

تذکر این کتاب توسط مؤسسه فرهنگی - اسلامی شبکه الامامین الحسنین
علیهما السلام بصورت الکترونیکی برای مخاطبین گرامی منتشر شده است.
لازم به ذکر است تصحیح اشتباهات تایپی احتمالی، روی این کتاب انجام
گردیده است.

بانک احادیث اهل بیت علیهم السلام

(پزشکی)

واحد تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان.

تغذیه و آداب آن

حدیث - 1

امام صادق علیه السلام فرمودند:

ما اتخمت قط و ذلك انى لم ابداء بطعام الا قلت بسم الله و لم افرغ من طعام الا قلت الحمد لله.

هرگز هضم غذا بر من مشکل نشده است، زیرا هیچ گاه شروع به غذا نکردم مگر اینکه ((بسم الله)) گفتم و هیچ گاه از غذا خوردن فارغ نشدم مگر آنکه ((الحمد لله)) گفتم.

وسائل الشیعه، 16 ص 586 ح 7

حدیث - 2

امام هادی علیه السلام :

خَيْرُ الْأَشْيَاءِ لِحُمَى الرَّبِّعِ أَنْ يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا الْفَالُوذَجُ الْمَعْمُولُ بِالْعَسَلِ وَيُكْتَرَّ زَعْفَرَانُهُ ، وَلَا يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا غَيْرُهُ .

بهترین چیز برای تب ربع آن است که در روز غلبه تب ، فالوده ای که با عسل ساخته شده و زعفران فراوانی دارد ، خورده شود و در آن روز ، چیزی دیگر خورده نشود .

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 51 عن أبي جعفر ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،
صفحه 100 ، حدیث - 24 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 406

حدیث - 3

الإمام الصادق عليه السلام :

الْمَحْمُومُ يُغْسَلُ لَهُ السَّوِيقُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ وَيُعْطَاهُ ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْحُمَى ، وَيُنَشِّفُ
الْمِرَارَ وَالْبَلْغَمَ ، وَيُقَوِّي السَّاقَيْنِ .

امام صادق عليه السلام :

به تب دار ، سه بار سويق شسته شده ، داده می شود . این ، تب را می برد ،
تلخه و بلغم را می خشکاند و ساق پاها را تقویت می کند .

مستدرک الوسائل ، جلد 16 ، صفحه 337 ، حدیث - 20077 دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 566

حدیث - 4

امام کاظم عليه السلام :

أَطْعِمُوا الْمَحْمُومَ لَحْمَ الْقَبَاكِجِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي السَّاقَيْنِ ، وَيَطْرُدُ الْحُمَى طَرْدًا .

به تب دار ، گوشت کبک بخورانید ؛ چرا که پاها را نیرو می دهد و تب را
کاملاً دور می کند .

بحار الأنوار ، جلد 65 ، صفحه 43 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث پزشکی

: 1 / 566

حدیث - 5

الإمام الرضا عليه السلام :

مَنْ أَرَادَ دَفَعَ الزُّكَّامَ فِي الشِّتَاءِ أَجْمَعَ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ ثَلَاثَ لُقَمٍ شَهْدٍ . . .
وَلْيَشُمَّ النَّرْجِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَأْمَنُ الزُّكَّامَ ، وَكَذَلِكَ الْحَبَّةُ السَّودَاءُ .
وَإِذَا جَاءَ الزُّكَّامُ فِي الصَّيْفِ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ خِيَارَةً وَاحِدَةً ، وَلْيَحْذَرْ الْجُلُوسَ
فِي الشَّمْسِ .

امام رضا عليه السلام :

هر کس می خواهد در همه زمستان از زکام ایمن بماند ، هر روز ، سه لقمه
عسل با موم آن بخورد و نرگس ببوید ؛ چرا که از زکام ، ایمنی می دهد .
سیاه دانه نیز چنین است .

اما اگر زکام در تابستان پیش آید ، در هر روز ، یک خیار بخورد و از
نشستن در آفتاب ، خودداری ورزد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 37 و ص 38 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،
صفحه 324 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 334

حدیث - 6

الإمام الرضا عليه السلام :

إِدْمَانُ أَكْلِ كُلِّی الْغَنَمِ وَأَجْوَأُهَا ، يَعْكِسُ الْمَثَانَةَ .
امام رضا عليه السلام :

عادت داشتن به خوردن قلوه و شکمبه (سیرابی) گوسفند ، مthane را دیگرگون می کند .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 64 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321 ،
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 586

حدیث - 7

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

لَا تُكْرِهُوا مَرْضَاكُمْ عَلَى الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ ؛ فَإِنَّ اللَّهَ يُطْعِمُهُمْ وَيَسْقِيهِمْ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

بیمارانتان را به خوردنی و نوشیدنی وادار مکنید ؛ چرا که خداوند ، به آنان می خوراند و می نوشاند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 142 ، حدیث - 13 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 182

حدیث - 8

الإمام الكاظم عليه السلام :

مَنْ أَكَلَ اللَّحْمَ بِالْبَيْضِ كَبْرَ عَظْمٍ وَلَدِهِ .

امام کاظم عليه السلام :

هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد ، استخوان فرزندش درشت خواهد شد .

بحار الأنوار ، جلد 104 ، صفحه 84 ، حدیث - 41 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 228

حدیث - 9

الإمام الباقر عليه السلام :

إِسْتَرْضِعْ لَوْلَدِكَ بِلَبَنِ الْحِسَانِ ، وَإِيَّاكَ وَالْقَبَاحَ ؛ فَإِنَّ اللَّبَنَ قَدْ يُعْدِي .

امام باقر عليه السلام :

برای شیر دادن کودک خود دایه خوش اخلاق استخدام کن و از دایه های بد

اخلاق دوری کن ؛ زیرا شیر (ویژگیها را) سرایت می دهد .

الكافی : 6 / 44 / 12

حدیث - 10

الإمام علي عليه السلام :

أَنْظُرُوا مَنْ تُرَضِعُ أَوْلَادَكُمْ ؛ فَإِنَّ الْوَلَدَ يَشَبُّ عَلَيْهِ .

امام علی عليه السلام :

بنگرید که چه کسی فرزندان را شیر می دهد ؛ چرا که کودک ، به همین شیر

، رشد می کند .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 44 ، حدیث - 10 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1

680 /

حدیث - 11

الإمام الباقر عليه السلام :

اسْتَرْضِعْ لَوْلَدَكَ بِلَبَنِ الْحِسَانِ ، وَإِيَّاكَ وَالْقَبَاحَ ؛ فَإِنَّ اللَّبَنَ قَدْ يُعْدَى .

امام باقر عليه السلام :

برای فرزند خود ، از زنان زیبا ، شیردهی بخواه و از زشتان پرهیز ؛ چرا که شیر ، گاه سرایت می کند .

تهذیب الأحکام ، جلد 8 ، صفحه 110 ، حدیث - 376 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 682

حدیث - 12

رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم :

لَا تَسْتَرْضِعُوا الْحَمَقَاءَ وَلَا الْعَمَشَاءَ ؛ فَإِنَّ اللَّبَنَ يُعْدَى .

پیامبر خدا صلى الله عليه وآله وسلم :

زن کودن و نیز زنی را که چشمش ضعیف است و آب ریزش دارد ، به دایگی مگیرید ؛ چرا که شیر ، سرایت می کند .

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 323 ، حدیث - 13 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 682

حدیث - 13

رسول الله ﷺ :

مِنْ سُنَّتِي التَّزْوِيجُ ، وَاطْلُبُوا الْوَلَدَ ؛ فَإِنِّي أَكْثَرُ بِكُمْ الْأُمَمَ غَدًا . وَتَوَقَّوْا عَلَى أَوْلَادِكُمْ لَبَنَ الْبَغْيِ مِنَ النِّسَاءِ ، وَالْمَجْنُونَةِ ؛ فَإِنَّ اللَّبَنَ يُعْدِي .

پیامبر خدا ﷺ :

همسر دادن و همسر گرفتن ، از سنت من است . فرزند بجوید ؛ چرا که من ، فردا به شما بر دیگر امت‌ها فراوانی می‌جویم . درباره فرزندانتان ، از شیر زنان بدکاره و دیوانه ، اجتناب کنید ؛ چرا که شیر ، سرایت می‌کند .

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 323 ، حدیث - 9 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 684

حدیث - 14

الإمام الصادق عليه السلام :

عَلَيْكَ بِالْهَنْدَبَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْمَاءِ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ، وَهُوَ حَارٌّ لَبَنٌ ، يَزِيدُ فِي الْوَلَدِ الذُّكُورَةَ .

امام صادق عليه السلام :

بر تو باد کاسنی ؛ چرا که آب (منی) را می‌افزاید ، فرزند را نکو می‌سازد ، و گرم و نرم است و بیشتر ، فرزند ، پسر می‌شود .

