی‌الحصین گوید: دو چشمم سفید شد بطوری که هیچ چیز نمیدیدم. امیر مومنان «ع» را در خواب دیدم. عرضه داشتم: آقا، چنانکه می‌بینید چشمم بیمار گشته، فرمود: عناب را بکوب و به چشم بکش. من چنین کردم، سیاهی و تیرگی از آنها رفت و معاینه کردم دیدم که هر دو سالم است.

جذام

امام صادق «ع» فرمود: سنجد، عرق جذام را ریشه کن می‌سازد.

امام محمد باقر «ع» فرمود: همیشه خوردن تره، موجب ایمنی از جذام است.

امام صادق «ع» فرمود: خوردن ریحان کوهی، موجب ایمنی از جذام است.

و: خداوند جذام را با خوردن چغندر و رگ زدن از یهود برداشت.

و: در بدن هر کس رگ جذامی هست، آنرا با خوردن شلغم از بین ببرید.

www.takbook.com

www.takbook.com

یک دستور برای علاج بیماری جرب

مفضل گوید: به امام صادق «ع» از «جرب» و حرارت شکایت کردم. حضرت فرمود: رگ کحل (رگی در بازوی راست) را فصد کن. من چنین کردم و الحمدلله بیماری‌ام برطرف شد.

در حدیث دیگر آمده است که شخصی از بسیاری «جرب» به امام موسی بن جعفر «ع» شکایت کرد. حضرت فرمود: از بخار کبد است، برو و پای راست را رگ بزن و دو درهم روغن بادام شیرین را بر آب کشک بریز و آنرا بر زخمها ضماد کن و از خوردن ماهی و سرکه اجتناب کن. آن مرد به این دستور عمل کرده به خواست خدا شفا یافت.

چاقی ـ لاغری

امام صادق «ع» فرمود: سه چیز است که خوراکی نیست و بدن را چاق می‌کند و سه چیز است که خوراکی است و بدن را لاغر می‌کند. اما آن سه چیز که خوراکی نیست: پوشیدن لباس کتان، استعمال عطر، نوره کشیدن، و آن سه چیز که خوراکی است: گوشت خشک شده، پنیر، خرمای خشک شده.

لاغری، چاقی

از امام سجاد «ع» و امام صادق «ع» روایت است که خوردن گوشت ماهی تازه بطور مداوم بدن را لاغر می‌کند.

امام صادق «ع» فرمود: سویق گندم را با روغن زیتون بخورید که هم قوه‌ی باه را زیاد می‌کند و هم شما را چاق می‌نماید.

امام صادق «ع» فرمود:

سه چیز چاق می‌کند و سه چیز لاغر می‌کند. اما چاق کننده‌ها: حمام مداوم، بوئیدن بوی خوش، پوشیدن لباس نرم. و اما لاغر کننده‌ها: ماهی و تخم

www.takbook.com

www.takbook.com

مرغ خورن مداوم، امتلاء و نفخ معده.

نکته: مراد از حمام مداوم در حدیث فوق، حمام رفتن یک روز در میان است و گرنه هر روزه حمام رفتن از گوشت بدن میکاهد.

چشم، گوش، بینی

رسول اکرم «ص» فرمود: سداب (فیجن) برای درد گوش سودمند است.

امام موسی کاظم «ع» فرمود: نیشکر، گرفتگی بینی و عروق را برطرف می‌کند و رنج و ضرری هم ندارد.

رسول اکرم «ص» فرمود: کماه، مائده آسمانی است و آبش شفای چشم است.

حافظه، عقل

رسول اکرم «ص» فرمود: هر کس سه روز، ناشتا «به» بخورد حافظه‌اش زیاد شود و دلش از علم و حکمت سرشار گردد و از کید شیطان در امان ماند. و در حدیثی دیگر فرمود: به بخورید که حافظه را زیاد می‌کند و خلط سینه را می‌برد و فرزند را زیبا میگرداند.