بحار الأنوار ، جلد 104 ، صفحه 83 ، حدیث - 38 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 660

حدیث - 15

پیامبر خدا ﷺ :

مُصُّوا الْمَاءَ مَصًّا وَلَا تَعْبُوهُ عَبًّا ؛ فَإِنَّهُ يَوْجَدُ مِنْهُ الْكُبَادُ .

آب را بمکید و آن را یکجا سر نکشید ؛ چرا که درد جگر ، از آن می خیزد .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 381 ، حدیث - 1 ، بحار الأنوار ، ج 66 ، صفحه
466 ، حدیث - 23 دانش نامه احادیث پزشکی : 148 / 2

حدیث - 16

امام صادق علیه السلام :

شُرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامٍ بِالنَّهَارِ يُمَرِّئُ الطَّعَامَ ، وَشُرْبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامٍ بِاللَّيْلِ ، يَوْرِثُ الْمَاءَ الْأَصْفَرَ .

ایستاده آشامیدن آب در روز ، غذا را گوارا می سازد و ایستاده آشامیدن آب در شب ، زرداب می آورد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 471 ، حدیث - 49 دانش نامه احادیث
پزشکی : 144 / 2

حدیث - 17

امام صادق علیه السلام :

شَرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ النَّهَارِ أَقْوَى وَأَصْحُ لِلْبَدَنِ .

ایستاده آشامیدن آب در روز ، مایه قدرت افزون تر و تن درستی بیشتر است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 382 ، حدیث - 1 عن السكوني دانش نامه

احادیث پزشکی : 2 / 144

حدیث - 18

امام صادق علیه السلام :

شَرِبُ الْمَاءِ مِنْ قِيَامِ النَّهَارِ أَدْرُ لِلْعَرَقِ ، وَأَقْوَى لِلْبَدَنِ .

ایستاده آشامیدن آب در روز ، موجب عرق کردن بیشتر و توان افزون تر بدن

است .

کتاب من لا يحضره الفقيه ، جلد 3 ، صفحه 353 ، حدیث - 4243 ، بحار

الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 459 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 /

144

حدیث - 19

پیامبر خدا ﷺ :

إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ الْمَاءَ وَتَنَفَّسَ ثَلَاثًا كَانَ آمِنًا .

اگر کسی آب بخورد و [در میان آن ،] سه نفس بکشد ، [از بیماری ناشی از یکجا سر کشیدن] در امان است .

طبّ النبى ﷺ ، صفحه 5 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 293 دانش

نامه احادیث پزشکی : 2 / 142

حدیث - 20

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِاللَّحْمِ ؛ فَإِنَّ اللَّحْمَ يُنْمِي اللَّحْمَ ، وَمَنْ مَضَى لَهُ أَرْبَعُونَ صَبَاحًا لَمْ يَأْكُلْ لَحْمًا سَاءَ خُلُقُهُ ، وَمَنْ سَاءَ خُلُقُهُ فَاطْعَمُوهُ اللَّحْمَ ، وَمَنْ أَكَلَ شَحْمَةً أَنْزَلَتْ مِثْلَهَا مِنْ الدَّاءِ .

بر شما باد گوشت ؛ چرا که گوشت ، گوشت می‌رویاند . هر کس بر او چهل صبح بگذرد و گوشت نخورد ، بدخوی می‌شود . هر کس بدخوی شد ، به او گوشت بخورانید . هر کس چربی بخورد ، آن چربی به اندازه خود برای او بیماری فرود می‌آورد .

المحاسن، جلد 2، صفحه 256، حدیث - 1807 عن أبي أسامة عن الإمام

الصادق عليه السلام ، بحار الأنوار، جلد 66، ص 67، حدیث - 43 دانش نامه

احادیث پزشکی : 2 / 128

حدیث - 21

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا اللَّحْمَ فِي كُلِّ أُسْبُوعٍ ، وَلَا تُعَوِّدُوهُ أَنْفُسَكُمْ وَأَوْلَادَكُمْ ؛ فَإِنَّ لَهُ ضَرَاوَةً
كَضَرَاوَةِ الْخَمْرِ ، وَلَا تَمْنَعُوهُمْ فَوْقَ الْأَرْبَعِينَ يَوْمًا ؛ فَإِنَّهُ يُسِيءُ أَخْلَاقَهُمْ .

در هر هفته ، یک بار گوشت بخورید و خود و فرزندان را بدان عادت
ندهید ؛ زیرا موجب اعتیادی همچون اعتیاد به شراب می گردد . نیز آنان را بیش
از چهل روز ، از آن محروم مدارید ؛ چرا که آنان را بدخوی می کند .

الأصول الستة عشر ، صفحه 12 عن زید الزرّاد دانش نامه احادیث پزشکی :

126 / 2

حدیث - 22

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

لَا تَأْكُلُوا بِالشَّمَالِ ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِالشَّمَالِ .

با دست چپ نخورید ؛ چرا که شیطان با دست چپ می خورد .

کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 261 ، حدیث - 40872 دانش نامه احادیث

پزشکی : 98 / 2

حدیث - 23

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ أَكَلَ بِشِمَالِهِ أَكَلَ مَعَ الشَّيْطَانِ ، وَمَنْ شَرِبَ بِشِمَالِهِ ، شَرِبَ مَعَ الشَّيْطَانِ .
هر کس با دست چپ بخورد ، شیطان نیز همراه با او می خورد و هر کس با دست چپ بنوشد ، شیطان نیز همراه با او می نوشد .
کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 262 ، حدیث - 40876 وراجع : سنن الترمذی ، جلد 4 ، صفحه 257 ، حدیث - 1799 و صفحه 258 ، حدیث - 1800 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 98

حدیث - 24

پیامبر خدا ﷺ :

الْأَكْلُ بِالشِّمَالِ مِنَ الْجَفَا .
خوردن با دست چپ ، از نافرهیختگی است .
الجعفریات ، صفحه 162 عن الإمام الكاظم عن آبائه عليه السلام دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 96

حدیث - 25

امام علی علیه السلام :

لَا يَنْفُخُ الرَّجُلُ فِي مَوْضِعِ سُجُودِهِ ، وَلَا يَنْفُخُ فِي طَعَامِهِ وَلَا فِي شَرَابِهِ .
نباید کسی بر محل سجده خود و نه در غذای خود و نه در آنچه می نوشد ،
بدمد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 458 ، حدیث - 1 وج 79 ، صفحه 212 ،
حدیث - 8 دانش نامه احادیث پزشکی : 96 / 2

حدیث - 26

امام علی علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَضُرَّهُ طَعَامٌ فَلَا يَأْكُلْ حَتَّى يَجُوعَ ، فَإِذَا أَكَلَ فَلْيَقُلْ : بِاسْمِ اللَّهِ
وَبِاللَّهِ .

هر کس که می خواهد غذایی او را آزار ندهد ، تا گرسنه نشده ، چیزی نخورد
و آن گاه هم که خواست بخورد ، بگوید : «بسم الله و بالله» .

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 60 عن جابر عن الإمام الباقر علیه السلام ، بحار
الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 380 ، حدیث - 46 وراجع: الإمساك قبل الشبع ،
حدیث - 1329 دانش نامه احادیث پزشکی : 78 / 2

حدیث - 27

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَضُرَّهُ طَعَامٌ فَلَا يَأْكُلْ ، حَتَّى يَجُوعَ وَتَنْقَى مَعِدَتُهُ ، فَإِذَا أَكَلَ فَلَيْسَ مِنَ اللَّهِ وَلَيُجِدِ الْمَضْغَ وَلَيَكُفَّ عَنِ الطَّعَامِ وَهُوَ يَشْتَهِيهِ ، وَيَحْتَاجُ إِلَيْهِ .

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

بحارالأنوار ، جلد 66 ، صفحه 380 ، حدیث - 46 و ص 410 ، حدیث -

5 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 88

حدیث - 28

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

كُلْ طَعَامٍ لَا يُذَكَّرُ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ ، فَإِنَّمَا هُوَ دَاءٌ وَلَا بَرَكَةَ فِيهِ .

هر غذایی که بر آن نام خدا برده نشود ، درد است و هیچ برکتی در آن نیست .

کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 238 ، حدیث - 40741 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 74

حدیث - 29

امام صادق علیه السلام :

لِكُلِّ شَيْءٍ حَلِيَّةٌ ، وَحَلِيَّةُ الْخِيَانِ الْبَقْلُ .

هر چیز را زیوری است و زیور سفره ، سبزی است .

الأمالی للطوسی ، صفحه 304 ، حدیث - 606 عن أبی قتادة ، مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 382 ، حدیث - 1280 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 199 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث پزشکی : 72 / 2

حدیث - 30

الإمام الصادق علیه السلام :

مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَكْثَرَ مَاؤُهُ وَوَلَدُهُ ؛ فَلْيُذِمِّنْ أَكْلَ الْهِنْدَبَاءِ .

امام صادق علیه السلام :

هر کس دوست دارد آب (منی) او و فرزندانش فراوان شود ، بر خوردن کاسنی ، مداومت ورزد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 207 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث پزشکی : 504 / 2

حدیث - 31

الإمام علیّ علیه السلام :

كُلُوا الْهِنْدَبَاءَ ، فَمَا مِنْ صَبَاحٍ إِلَّا وَتَنْزَلُ عَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ ، فَإِذَا أَكَلْتُمُوهَا فَلَا تَنْفُضُوهَا .

امام علی علیه السلام :

کاسنی بخورید ، که هیچ صبحی نیست ، مگر این که قطره‌ای از بهشت بر آن ، فرو می‌افتد . چون خواستید آن را بخورید ، قطره‌های آب را از رویش فرو متکانید .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 207 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 502

حدیث - 32

الإمام الصادق علیه السلام :

نِعْمَ الْبَقْلُ الْهِنْدَبَاءُ ، وَلَيْسَ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا وَعَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ ، فَكُلُوهَا وَلَا تَنْفُضُوهَا عِنْدَ أَكْلِهَا . وَكَانَ أَبِي علیه السلام يَنْهَانَا أَنْ نَنْفُضَهُ إِذَا أَكَلْنَاهُ .

امام صادق علیه السلام :

کاسنی ، نکو سبزی‌ای است . هیچ برگ‌ی از آن نیست که قطره‌ای از بهشت بر آن نباشد. آن را بخورید و به گاه خوردن، متکانید . پدرم علیه السلام ما را نهی می‌فرمودند که به هنگام خوردن کاسنی ، آن را بتکانیم .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 207 ، حدیث - 9 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 502

حدیث - 33

الإمام الصادق عليه السلام :

الْغُبْرَاءُ لَحْمُهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَعَظْمُهُ يُنْبِتُ الْعَظْمَ ، وَجِلْدُهُ يُنْبِتُ الْجِلْدَ ، وَمَعَ ذَلِكَ ؛ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ ، وَيَدْبَغُ الْمَعِدَّةَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْبَوَاسِيرِ وَالتَّقْتِيرِ ، وَيُقَوِّى السَّاقَيْنِ ، وَيَقِى مَعَ عِرْقِ الْجُذَامِ .

امام صادق عليه السلام :

سنجد ، گوشتش گوشت می‌رویاند ، استخوانش استخوان را رشد می‌دهد و پوستش پوست را می‌پرورد . علاوه بر این ، سنجد ، کلیه‌ها را گرم می‌کند ، معده را پاک می‌سازد ، مایه ایمنی از بواسیر و تقطیر البول است ، ساق پا را قوی می‌کند و رگ جذام را به کلی قطع می‌نماید .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 361 ، حدیث - 1 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

2 / 414

حدیث - 34

الإمام الرضا عليه السلام :

أَطْعِمُوا حَبَالَكُمْ ذَكَرَ اللَّبَانِ ، فَإِنْ يَكُ فِي بَطْنِهَا غُلَامٌ خَرَجَ ذَكِيَّ الْقَلْبِ عَالِمًا شُجَاعًا ، وَإِنْ تَكُ جَارِيَةً حَسَنَ خَلْقُهَا وَخُلُقُهَا ، وَعَظُمَتْ عَجِيزَتُهَا ، وَحَظِيَّتْ عِنْدَ زَوْجِهَا .

امام رضا عليه السلام :

به زنان باردارتان ، کندر نر بدهید . در این صورت ، اگر آنچه در شکم زن است ، پسر باشد ، بیدار دل ، آگاه و دلیر می گردد ، و اگر دختر باشد ، روی و خوی وی نکو می شود و سرین او سترگ می گردد و نزد همسرش بهره می یابد .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 444 ، حدیث - 8؛ دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 456

حدیث - 35

رسول الله صلى الله عليه وآله - لِعَلِيٍّ عليه السلام : يَا عَلِيُّ ، ثَلَاثَةٌ يَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ وَيُذْهِبْنَ الْبَلْغَمَ : اللَّبَانُ ، وَالسَّوَاكُ ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ .

پیامبر خدا صلى الله عليه وآله خطاب به امام علی عليه السلام فرمودند: ای علی ! سه چیز بر حافظه می افزاید و بلغم را می برد : کُندُر ، مسواک و قرائت قرآن .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 443 ، حدیث - 3 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 452

حدیث - 36

رسول الله ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِاللُّبَانِ ؛ فَإِنَّهُ ... يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ ، وَيُذَكِّي الذِّهْنَ ، وَيَجْلُو الْبَصَرَ ،
وَيُذْهِبُ النِّسيَانَ .

پیامبر خدا ﷺ :

بر شما باد کُنْدُر؛ چرا که... عقل را افزون می‌کند ، ذهن را ذکاوت می‌دهد ،
چشم را جلا می‌بخشد و فراموشی را از میان می‌برد.

طبّ النبی ﷺ ، صفحه 6 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 294 دانش

نامه احادیث پزشکی : 1 / 248

حدیث - 37

رسول الله ﷺ :

أَطْعِمُوا نِسَاءَكُمْ الْحَوَامِلَ اللَّبَانَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي عَقْلِ الصَّبِيِّ .

پیامبر خدا ﷺ :

به زنان آبستن خود ، کُنْدُر بدهید؛ چرا که عقل کودک را افزون می‌کند.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 444 ، حدیث - 8 ؛ الفردوس ، جلد 1 ،

صفحه 101 ، حدیث - 331 عن ابن عمر دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /

248

حدیث - 38

الإمام الصادق عليه السلام :

شُرْبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ، وَيُرِقُّ الْبَشْرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاهِ .

امام صادق عليه السلام :

خوردن سويق با روغن زيتون ، گوشت برمی‌روياند ، استخوان را استحکام می‌بخشد ، پوست را نازک می‌کند و بر توان جنسی می‌افزاید .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 276 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 564

حدیث - 39

رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم :

كُلُوا الزَّيْتَ ؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ ، وَاتَّذِمُوا بِهِ وَادَّهِنُوا بِهِ ؛ فَإِنَّهُ يَخْرُجُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ .

پیامبر خدا صلى الله عليه وآله وسلم :

روغن زيتون بخورید ؛ چرا که خجسته است . از آن ، خورش بسازید و از روغن آن بر خویش بمالید ؛ چرا که از درختی خجسته بیرون می‌آید .
کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 279 ، حدیث - 40984 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 328

حدیث - 40

امام علی علیه السلام فرمودند:

لَا تُنَالُ الصَّحَّةُ إِلَّا بِالْحِمِيَةِ .

تن درستی ، جز با پرهیز ، به دست نمی آید .

غرر الحکم ، حدیث - 10605 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 26

حدیث - 41

امام علی علیه السلام فرمودند:

صَلَاحُ الْبَدَنِ الْحِمِيَةُ .

پرهیز ، مایه درستی تن است .

غرر الحکم ، حدیث - 5793 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 26

حدیث - 42

الإمام الرضا علیه السلام :

لَيْسَ الْحِمِيَةُ مِنَ الشَّيْءِ تَرَكَهُ ، إِنَّمَا الْحِمِيَةُ مِنَ الشَّيْءِ الْإِقْلَالُ مِنْهُ .

امام رضا علیه السلام :

پرهیز از یک چیز ، وا گذاردن آن نیست . پرهیز از یک چیز ، تنها کم

خوردن از آن است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 140 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 22

حدیث - 43

امام کاظم علیه السلام فرمودند:

لَيْسَ الْحِمِيَّةُ أَنْ تَدَعَ الشَّيْءَ أَصْلًا لَا تَأْكُلُهُ ، وَلَكِنَّ الْحِمِيَّةَ أَنْ تَأْكُلَ مِنَ الشَّيْءِ وَتُخَفِّفَ .

پرهیز این نیست که چیزی را اصلاً نخوری ، بلکه پرهیز آن است که از هر چیزی سبک بخوری .

الكافي : 8 / 291 / 443

حدیث - 44

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ أَكَلَ قَبْلَ أَنْ يَشْرَبَ وَتَسَحَّرَ ، وَ مَسَّ شَيْئًا مِنَ الطَّيِّبِ ؛ قَوِيَ عَلَى الصِّيَامِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

هر کس پیش از نوشیدن چیزی ، غذا بخورد و سحری میل کند و قدری بوی خوش [بر خود] بمالد ، بر روزه گرفتن ، توان بیشتری یابد .