امام صادق «ع» فرمود: کدو، عقل را زیاد می‌کند.

امام رضا «ع» فرمود: سداب، عقل را زیاد می‌کند.

خون دماغ

زیاد قندی گوید: با برادرم سیف به مدینه رفتیم. خون دماغ شدیدی بر مردم عارض گشته بود چنانکه هر کس دو روز خون دماغ میکرد و میمرد. چون به خانه رسیدم، دیدم که سیف به خون دماغ شدیدی مبتلا شده، به محضر امام صادق «ع» شرفیاب شدم. امام فرمود: به او سیب بده خورد و خوب شد.

در حدیثی دیگر که از «ابن بکیر» روایت شده امام «ع» سویق سیب

www.takbook.com

www.takbook.com

برای او تجویز فرموده است.

خونریزی حیض

از علی بن مهزیار نقل است که: یکی از کنیزان ما دچار خونریزی حیض شد بطوری که خونش بند نمی‌آمد و مشرف به موت شده بود. امام صادق «ع» دستور فرمود: به او سویق عدس بدهیم. چند روزی بدستور امام رفتار کردیم، بیمار عافیت یافت.

درد کمر

امام محمد باقر «ع» فرماید: رسول اکرم «ص» از درد کمر به خداوند شکایت کرد، خداوند فرمود حلیم بخور.

امام صادق «ع» فرمود: حمص، برای درد کمر نافع است.

امام موسی کاظم «ع» فرمود: گوشت مرغابی برای بواسیر و درد کمر مفید است و به نیروی جماع می‌افزاید.

درد شکم ـ اسهال

خالد بن نجیح گوید: از درد شکم به امام صادق «ع» شکایت کردم. حضرت فرمود: ارزن را شسته در سایه خشک کن. سپس آنرا کوبیده به چند قسمت تقسیم کن و هر بار مقداری از آن بخور.

در حدیثی دیگر که از «حمران» نقل شده آمده که: حضرت ارزن را پخته با «سماق» قاطی میکرد و جهت درد شکم میل می‌فرمود.

در حدیثی دیگر که از «هشام بن سالم» نقل شده، امام «ع» می‌فرماید: به شکم درد شدیدی مبتلا شدم (منظور اسهال است) بطوری که لاغر شدم. دستور دادم ارزن را پاک کرده برشته نمودند. سپس آنرا کوبیده مدتی خوردم تا بهبودی یافتم.

www.takbook.com

www.takbook.com

در حدیثی دیگر که از ابن کثیر روایت شده، امام صادق «ع» جهت درمان اسهال، سویق جاورس با آب انیسون را برای وی تجویز فرموده است. در حدیثی دیگر: به شخص مبتلا به اسهال، نان گندم بدهید.

دید چشم

امام صادق «ع» فرمود:

چهار چیز چشم را روشنی میدهد و سودمند است و زیان ندارد، سئوال شد: آنها کدامند؟ فرمود: زیره و نمک و پونه‌ی کوهی و گردو اگر با هم جمع شوند (و یکجا خورده شوند) سئوال شد: چرا اگر جمع شوند؟ فرمود: زیره و گردو، بواسیر را خوب می‌کند و باد را می‌برد و رنگ پوست را نیکو و معده را زبر و کلیه‌ها را گرم می‌کند، پونه‌ی کوهی و نمک باد را از قلب می‌برد و عروق را باز می‌کند و بلغم را می‌سوزاند و ادرار را زیاد می‌کند و دهان را خوشبو کرده، معده را نرم می‌سازد و بادهای موذی و بد را از دهان می‌برد و قدرت جنسی را افزون می‌سازد.

سل

امام صادق «ع» فرمود: خوردن گوشت ماهیان، سل می‌آورد.

امام رضا «ع» فرمود: نان گندم برای شخصی که مبتلا به سل باشد بهترین غذاهاست.

سنگ مثانه

مفضل گوید: به امام صادق «ع» شکایت کردم که وقت بول، ناراحتی و سوزش احساس می‌کنم. حضرت فرمود: در آخر شب سیاه دانه بخور.