کنز العمال ، جلد 8 ، صفحه 510 ، حدیث - 23882 نقلاً عن شعب الإيمان

عن أنس دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 108

حدیث - 45

الإمام العسکریّ علیه السلام :

كُلِ الرُّمَانَ بَعْدَ الْحِجَامَةِ رُمَانًا حُلُوا ؛ فَإِنَّهُ يُسَكِّنُ الدَّمَ ، وَيُصَفِّي الدَّمَ فِي الْجَوْفِ

امام حسن عسکری علیه السلام :

پس از حجامت ، انار بخور ، اناری شیرین ؛ چرا که خون را فرو می‌نشاند و خون را در درون ، تصفیه می‌کند .

طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحہ 59 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحہ 123 ،

حدیث - 52 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 464

حدیث - 46

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم

مِنْ وَصِيَّتِهِ لِعَلِيٍّ علیه السلام : يَا عَلِيُّ ، تِسْعَةُ أَشْيَاءَ تَوَرِّثُ النَّسِيَانَ : أَكْلُ التُّفَّاحِ الْحَامِضِ ، وَأَكْلُ الْكُزْبُرَةِ ، وَالْجُبْنِ ، وَسُورِ الْفَأَرَةِ ، وَقِرَاءَةُ كِتَابَةِ الْقُبُورِ ، وَالْمَشْيُ بَيْنَ امْرَأَتَيْنِ ، وَطَرْحُ الْقَمَلَةِ ، وَالْحِجَامَةُ فِي النُّقْرَةِ ، وَالْبَوْلُ فِي الْمَاءِ الرَّائِدِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم

در سفارش‌های ایشان به علی علیه السلام : ای علی! نه چیز است که فراموشی می‌آورد: خوردن سیب ترش ، خوردن گشنیز ، پنیر و پس‌مانده موش ، خواندن نوشته‌های روی قبر ، راه رفتن میان دو زن ، افکندن شپش ، حجامت در گودی پس سر ، و ادرار کردن در آب راکد.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 245 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 254

حدیث - 47

الإمام الرضا عليه السلام :

أَكْلُ الْمَمْلُوحَةِ وَاللَّحْمَانِ الْمَمْلُوحَةِ وَأَكْلُ السَّمَكِ الْمَمْلُوحِ ، بَعْدَ الْحِجَامَةِ
وَالْفَصْدِ لِلْعُرُوقِ ، يُؤَلِّدُ الْبَهَقَ وَالْجَرَبَ .

امام رضا عليه السلام :

خوردن غذای نمک‌سود ، گوشت نمک‌سود و خوردن ماهی نمک‌سود ، پس
از رگ‌زنی و حجامت ، بَهک و گری ایجاد می‌کند .

طبّ الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 64 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 494

حدیث - 48

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

لِعَلِيٍّ عليه السلام : يَا عَلِيُّ ، افْتَتِحَ طَعَامُكَ بِالْمِلْحِ وَاخْتِمَ بِالْمِلْحِ ؛ فَإِنَّ مَنْ افْتَتَحَ
طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ وَخَتَمَ بِالْمِلْحِ عَوَفَى مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ نَوْعاً مِنْ أَنْوَاعِ الْبَلَاءِ ، مِنْهُ
الْجُذَامُ ، وَالْجُنُونُ ، وَالْبَرَصُ .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

در سفارش‌های ایشان به امام علی عليه السلام فرمودند: ای علی! غذا را با نمک ،
آغاز کن و با نمک ، پایان ده؛ چه ، هر کس غذای خویش را با نمک آغاز کند

و با نمک پایان دهد ، از هفتاد و دو نوع از انواع بلا که جذام ، دیوانگی و پیسی از آن جمله است ، به دور باشد.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 326 ، حدیث - 2

حدیث - 49

رسول الله ﷺ :

ثَلَاثَةٌ يَفْرَحُ بِهِنَّ الْجِسْمُ وَيَرْبُو : الطَّيِّبُ ، وَلِبَاسُ اللَّيْنِ ، وَشُرْبُ الْعَسَلِ .

رسول خدا ﷺ :

سه چیز است که تن ، به واسطه آنها شاداب می شود و رشد می کند : بوی خوش ، جامه نرم و نوشیدن عسل .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 295 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 94

حدیث - 50

رسول الله ﷺ :

الطَّيِّبُ يَسْرُ ، وَالْعَسَلُ يَسْرُ ، وَالنَّظَرُ إِلَى الْخُضْرَةِ يَسْرُ ، وَالرُّكُوبُ يَسْرُ .

پیامبر خدا ﷺ :

بوی خوش ، شادی می آورد . عسل ، شادی می آورد . نگرستن به سبزه ، شادی می آورد . و سواری ، شادی می آورد .

صحيفة الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 239 ، حدیث - 144 ، دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 96

حدیث - 51

رسول الله ﷺ :

لِكُلِّ شَيْءٍ حِيلَةٌ ، وَحِيلَةُ الصَّحَّةِ فِي الدُّنْيَا أَرْبَعُ خِصَالٍ : قِلَّةُ الْكَلَامِ ، وَقِلَّةُ الْمَنَامِ ، وَقِلَّةُ الْمَشْيِ ، وَقِلَّةُ الطَّعَامِ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کاری را چاره‌ای است و چاره تن‌درستی در دنیا ، چهار چیز است : کم سخن گفتن ، کم خفتن ، کم راه رفتن و کم خوردن .

بحار الأنوار ، جلد 8 ، صفحه 144 ، حدیث - 67 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 92

حدیث - 52

الإمام عليّ عليه السلام

- وَسُئِلَ فَقِيلَ : إِنَّ فِي الْقُرْآنِ كُلِّ عِلْمٍ إِلَّا الطَّبَّ؟ : أَمَا إِنَّ فِي الْقُرْآنِ لَأَيَّةً تَجْمَعُ الطَّبَّ كُلَّهُ : « وَكُلُّوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا » .

امام علی علیه السلام

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

الدعوات ، صفحه 75 ، حدیث - 174 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه

267 ، حدیث - 42 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 96

حدیث - 53

امام حسین علیه السلام :

قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَا بُنَيَّ ، نَمِ عَلَى قَفَاكَ يَخْمَصُ بَطْنُكَ ، وَاشْرَبِ الْمَاءَ مَصًّا يَمْرَأَكَ أَكْلُكَ ، وَاکْتَحِلْ وَتَرَا يُضِيءُ لَكَ بَصْرُكَ ، وَادَّهِنْ غَبًّا تَتَشَبَّهُ بِسُنَّةِ نَبِيِّكَ .

پیامبر خدا به من فرمودند: «فرزندم! به پشت بخواب تا شکمت کوچک شود ، آب را به مکیدن بنوش تا خوردنت بر تو گوارا آید ، به شمار دفعات فرد ، سرمه بکش تا چشمانت روشن شود و یک روز در میان ، روغن بزن تا به سنت پیامبر خویش ، عمل کرده باشی».

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 591 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 300

حدیث - 54

الإمام علي عليه السلام :

الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَلَا دَاءَ فِيهِ ؛ يُقِلُّ الْبَلْغَمَ ، وَيَجْلُو الْقَلْبَ .

امام علی علیه السلام :

عسل ، شفای هر بیماری ای است و بیماری ای هم در آن نیست؛ بلغم را کم می کند و دل را جلا می دهد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 359 ، حدیث - 1172 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 294 ، حدیث - 18 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 234

حدیث - 55

امام علی علیه السلام :

كُلُّ دَاءٍ مِنْ التُّخْمَةِ مَا خَلَا الْحُمَّى ؛ فَإِنَّهَا تَرُدُّ وَرُوداً .

هر بیماری ای از پُرخوری است ، مگر تب ، که ناگاه به بدن درمی آید .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 269 ، حدیث - 8 ، المحاسن ، جلد 2 ، صفحه

232 ، حدیث - 1711 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 336 ، حدیث - 29

دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 46

حدیث - 56

امام علی علیه السلام :

إِيَّاكَ وَإِدْمَانَ الشَّبَعِ ؛ فَإِنَّهُ يُهَيِّجُ الْأَسْقَامَ وَيُثِيرُ الْعِلَلَ .

از اعتیاد به سیری حذر کن ؛ چرا که ناتن درستی ها را تحریک می کند و

بیماری ها را برمی انگیزد .

غرر الحکم ، حدیث - 2681 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 97 ، حدیث

- 2248 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 44

حدیث - 57

امام علی علیه السلام :

إِدْمَانُ الشَّبَعِ يورثُ أنواعَ الوجعِ .

اعتیاد به سیری ، انواع دردها را به همراه می آورد .

غرر الحکم ، حدیث - 1363 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 44

حدیث - 58

امام علی علیه السلام فرمودند:

مَنْ أَكَلَ الطَّعَامَ عَلَى النَّقَاءِ ، وَأَجَادَ الطَّعَامَ تَمَضُّغاً ، وَتَرَكَ الطَّعَامَ وَهُوَ يَشْتَهِيهِ ، وَلَمْ يَحْبِسِ الْغَائِطَ إِذَا أَتَى ؛ لَمْ يَمْرُضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ .

هر کس در گرسنگی کامل ، غذا بخورد ، غذا را خوب بجود ، در حالی که هنوز میل خوردن دارد ، غذا را وا گذارد و چون احساس قضای حاجت کرد ، آن را محبوس ندارد ، به هیچ بیماری ای جز بیماری مرگ ، مبتلا نمی شود .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 314 ، حدیث - 1003 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 422 ، حدیث - 37

حدیث - 59

قال رسول الله ﷺ : أَرْبَعَةٌ تَزِيدُ فِي الْعُمُرِ : التَّزْوِيجُ بِالْأَبْكَارِ ، وَ الْاِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الْحَارِّ وَ النَّوْمُ عَلَى الْيَسَارِ وَ أَكْلُ التُّفَاحِ بِالْأَسْحَارِ .

پیامبر اکرم ﷺ : چهار چیز ، بر عمر می افزایند: ازدواج با دختران ، شستشو با آب گرم ، خوابیدن بر شانه چپ و خوردن سیب در سحرگاهان .
«مواعظ العددیه، ص 211»

حدیث - 60

قال رسول الله ﷺ : من قلَّ أكله قلَّ حسابه.

رسول خدا ﷺ فرمودند: هر کس خوراکش کم باشد حسابش (در روز قیامت) اندک (و آسان) خواهد بود.
«بحار الانوار، ج 62، ص 292»

حدیث - 61

قال الامام الصادق عليه السلام : كثرة الاكل مكروه.

امام صادق عليه السلام فرمودند: پر خوری، مکروه (و امری ناپسند) است.
«فروع کافی، ج 6، ص 269»

حدیث - 62

قال رسول الله ﷺ جاءني جبرئيل ... فقال: ... يقول لك ربك: يا محمد ما أبغضت وعاء قط كبغضى بطناً ملاناً.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: جبرئیل نزد من آمد و ... عرض کرد: پروردگارت می فرماید: ای محمد! هرگز ظرفی را به اندازه شکم پر، مبغوض و ناپسند نداشته ام.

«مستدرک الوسائل، ج 16، ص 212»

حدیث - 63

قال الامام الصادق عليه السلام : ليس شيءٌ أضرَّ لقلب المؤمن من كثرة الاكل و هي مُورثةُ شئين: قسوة القلب و هيجان الشهوة.

امام صادق عليه السلام فرمودند: برای دل (روح) مؤمن چیزی زیانبارتر از پرخوری نیست، زیرا پرخوری باعث سنگدلی و قساوت قلب و تحریک شهوت می گردد.

«مستدرک الوسائل، ج 3، ص 80»

حدیث - 64

قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم : من كثر تسبيحُه و تمجيدُه و قلَّ طعامُه و شرابه و منامُه إشتاقته الملائكة.

رسول خدا صلى الله عليه وآله وسلم فرمودند: هر کس زیاد تسبیح و تمجید حق کند و خوراک و نوشیدنی و خوابش اندک باشد فرشتگان مشتاق او گردند.

«تنبيه الخواطر، ص 356»

حدیث - 65

قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم : لا تَسْبَعُوا فيطفئ نور المعرفة من قلوبكم.

رسول خدا صلى الله عليه وآله وسلم فرمودند: شکم خود را از غذا سیر نکنید که نور معرفت در دل هایتان خاموش میشود.

بحارالانوار، ج 70، ص 71

حدیث - 66

قال رسول الله ﷺ : من وقى شرَّ لَقْلَقَةٍ و قُبْقَبَةٍ و ذَبْذَبَةٍ و جَبْتٍ له الجنة
رسول خدا ﷺ فرمودند: هر کس از شر بد زبانی، شکم باره گی و شهوت رانی در امان بماند بهشت بر او واجب گردد.
«بحارالانوار، ج 63، ص 315»

حدیث - 67

قال الامام على عليه السلام : لا تجتمع الصحةُ و النِّهَمُ.
امام علی علیه السلام فرمودند: سلامتی و شکم بارگی با هم جمع نمی شوند.
«مستدرک الوسائل، ج 3، ص 82»

حدیث - 68

قال الامام على عليه السلام : لا تجتمعُ الفِطْنَةُ و البِطْنَةُ.
امام علی علیه السلام فرمودند: زیرکی و تیزهوشی با پرخوری جمع نمی شوند.
«مستدرک الوسائل، ج 3، ص 82»

حدیث - 69

قال الامام على عليه السلام : الشَّبَعُ يُكْثِرُ الادواءَ.
امام علی علیه السلام فرمودند: پرخوری و سیری شکم، بیماری ها را زیاد می کند.

«غرر الحکم، ص 37»

حدیث - 70

قال الامام علی عليه السلام : إِيَّاكَ وَالبَطْنَةَ فَمَنْ لَزَمَهَا كَثُرَتْ أَسْقَامُهُ وَفَسَدَتْ أَحْلَامُهُ.

امام علی عليه السلام فرمودند: از پرخوری پرهیز، زیرا کسی که پرخوری را عادت خود قرار دهد بیماری هایش فراوان و رؤیاهایش فاسد و ناشایست می گردد.

«غرر الحکم، ص 94»

حدیث - 71

قال الامام علی عليه السلام : المستقل النائم تكذبُ أحلامُهُ.

امام علی عليه السلام فرمودند: کسی که با شکم سنگین بخوابد، رؤیا و خواب هایش کاذب و دروغین خواهد بود.

«غرر الحکم، ص 62»

حدیث - 72

قال الامام علی عليه السلام : بئسَ قرینُ الورعِ الشُّبَّعُ.

امام علی عليه السلام فرمودند: پرخوری و سیری شکم، همدم بدی برای پارسایی است.

«غرر الحکم، ص 170»

حدیث - 73

قال امیرالمؤمنین علیه السلام : قال الله تعالى (فی المعراج): يا احمد ان العبد اذا أجاج بطنه و حفظ لسانه علّمته الحكمة.

امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: خداوند متعال (در معراج به پیامبر صلی الله علیه و آله) فرمودند: ای احمد! بنده اگر شکمش را گرسنه دارد و زبانش را حفظ کند به او حکمت آموزم.

«بحار الانوار، ج 77، ص 29»

حدیث - 74

قال الامام علی علیه السلام : اذا ملئ البطن من المباح عمی القلب عن الصلاح.

امام علی علیه السلام فرمودند: هرگاه شکم از خوردنی های مباح انباشته شود، دل از دیدن خیر و صلاح نابینا گردد.

«غرر الحکم، ص 162»

حدیث - 75

قال الامام علی علیه السلام : قلة الاكل من العفاف و کثرته من الاسراف.

امام علی علیه السلام فرمودند: کم خوری از مصادیق پاکدامنی و پرخوری از مصادیق اسراف و زیاده روی است.

«غرر الحکم، ص 284»

حدیث - 76

قال الامام علی علیه السلام : إِيَّاكُمْ وَالبُطْنَةَ فَإِنَّهَا مَقْسَاةٌ للقلب مَكْسَلَةٌ عن الصلاة، مَفْسَدَةٌ للجسد.

امام علی علیه السلام فرمودند: از پرخوری برحذر باشید، زیرا پرخوری مایه قساوت و سنگدلی، تنبلی نسبت به نماز و تباهی بدن است.
«غرر الحکم، ص 98»

حدیث - 77

قال الامام علی علیه السلام للحسن ابنه علیه السلام : يَا بُنَيَّ أَلَا أَعْلَمُكَ أَرْبَعَ خِصَالٍ تَسْتَعْنِي بِهَا عَنِ الطَّبِّ فَقَالَ: بَلَى يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ، قَالَ: لَا تَجْلِسْ عَلَى الطَّعَامِ إِلَّا وَ أَنْتَ جَائِعٌ وَ لَا تَقُمْ عَنِ الطَّعَامِ إِلَّا وَ أَنْتَ تَشْتَهِيهِ وَ

امام علی علیه السلام به فرزندش امام حسن علیه السلام فرمودند: فرزندم! آیا می خواهی چهار چیز به تو یاد دهم که به وسیله آنها از مراجعه به پزشک بی نیاز شوی؟ عرض کرد: بله یا امیرالمومنین! حضرت فرمودند: بر سر سفره منشین مگر آنکه گرسنه باشی، در حالی که هنوز میل به غذا داری دست از غذا خوردن بکش، عمل جویدن غذا را به خوبی انجام ده و قبل از خواب، خود را از ادرار و مدفوع تخلیه نما.

«بحارالانوار، ج 70، ص 187»

حدیث - 78

عن الامام الرضا عليه السلام قال: اَلَّتَيْنِ يَذْهَبُ بِالْبَخْرِ وَ يَشُدُّ الْعَظْمَ وَ يُنْبِتُ الشَّعْرَ وَ يَذْهَبُ بِالْدَّاءِ وَ لَا يَحْتَاجُ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ.