در حدیثی دیگر امام «ع» می‌فرماید: خربزه، مثانه را شست و شو میدهد، ادرار آور است و سنگ مثانه را آب می‌کند. همچنین در حدیثی دیگر مغز تربچه

www.takbook.com

www.takbook.com

را جهت تسهیل در امر آمدن بول، مفید دانسته است.

سردرد

روزی حضرت رضا «ع» برای یکی از اهل خانه که به سردرد دچار شده بود کاسنی طلبید و دستور داد که آنرا بکوبند و بر کاغذی ضماد نمایند و روغن بنفشه بر آن بریزند. و بر سر بیمار نهند. و فرمود: کاسنی، تب را ریشه کن می‌کند و سردرد را برطرف می‌نماید.

یکی از اصحاب حدیث نقل کرده که: به امام صادق «ع» از سردرد شکایت کردم. حضرت فرمود: شب هنگام که برای خوابیدن به بستر میروی دو پیمانه شکر بخور. چنین کردم و سردردم خوب شد.

سنگ کلیه

ابراهیم بینابی‌البلاد از جدش نقل کرده که: به امام محمد باقر «ع» از سنگ کلیه شکایت نمودم. حضرت فرمود: چرا شیر تازه‌ی گاو نمی‌خوری؟ گفتم: خورده‌ام. فرمود: ادامه بده. ادامه دادم تا خوب شدم. روزی حضرت سئوال کرد: اثر شیر را چگونه دیدی؟ گفتم: معده را دباغی می‌کند، چربی کلیه‌ها را پاک می‌کند و اشتها می‌آورد.

یک نسخه برای رفع شوره سر

جابر می‌گوید: به حضرت امام محمد باقر «ع» از شوره سر شکایت کردم. حضرت فرمود:

آس را بکوب و آبش را بگیر و با سرکه بخوبی مخلوط کن و آنقدر بزن که به قوام آید و با آن، سر و ریشت را بشوی و به سختی مالش بده، سپس

www.takbook.com

www.takbook.com

شیره‌ی تازه به آنها بمال، انشاالله خوب خواهی شد.

صفرا، بلغم

امام رضا «ع» از رسول اکرم «ص» نقل کرده است که حضرت فرمود: همیشه روغن زیتون بخورید که زرد آب و بلغم را از بین می‌برد. اعصاب را فعال‌تر نموده لاغری را مداوا می‌کند. تنفس شخص را تنظیم کرده، غم را از دل می‌برد.

امام صادق «ع» فرموده: خوردن سه مشت سویق گندم خشک زرد آب و بلغم را از بین می‌برد.

رسول اکرم «ص» فرموده: از خوردن کشمش غفلت نکنید چون کشمش زرداب را از بین برده بلغم را درمان می‌کند. اعصاب را تقویت می‌کند و کسالت و ناراحتی را برطرف می‌سازد.

رسول اکرم «ص» فرمود: سرکه، صفرا را از بین می‌برد.

امیرالمومنین «ع» فرمود: سرکه، زردآب را از بین می‌برد و قلب را تقویت می‌نماید.

رسول اکرم «ص» فرمود: نگهداشتن عسل در دهان و خوردن آن با زبان، بلغم را از بین می‌برد.

امام رضا «ع» فرمود: آرد گندم خشک و یا کوبیده، حرارت زیاد بدن را کاهش داده، زردآب را از بین می‌برد.

صفراء، فشار خون

حمیری گوید: به امام محمد باقر «ع» نامه نوشته از فشار خون و صفرا شکایت کردم به این عبارت که اگر حجامت کنم گرفتار صفرا می‌شوم و اگر در حجامت تاخیر نمایم فشار خون آزارم میدهد. حضرت در پاسخ نوشت که:

www.takbook.com

www.takbook.com

حجامت کرده پشت سرش ماهی تازه بخور. مجددا به همین مضمون نامه‌ای نوشتم، پاسخ فرمود که: حجامت کن و پشت سرش ماهی تازه با آب و نمک بخور. چنین کرده شفا یافتم و این، غذای من شد.