امام رضا عليه السلام فرمودند: انجیر بوی بد دهان را برده و استخوانها را محکم و رویش موها را زیاد نموده، دردها را برطرف می کند و با وجود آن احتیاجی به دوا نیست.

«وسائل الشیعه، ج 17، ح 1»

حدیث - 79

علی ابن محمد ابن اشیم قال: شَكَوْتُ إِلَى الامام الرضا عليه السلام قِلَّةَ اسْتِمْرَائِي الطَّعَامَ فَقَالَ عليه السلام: كُلْ مَحَّ الْبَيْضِ.

علی ابن محمد ابن اشیم گفت: نزد امام رضا عليه السلام از کمی گوارایی و لذت نبردن از غذا شکایت نمودم. پس حضرت عليه السلام فرمودند: زرده تخم مرغ بخور.

«مکارم الاخلاق، ص 168»

حدیث - 80

عن الامام الباقر عليه السلام قال: إِنَّا لَنَأْكُلُ الثُّومَ وَ الْبَصَلَ وَ الْكُرَّاتَ.

امام باقر عليه السلام فرمودند: همانا ما سیر و پیاز و تره را با هم می خوریم.

«مکارم الاخلاق، ص 185»

حدیث - 81

عن الامام الباقر عليه السلام قال: فِي الْكُرَّاثِ اَرْبَعُ خِصَالٍ: يَطْرُدُ الرِّيحَ وَ يَطْيِبُ النَّكْهَةَ وَ يَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ وَ هُوَ اَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ لِمَنْ اَدْمَنَ.

امام باقر عليه السلام فرمودند: در تره چهار خاصیت است: بادهای را دفع، بوی دهان را خوش، بواسیر را درمان و جلوی ابتلای به جذام (سرطان) را برای کسانی که به خوردن آن مداومت می کنند، می گیرد.

«مکارم الاخلاق، ص 185»

حدیث - 82

قال الامام على عليه السلام : عَلَيْكُمْ بِالْقَرَعِ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ.

امام علی عليه السلام فرمودند: بر شما باد به خوردن کدو که قوای دماغی و فکری را زیاد می کند.

«وسائل الشیعه، ج 17، ح 33»

حدیث - 83

عن الامام على عليه السلام قال: الْعَنْابُ يَذْهَبُ بِالْحُمَى.

امام علی عليه السلام فرمودند: عناب تب را برطرف می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 182»

حدیث - 84

عن امیرالمؤمنین علیه السلام قال: الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَلَا دَاءَ فِيهِ يَقِلُّ الْبَلْغَمَ وَ يَجْلُو الْقَلْبَ.

امام علی علیه السلام فرمودند: عسل شفای هر دردی است و هیچ درد و آسیبی در آن نیست. خوردن آن صفرا را تقلیل داده و کار قلب را آسان می سازد.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 7»

حدیث - 85

قال امیرالمؤمنین علیه السلام : اِشْرَبُوا مَاءَ السَّمَاءِ فَإِنَّهُ طَهُورٌ لِلْبَدَنِ وَ يَدْفَعُ الْأَسْقَامَ.

امام علی علیه السلام فرمودند: آب باران بیاشامید؛ زیرا که پاک کننده بدن از امراض و ناراحتی ها است.
«مکارم الاخلاق، ص 161»

حدیث - 86

عن امیرالمؤمنین علی علیه السلام قال: أَكَلُ السَّقَرَجَلِ قُوَّةٌ لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ وَ يَطِيبُ الْمِعْدَةَ وَ يَزِيدُ فِي قُوَّةِ الْفُؤَادِ وَ يُشَجِّعُ الْجَبَانَ وَ يُحْسِنُ الْوَلَدَ.

امام علی علیه السلام فرمودند: خورن گلابی قلب ضعیف را قوی، معده را پاکیزه، دهان را خوشبو، ترسو را شجاع و فرزندان را نیکو می گرداند.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 43»

حدیث - 87

قال النَّبِيُّ ﷺ: كُلُوا التُّفَّاحَ عَلَى الرَّيِّقِ فَإِنَّهُ نَصُوحُ الْمِعْدَةِ.
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: سیب را در حال ناشتا بخورید، زیرا معده را
پاکیزه می گرداند.
«مکارم الاخلاق، ص 179»

حدیث - 88

عن الامام الصادق عليه السلام: عَلَيْكُمْ بِالْإِجَاصِ الْعَتِيقِ قَدْ بَقِيَ نَفْعُهُ وَذَهَبَ قَدْرُهُ
وَكُلُّوهُ مُقَشَّرًا فَإِنَّهُ نَافِعٌ لِكُلِّ مِرَارٍ وَحَرَارَةٍ وَهَجٍ مِنْهَا يَهِيْجُ.
امام صادق عليه السلام فرمودند: بر شما باد به خوردن آلوی سیاه و خشک شده
آن، زیرا برای هر نوع عارضه و گرمزدگی بدن، مفید و نیز هیجان آفرین است.
«مکارم الاخلاق، ص 181»

حدیث - 89

عن الامام الصادق عليه السلام قال: الْخَلُّ يَشْدُ الْعَقْلَ.
امام صادق عليه السلام فرمودند: سرکه عقل را تقویت می کند.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 1»

حدیث - 90

سمعت الامام أبا عبدالله عليه السلام يقول في الغبيرا: إِنَّ لَحْمَهُ يُنْبِتُ اللَّحْمُ وَ عَظْمُهُ يُنْبِتُ الْعَظْمَ وَ جِلْدُهُ يُنْبِتُ الْجِلْدَ وَ مَعَ ذَلِكَ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ وَ يَدْبِغُ الْمِعْدَةَ وَ هُوَ أَمَانٌ مِنَ الْبَوَاسِيرِ وَ التَّقْطِيرِ وَ يُقَوِّى السَّاقَيْنِ وَ يَقْمَعُ عِرْقَ الْجُذَامِ.

از امام صادق عليه السلام شنیدم که درباره سنجد می فرمودند: پوست سنجد برای پوست بدن و قسمت وسط آن برای گوشت و هسته آن برای استخوان مفید است و در عین حال کلیه ها را گرم و معده را ضد عفونی و باز دارنده از بواسیر و تسلسل بول است و نیز ساق پاها را تقویت و جذام را از بدن ریشه کن می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 182»

حدیث - 91

عن الامام الصادق عليه السلام قال: الْهَنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنَ الْآلِفِ دَاءٍ، وَ مَا مِنْ دَاءٍ فِى جَوْفِ الْإِنْسَانِ إِلَّا قَمَعَهُ الْهَنْدَبَاءُ.

امام صادق عليه السلام فرمودند: کاسنی شفای هزار درد است و هر مرضی که در درون انسان باشد آن را ریشه کن می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 184»

حدیث - 92

عن الامام الصادق عليه السلام قال: مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِى قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّبَنِ.

امام صادق علیه السلام فرمودند: کسی که در قلب یا بدنش ضعفی عارض شده، گوشت گوسفند را به همراه شیر بخورد.

«مکارم الاخلاق، ص 163»

حدیث - 93

عن الامام الصادق علیه السلام قال: الْجَزَرُ أَمَانٌ مِنَ الْقَوْلنجِ وَ الْبَوَاسیرِ وَ يُعینُ عَلَى الْجَمَاعِ.

امام صادق علیه السلام فرمودند: خوردن هویج باعث مصونیت از بیمارهای قولنج و بواسیر است و قوای جنسی را کمک می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 192»

حدیث - 94

قال النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ: نَزَلَ عَلَى جَبْرِیلَ علیه السلام فَأَمَرَنی بِأَكْلِ الْهَرِيسَةِ لِأَشَدِّ ظَهْرِي وَأَقْوَى بِهَا عَلَى عِبَادَةِ رَبِّي.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: جبرئیل علیه السلام بر من نازل شد و امر نمود که هریسه (حلیم) بخورم تا قدرت و نیرویم برای عبادت پروردگار افزون گردد.

«مکارم الاخلاق، ص 168»

حدیث - 95

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : إِذَا أَتَيْتُمْ بِالْخُبْزِ فَأَبْدُوا بِالْخُبْزِ فَسَدُّوا خِلَالَ الْجُوعِ ثُمَّ كُلُوا اللَّحْمَ.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: زمانی که برای شما نان آوردند، در ابتدا برای رفع گرسنگی، نان بخورید سپس گوشت تناول کنید.

«وسائل الشیعه، ج 16، ح 2»

حدیث - 96

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالزَّيْبِ فَإِنَّهُ يَكْشِفُ الْمُرَّةَ وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَ يَشُدُّ الْعَصَبَ وَيَذْهَبُ بِالْأَعْيَاءِ وَيُحْسِنُ الْخُلُقَ وَيَطِيبُ النَّفْسَ وَيَذْهَبُ بِالْفَمِ وَيَصْفَى اللَّوْنُ.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: بر شما باد به خوردن مویز؛ زیرا تلخی دهان و بلغم را برطرف، اعصاب را قوی، فرسودگی و خستگی را برطرف، اخلاق را خوب، نفس را راحت، بوی بد دهان را از بین برده و رنگ پوست را طراوت می بخشد.

«وسائل الشیعه، ج 17، ح 3»

حدیث - 97

قال النَّبِيُّ ﷺ لَعَلِّي عَلِيٌّ : كُلِ الْكَرْفَسَ فَإِنَّهَا بَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ .
پیامبر اکرم ﷺ به علی عایشه فرمودند: کرفس بخور، زیرا کرفس سبزی
پیامبران است.
«مکارم الاخلاق، ص 187»

حدیث - 98

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : عَلَيْكُمْ بِالْعَدَسِ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ مُقَدَّسٌ وَإِنَّهُ يَرِقُّ الْقَلْبَ وَ
يَكْثُرُ الدَّمْعَةُ .
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: بر شما باد به خوردن عدس، زیرا مبارک و
بزرگ داشته شده است و به درستی که قلب را رقیق و اشک را زیاد می کند.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 32»

حدیث - 99

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : كُلُوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِهِ، فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ .
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: زیتون بخورید و روغن آن را به بدن بمالید،
چون زیتون از درختان برگزیده و مبارک است.
«مکارم الاخلاق، ص 199»

حدیث - 100

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : كُلُوا التَّمْرَ عَلَى الرِّيقِ فَإِنَّهُ يَقْتُلُ الدُّودَ.
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: در حال ناشتا خرما بخورید، زیرا کرم و انگل‌های (روده و معده) را می‌کشد.
«مکارم الاخلاق، ص 174»

حدیث - 101

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : إِذَا دَخَلْتُمْ بِلَاداً فَكُلُوا مِنْ بَصَلِهَا يَطْرُدُ عَنْكُمْ وَبَاهَا.
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: هر گاه وارد شهری شدید از پیاز آن جا بخورید؛ زیرا با خوردن پیاز آن شهر از امراض عمومی آنجا در امان هستید.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 1»

حدیث - 102

رسولُ الله ﷺ :
مَنْ تَرَكَ الْخَمْرَ لَغَيْرِ اللَّهِ سَقَاهُ اللَّهُ مِنَ الرَّحِيقِ الْمَخْتُومِ ، فَقَالَ عَلِيٌّ عَلَيْهِ السَّلَامُ : لَغَيْرِ اللَّهِ ؟! قَالَ : نَعَمْ وَاللَّهِ ، صَيَّانَةٌ لِنَفْسِهِ .
پیامبر خدا ﷺ :
هر که برای غیر خدا (هم که شده) شرابخواری را رها کند ، خداوند او را از شراب خالص و مُهر شده بنوشاند . علی علیه السلام عرض کرد : برای غیر خدا ؟
فرمودند: آری ، به خدا قسم ؛ برای حفظ (سلامتی) خویش .

بحار الأنوار : 79 / 150 / 64 منتخب ميزان الحكمة : 186

حدیث - 103

امام علی علیه السلام :

مَنْ شَرِبَ الْمُسْكِرَ لَمْ تُقْبَلْ صَلَاتُهُ أَرْبَعِينَ يَوْمًا وَلَيْلَةً .

کسی که مست کننده بنوشد تا چهل شبانه روز نمازش پذیرفته نشود .

الخصال : 632 / 10 منتخب میزان الحکمة : 186

حدیث - 104

امام صادق علیه السلام :

الْإِصْطِبَاحُ بِالْخَلِّ يَقْطَعُ شَهْوَةَ الزَّوْنِ .

خورش ساختن سرکه ، شهوت زنا را ریشه کن می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 330 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث پزشکی :

304 / 2

حدیث - 105

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

لَا تَدْعُوا الْعِشَاءَ وَلَوْ عَلَى حَشْفَةٍ ، إِنِّي أَخْشَى عَلَى أُمَّتِي مِنْ تَرْكِ الْعِشَاءِ الْهَرَمَ ؛ فَإِنَّ الْعِشَاءَ قُوَّةُ الشَّيْخِ وَالشَّابِّ .

خوردن شام را وا نگذارید ، هر چند به خورده دانه ای خرمای خشکیده

باشد . من بر امت خویش ، از این ، بیم دارم که از وا گذاردن شام ، پیری (در

هم شکستگی) به سراغشان آید ؛ چرا که شام ، مایه نیرومندی پیر و جوان است

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 196 ، حدیث - 1571 عن جابر بن عبد الله ،
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 343 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 162

حدیث - 106

پیامبر خدا ﷺ :

تَعَشَوْا وَلَوْ بِكَفٍّ مِنْ حَشَفٍ ؛ فَإِنَّ تَرَكَ الْعِشَاءَ مَهْرَمَةٌ .

شام بخورید ، هر چند به مشتی خرما خشکیده باشد ؛ چرا که وا گذاردن
شام ، مایه پیری است .

سنن الترمذی ، جلد 4 ، صفحه 287 ، حدیث - 1856 ، مسند أبی یعلی ،
جلد 4 ، صفحه 240 ، حدیث - 4336 ، تاریخ بغداد ، جلد 3 ، صفحه 396 ،
حدیث - 1520 ، مسند الشهاب ، جلد 1 ، صفحه 429 ، حدیث - 735 کلّها
عن أنس ، كنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 46 ، حدیث - 28289 دانش نامه
احادیث پزشکی : 2 / 162

حدیث - 107

امام صادق علیه السلام :

لَا تَدَعِ الْعِشَاءَ وَلَوْ بِثَلَاثِ لُقْمٍ بِمِلْحٍ .

خوردن شام را وا مگذار ، هر چند به سه لقمه [نان] با نمک باشد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 424 ، حدیث - 1447 ، بحار الأنوار ،

جلد 66 ، صفحه 345 ، حدیث - 20 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 162

حدیث - 108

امام صادق علیه السلام :

مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةً مَاتَ عِرْقٌ فِي جَسَدِهِ وَلَا يَحْيَا أَبَدًا .

هر کس شام را وا گذارد ، رگی در بدن وی می میرد و هرگز زنده نمی شود .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 424 ، حدیث - 1448 ، بحار الأنوار ،

جلد 66 ، صفحه 345 ، حدیث - 20 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 166

حدیث - 109

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم :

مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةَ السَّبْتِ وَلَيْلَةَ الْأَحَدِ مُتَوَالِيَتَيْنِ ، ذَهَبَ عَنْهُ مَا لَا يَرْجِعُ إِلَيْهِ

أَرْبَعِينَ يَوْمًا .

هر کس شام را در شب شنبه و شب یکشنبه ، پشت سر هم وا گذارد ، چیزی

از کف او می رود که تا چهل روز به وی باز نمی گردد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 424 ، حدیث - 1445 ، بحار الأنوار ،
جلد 66 ، صفحه 345 ، حدیث - 20 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 166

حدیث - 110

امام صادق علیه السلام :

مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ لَيْلَةَ السَّبْتِ وَلَيْلَةَ الْأَحَدِ مُتَوَالِيَتَيْنِ ، ذَهَبَتْ عَنْهُ قُوَّتُهُ فَلَمْ تَرْجَعْ
إِلَيْهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا .

هر کس شام را در شب شنبه و شب یکشنبه ، پشت سر هم وا گذارد ، نیروی
وی از کف می رود و این نیرو تا چهل روز به وی باز نمی گردد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 289 ، حدیث - 8 ، المحاسن ، جلد 2 ، صفحه
198 ، حدیث - 1578 کلاهما عن جميل بن درّاج ، بحار الأنوار ، ج 66 ،
صفحه 345 ، حدیث - 17 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 166

حدیث - 111

امام صادق علیه السلام :

مَنْ تَرَكَ الْعِشَاءَ نَقَصَتْ مِنْهُ قُوَّةٌ وَلَا تَعُودُ إِلَيْهِ .

هر کس شام خوردن را وا گذارد ، نیرویی از او کاسته می شود و به او باز
نمی گردد .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 198 ، حدیث - 1579 ، بحار الأنوار ، جلد 66
، صفحه 345 ، حدیث - 18 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 166

حدیث - 112

امام صادق علیه السلام :

أَصْلُ خَرَابِ الْبَدَنِ تَرْكُ الْعِشَاءِ .

سرچشمه ویرانی تن ، وا گذاردن شام است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 288 ، حدیث - 2

حدیث - 113

امام علی علیه السلام :

عِشَاءُ الْأَنْبِيَاءِ عليهم السلام بَعْدَ الْعَتَمَةِ فَلَا تَدْعُوهُ ؛ فَإِنَّ تَرْكَ الْعِشَاءِ خَرَابُ الْبَدَنِ .