در مورد درمان فشار خون در حدیثی که از امام صادق «ع» منقول است حضرت می‌فرماید: سویق عدس بخورید که هیجان خون (فشار خون) را تسکین میدهد و حرارت بدن را فرو می‌نشاند.

ضعف بینایی و قوه دید

امام محمد باقر «ع» فرمود: سرمه کشیدن با سنگ سرمه، مژگان را میرویاند و بینایی را تیز میگرداند.

امام صادق «ع» فرمود: سرمه، موی را میرویاند، آبریزش چشم را برطرف می‌کند دهان را گوارا میگرداند و چشم را جلا میدهد.

امام رضا «ع» فرمود: هر کس چشمش ضعیف شود به هنگام خواب هفت میل سرمه بکشد: چهار میل، به چشم راست، سه میل در چشم چپ که مژگان رامیرویاند و چشم را جلا میدهد.

ضعف اعصاب

رسول اکرم «ص» فرمود: کشمش، اعصاب را قوی کرده ضعف و بیماری را می‌برد.

امام صادق «ع» فرمود: چغندر اعصاب را نیرومند می‌سازد.

امام رضا «ع» فرمود: پیاز، اعصاب را محکم می‌کند.

ضعف بدن

ابوالحسن اصفهانی گوید: روزی در محضر امام صادق «ع» بودم. مردی با حضرت سخن می‌گفت که: من در بدن خود احساس ضعف و سستی می‌کنم

www.takbook.com

www.takbook.com

حضرت فرمود: شیر زیاد بخور که گوشت بدن را میرویاند و استخوانها را محکم می‌کند.

در مورد ضعف قوای جسمانی حدیث دیگری از امام صادق «ع» نقل شده که: یکی از پیامبران از ضعف جسمانی به خداوند شکایت کرد، وحی آمد که گوشت را با شیر بپز و بخور.

ضعف و زردی رخساره

از یونس بن بکر روایت شده که: روزی امام رضا «ع» از من سئوال کرد: چرا رنگت زرد شده؟ عرض کردم: کسالت و ضعف عارضم گشته: فرمود: گوشت بخور. خوردم. یک هفته بعد حضرت مرا به همان حال دیدار کرد و فرمود: مگر نگفتم گوشت بخور؟ عرض کردم: از آنروز که شما امر فرموده‌اید غیر از گوشت چیزی نخورده‌ام، حضرت فرمود: گوشت را چطور درست کردی؟ گفتم: به صورت پخته. فرمود: کباب کرده بخور. یک هفته بعد حضرت بدنبال من فرستاد در حالیکه خون به صورتم دویده بود. فرمود حالا خوب شدی.

در حدیث دیگری که از امام موسی بن جعفر «ع» روایت شده جهت زردی رنگ چهره و التیام آن، امام «ع» خوردن تره را توصیه فرموده است.

بیماری طحال

از موسی بن بکر روایت است که: جوانی از امام موسی بن جعفر «ع» بیمار شد. امام سراغش را گرفت، گفتند به طحال (بیماری طحال) مبتلا شده است. امام فرمود: تا سه روز به او تره بخورانید. خورانیدیم، شفا یافت.

عقرب گزیدگی

نقل است که روزی رسول اکرم «ص» را عقرب نیش زد. حضرت با تکان

www.takbook.com

www.takbook.com

دادن لباس خود، عقرب را به کناری انداخت و فرمود: خداوند ترا لعنت کند که از نیش تو مسلمان و کافر در امان نیست. سپس مقداری نمک خواست و آنرا روی محل نیش عقرب ریخته آنقدر با انگشت مالش داد تا آب شد. آنگاه فرمود: اگر مردم به خواص نمک آگاه بودند به هیچ داروئی نیازمند نمی‌شدند.

در مورد عقرب زدگی، در حدیثی که از احمد بن یزید روایت شده آمده است که: اگر مار و یا عقرب یکی از اهل خانه را گزید، امام صادق «ع» می‌فرمود: با سویق سیب ضماد کنید.

علاج فشار خون

در مورد جلوگیری و علاج فشار خون که یکی از علل بروز بیماری سکته شمرده شده است، امام صادق «ع» می‌فرماید:

زیادی و فشار خون سه علامت دارد: جوش و دمل، خارش، مور مور کردن، و جهت جلوگیری از آن، عمل «حجامت» را پیشنهاد فرموده است. بطوری که در حدیث آمده: هرگاه کسی بیمار می‌شد امام «ع» میفرمود: به چهره‌اش نگاه کنید، اگر زرد بود از صفراست واگر سرخ بود از فشار و بسیاری خون است، و آنگاه دستور حجامت میفرمود.

امام رضا «ع» نیز هرگاه خونش زیاد می‌شد و به جنبش می‌آمد و اگرچه در دل شب بود حجامت میکرد.

حضرت رسول اکرم «ص» نیز جهت علاج فشار خون، حجامت را توصیه فرموده است آنجا که میفرماید:

بیماری سه تاست و دارو نیز سه تاست: بیماری، صفرا و بلغم و خون است. داروی خون، حجامت است، داروی صفرا، پیاده روی است و داروی بلغم، حمام می‌باشد.

www.takbook.com

www.takbook.com

فلج و قولنج

امام صادق «ع» فرمود: هر کس در شب که میخوابد هفت برگ کاسنی در شکمش باشد در آن شب از قولنج در امان بماند.

و فرمود: هویج، موجب ایمنی از قولنج و بواسیر است.

امام رضا «ع» فرمود: خرمای برنی (نوعی خرما) را ناشتا خوردن، فلج را برطرف می‌کند.

در مورد خرمای برنی رسول اکرم «ص» فرموده است: در آن نه خاصیت وجود دارد: کمر را محکم، شیطان را فلج، غذا را هضم و دهان را خوشبو می‌کند. به نیروی شنوایی و بینایی می‌افزاید و انسان را به خدای عزوجل نزدیک و از شیطان دور می‌کند، بر نیروی آمیزش می‌افزاید و درد را برطرف می‌کند.

لکه‌های بدن

یکی از اصحاب امام رضا «ع» درباره لکه‌های بدن از حضرت سئوال نمود. امام «ع» فرمود: ماش پخته بخور و آنرا خوراک خویش قرار ده. چنین کرد و شفا یافت.

در حدیثی دیگر، حضرت دستور می‌فرماید: ماش تازه را با برگ آن کوبیده آبش را بگیر و ناشتا میل کن و بر لکه‌های بدن بگذار. راوی گوید: چنین کردم و خوب شدم.

یک دستور برای علاج میخک

از امام حسن عسکری «ع» روایت شده است که فرمود:

هر کسی گرفتار کفش زدگی و میخک شود، خاکی بردارد و با شیر آمیخته کند و با آب دهان بر سنگی بساید و بر جراحت نهد، انشاالله برطرف شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

معده

رسول اکرم «ص» فرمود: سیب را ناشتا بخورید که رطوبت معده را می‌برد.

امیرالمومنین «ع» فرمود: انار را با پیه آن (پرده‌های درون آن) بخورید که معده را پاک می‌کند و هیچ دانه‌ای از انار در معده‌ی مسلمانی قرار نگیرد مگر آنکه او را نورانی گرداند و تا چهل روز شیطان و وسواس را از او دور سازد.

امام صادق «ع» فرمود: ارزن به معده سنگینی ندارد و خوردن آن با شیر لینت بیشتری میدهد و برای معده نافعتر است. در حدیثی دیگر: گلابی، معده را دباغی می‌کند و در حدیثی دیگر: سنجد، کلیه‌ها را گرم و معده را شست و شو می‌کند. و در حدیثی دیگر: سویق عدس، عطش را از بین میبرد و معده را قوی می‌سازد.

امام رضا «ع» فرمود: باقلا را با پوست بخورید که معده را پاکیزه و دباغی می‌کند.

در روایت آمده است که حضرت رسول اکرم «ص» جوارش و پونه و سیاه دانه می‌طلبید و چون شیر یا غذای سنگینی میل میفرمود از آن استفاده میکرد و میفرمود: اگر آنرا صبحگاه بخورم از خوردن هیچ غدا بیم نخواهم داشت. و میفرمود: زیره، معده را قوی و بلغم را قطع می‌نماید و از لقوه (لرزش دهان و صورت) جلوگیری می‌کند.

همبستری، قوه باه

در مور مساله‌ی همبستری، حدیث ذیل از امام صادق «ع» و امام رضا «ع» نقل شده است:

در ابتدای شب به بستر زنان نروید چه در تابستان و چه در زمستان. عمل نزدیکی با زنان در آغاز شب زیان‌آور است زیرا در آن هنگام، معده و رگها گرم فعالیت‌اند و عمل جماع موجب قولنج و لقوه و فلج و لغزش خواهد شد و سنگ مثانه و فتق و اختلال ادرار و ضعف

www.takbook.com

www.takbook.com

چشم پدید خواهد آورد. اگر خواستی با زنی همبستری کنی بگذار شب به آخر برسد. در سحرگاهان عمل جماع برای قوای بدنی ملایم‌تر و سازگارتر و بخاطر انعقاد نطفه، مناسبتر و در تکوین جنین اثری شایسته خواهد داشت زیرا کودک را هوشیارتر به بار خواهد آورد. پیش از آنکه عمل جماع شروع شود سزاوار است با همبستر خویش به بازی پردازی. سینه‌هایش را نوازش کنی و بر سینه و پهلویش با لطف دست بمالی تا او نیز از نظر امیال جنسی آماده شود. مقرر است که تا زن از آلایش «رگل» پاک نشود به او نزدیک نشوی و پس ازانجام جماع از جا برنخیز و کمر راست مکن بلکه از پهلوی راست خود به بستر فرو غلط و لحظه‌ای آرام باش و بعد برخیز و ادرار کن. ادرار در این هنگام مثانه را از آلودگی مواد رسوبی بشوید و ترا از ناراحتی مثانه در امان دارد، سپس حمام بگیر و فریضه‌ی غسل را ادا کن.

در مورد افزایش قوه باه و تقویت نیروی جماع، امام صادق «ع» به یکی از اصحابش می‌فرماید: پیاز را خرد کرده و در روغن زیتون سرخ کن، تخم مرغ را شکسته در ظرفی بریز و نمک بر آن بپاش و روی پیاز و زیتون ریخته مختصری بجوشان و سپس تناول کن.

امام موسی بن جعفر «ع» نیز می‌فرماید: هر که تخم مرغ و پیاز و زیتون بخورد نیروی آمیزش او زیاد گردد.

رسول اکرم «ص» می‌فرماید: هر که کدو با عدس بخورد چون یاد خدا کند قلبش به رقت آید و بر نیروی جماعش افزوده شود.

علاوه بر موارد ذکر شده در بالا، خوردن هویج نیز جهت تقویت قوه باه توصیه شده است چنانکه امام صادق «ع» فرموده است: هویج، به نیروی آمیزش کمک می‌کند. و در حدیثی دیگر می‌فرماید: سرمه، به قوه‌ی باه و نیروی آمیزش کمک می‌کند.

یرقان

امام محمد باقر «ع» فرمود:

به آدم مبتلا به یرقان، گوشت کبوتر بخورانید و بریان و کبابی کنید.

www.takbook.com

www.takbook.com

فهرست

بخش اول: طب النبی	۹ – ۳۲
بخش دوم: طب الائمه	۳۳ – ۱۱۷
چرا به طبیب می‌گویند طبیب	۳۵ – ۳۸
آیا معالجه از راه حرام جایز است؟	۳۹ – ٤۱
معالجه‌ی تب	٤۲ – ۵۰
حجامت، حقنه، انفیه و قی	۵۱ – ۵۸
پرهیز و بهداشت	۵۹ – ٦۰
معالجه‌ی سردرد	٦۱ – ٦۲
درمان چشم و گوش	٦۳ – ٦۸
درمان دندان و دهان و صورت	٦۹ – ۷٤
درمان کرم معده	۷۵
بیرون آوردن کرمهای منافذ بدن	۷٦ – ۷۸
ورم کبد و دردهای شکم و پهلو	۷۹ – ۸۱
معالجه شکم پیچه و درد معده	۸۲ – ۸۵
درمان گلو و ریه و سرفه و سل	۸٦ – ۸۸
پیرامون زکام	۸۹ – ۹۱
معالجه‌ی بادهای دردآور	۹۲ – ۹۳

www.takbook.com

www.takbook.com

معالجه‌ی ریزش ادرار و سنگ مثانه	۹۴
درد مفاصل و درد کمر	۹۵ – ۹۶
زخمهای پوستی و آبله	۹۷ – ۱۰۲
درد شکم و درد کمر	۱۰۳ – ۱۰۵
معالجه‌ی بواسیر	۱۰۶ – ۱۰۸
درمان بلغم و رطوبت	۱۰۹ – ۱۱۰
معالجه‌ی زهرها و گزیدگی جانوران	۱۱۱ – ۱۱۳
معالجه‌ی وبا	۱۱۴
جذام و برص و پیسی	۱۱۵ – ۱۱۷
بخش سوم: طب‌الرضا	۱۱۸ – ۱۴۶
آداب غذا خوردن	۱۲۳ – ۱۲۴
ماههای رومی	۱۲۴
فصلهای سال	۱۲۵ – ۱۲۹
آشامیدنی حلال	۱۲۹ – ۱۳۰
خفقت انسان	۱۳۰ – ۱۳۱
ارتباط خواب با مغز	۱۳۱ – ۱۳۲
مسواک کردن	۱۳۲ – ۱۳۳
جوانی و پیری	۱۳۳ – ۱۳۴
حجامت	۱۳۴ – ۱۳۸
زیان خوردن بعضی از غذاها با هم	۱۳۸ – ۱۳۹
حمام	۱۳۹ – ۱۴۱
سفارشهای بهداشتی	۱۴۱ – ۱۴۴
بهداشت مسافر	۱۴۴ – ۱۴۵
آداب آمیزش	۱۴۵ – ۱۴۶

www.takbook.com

www.takbook.com

بخش چهارم: خواص خوراکیها و نوشیدنیها ۱۹۰ - ۱۴۷
بخش پنجم: پیوستها

پیشگیری بهتر است یا درمان ۱۹۴ - ۱۹۳
بهداشت خوراک ۲۰۳ - ۱۹۵
بهداشت لباس و مسکن ۲۰۷ - ۲۰۴
بهداشت تن ۲۲۰ - ۲۰۸
توصیه‌های بهداشتی ۲۲۶ - ۲۲۱
نسخه‌های درمانی در مورد بیماریها ۲۴۵ - ۲۲۷

آسم - انگل - اندوه - بوی دهان - بواسیر - برسم - باد مفاصل - برص - تب - تب نوبه - ترس - تیرگی چشم - جذام - جرب - چاقی - لاغری - خون دماغ - درد گوش - خونریزی - درد کمر - درد شکم - اسهال - سل - سنگ مثانه - سردرد - سنگ کلیه - شوره سر - صفرا - فشار خون - ضعف اعصاب - ضعف بینایی - زردی رخساره - عقرب گزیدگی - فشار خون - فلج - فولنج - میخک - لکه‌های بدن - معده - همبستری - برقان

فهرست مطالب ۲۴۸ - ۲۴۶

www.takbook.com