شام خوردن پیامبران ، پس از تاریکی شب بوده است . آن را وا مگذارید ؛
چرا که واگذاردن آن ، ویرانی تن است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 288 ، حدیث - 1 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ،

صفحه 342 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 162

حدیث - 114

امام صادق علیه السلام :

إِذَا صَلَّيْتَ الْفَجْرَ فَكُلْ كِسْرَةً تُطَيِّبُ بِهَا نَفْسَكَ ، وَتُطْفِئُ بِهَا حَرَارَتَكَ ، وَتُقَوِّمُ
بِهَا أَضْرَاسَكَ ، وَتَشْدُ بِهَا لِبَتَكَ ، وَتَجْلِبُ بِهَا رِزْقَكَ ، وَتُحَسِّنُ بِهَا خُلُقَكَ .

چون نماز صبح را خواندی ، پاره نانی بخور تا با آن : دهان خویش را
خوشبو سازی ، حرارت خود را فرو بنشانی ، دندان‌هایت را استوار سازی ،

لشوات را استحکام بخشی ، روزی خویش را به چنگ آوری و خوی خود را
نکو سازی .

الدعوات ، صفحه 140 ، حدیث - 352 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه
345 ، حدیث - 21 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 160

حدیث - 115

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ شَرِبَ الْمَاءَ عَلَى الرَّيِّقِ ، انْتَقَصَتْ قُوَّتُهُ .

هر کس ناشتا آب بیاشامد ، نیرویش کاستی می یابد .

کنز العمال ، جلد 16 ، صفحه 82 ، حدیث - 44016 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 154

حدیث - 116

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم :

لَا تَشْرَبْ فِي النَّحَاسِ ؛ فَإِنَّهُ يُوْرِثُ السَّهْلَ - يَعْنِي الْوَسْوَاسَ وَالْخَبَالَ - .

در ظرف مسین منوش ؛ چرا که «سهل» (یعنی وسواس و پریشان عقلی) بر
جای می نهد .

الفردوس ، جلد 5 ، صفحه 69 ، حدیث - 7484 عن أنس دانش نامه
احادیث پزشکی : 2 / 154

حدیث - 117

پیامبر خدا ﷺ :

شُرْبُ الْمَاءِ عَلَى أَثَرِ الدَّسَمِ يُهَيِّجُ الدَّاءَ .

آشامیدن آب در پی چربی ، بیماری را برمی انگیزاند .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 398 ، حدیث - 2390 ، بحار الأنوار ، جلد 66

، صفحه 456 ، حدیث - 41 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 152

حدیث - 118

پیامبر خدا ﷺ :

الشُّرْبُ عَلَى أَثَرِ الدَّسَمِ دَاءٌ فِي الْبَطْنِ .

آشامیدن در پی چربی ، بیماری ای در شکم است .

الفردوس ، جلد 2 ، صفحه 362 ، حدیث - 3616 عن دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 152

حدیث - 119

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ إِلَّا تَوْذِيهَ مَعِدَتِهِ فَلَا يَشْرَبْ عَلَى طَعَامِهِ مَاءً حَتَّى يَفْرُغَ مِنْهُ ، وَمَنْ فَعَلَ

ذَلِكَ رَطَبَ بَدَنُهُ ، وَضَعَفَ مَعِدَتُهُ ، وَلَمْ تَأْخُذِ الْعُرُوقُ قُوَّةَ الطَّعَامِ ؛ لِأَنَّهُ يَصِيرُ فِي

الْمَعِدَةِ فِجًا إِذَا صُبَّ الْمَاءُ عَلَى الطَّعَامِ أَوَّلًا فَأَوَّلًا .

هر کس می‌خواهد معده‌اش او را آزار ندهد ، بر روی غذا آب نخورد تا هنگامی که غذا خوردن را به پایان می‌برد . هر کس چنین کند ، بدنش به رطوبت می‌گراید ، معده‌اش ضعیف می‌شود و رگ‌هایش نیروی غذا را به خود نمی‌گیرند ؛ زیرا اگر پشت سر هم روی غذا آب ریخته شود ، آن غذا در معده نارس و بدگوارش می‌گردد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 323 نحوه دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 150

حدیث - 120

پیامبر خدا ﷺ :

زَيِّنُوا مَوَائِدَكُمْ بِالْبَقْلِ ؛ فَإِنَّهَا مَطْرَدَةٌ لِلشَّيَاطِينِ مَعَ التَّسْمِيَةِ .
سفره‌هایتان را به سبزی آذین کنید ؛ زیرا آن ، همراه با گفتن بسم الله ، شیطان را می‌راند .

کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 246 ، حدیث - 40781 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 72

حدیث - 121

امام علی علیه السلام :

الْأَلْوَانُ يُعْظَمَنَّ الْبَطْنَ وَيُخَدَّرَنَّ الْأَلْيَتَيْنِ .
غذاهای رنگارنگ ، شکم را بزرگ و سرین را سست می‌کند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 317 ، حديث - 8 عن السكوني عن الإمام الصادق
 عليه السلام ، المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 165 ، حديث - 1453 عن السكوني عن
 الإمام الصادق عن آبائه عنه عليه السلام ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 84 ،
 حديث - 18 دانش نامه احاديث پزشکی : 44 / 2

حديث - 122

امام صادق عليه السلام :
 لَيْسَ شَيْءٌ أَضَرَّ لِقَلْبِ الْمُؤْمِنِ مِنْ كَثَرَةِ الْأَكْلِ ، وَهِيَ مُورِثَةٌ لِشَيْئَيْنِ : قَسْوَةِ
 الْقَلْبِ ، وَهَيْجَانِ الشَّهْوَةِ .
 برای قلب مؤمن چیزی زیانبارتر از پرخوری نیست ، پرخوری موجب دو
 چیز می شود : سنگدلی و تحریک شهوت .
 مستدرک الوسائل : 12 / 94 / 13615 منتخب میزان الحکمة : 22

حديث - 123

امام علی عليه السلام :
 كَثَرَةُ الْأَكْلِ تُذْفِرُ .
 بسیار خوردن ، گندبویی می آورد .
 غرر الحکم ، حديث - 7121 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 390 ،
 حديث - 6612 دانش نامه احاديث پزشکی : 46 / 2

حدیث - 124

امام علی علیه السلام :

كُلُّ دَاءٍ مِنْ التُّخْمَةِ مَا خَلَ الحُمَّى ؛ فَإِنَّهَا تَرُدُّ وَرُوداً .

هر بیماری ای از پُرخوری است ، مگر تب ، که ناگاه به بدن درمی آید .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 269 ، حدیث - 8 ، المحاسن ، جلد 2 ، صفحه

232 ، حدیث - 1711 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 336 ، حدیث - 29

دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 46

حدیث - 125

امام علی علیه السلام :

مَنْ كَثَرَ أَكْلَهُ قَلَّتْ صِحَّتُهُ ، وَثَقُلَتْ عَلَى نَفْسِهِ مُؤَنَّتُهُ .

هر کس خوردنش بسیار شود ، تن درستی اش کاهش می یابد و هزینه اش بر

وی سنگین می گردد .

غرر الحکم ، حدیث - 8903 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 434 ،

حدیث - 7500 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 46

حدیث - 126

امام علی علیه السلام :

لَا صِحَّةَ مَعَ النَّهَمِ .

با پُرخوری ، تن درستی ای نخواهد بود .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 268 ، حدیث - 52 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 46

حدیث - 127

پیامبر خدا ﷺ :

أَفْضَلُكُمْ مَنْزِلَةً عِنْدَ اللَّهِ تَعَالَى أَطْوَلُكُمْ جُوعًا وَتَفَكُّرًا ، وَأَبْغَضُكُمْ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى كُلُّ نَوُومٍ وَأَكُولٍ وَشَرُوبٍ .

بلند پایه ترین شما نزد خداوند متعال کسی است که مدتهای طولانی تری
گرسنگی بکشد و به تفکر بپردازد و منفورترین شما نزد خداوند متعال هر آن
کسی است ، که پر خواب و پر خور و پرنوش باشد .

تنبيه الخواطر : 100/1 منتخب میزان الحکمة : 448

حدیث - 128

امام صادق علیه السلام :

إِنَّمَا بُنِيَ الْجَسَدُ عَلَى الْخُبْزِ .

تن ، بر نان ، استوار شده است .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 286 ، حدیث - 3

حدیث - 129

پیامبر خدا ﷺ :

أَذِيبُوا طَعَامَكُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ ، وَلَا تَنَامُوا عَلَيْهِ فَتَقْسُوَ قُلُوبُكُمْ؛

غذایان را با یاد خدا و نماز، ذوب (هضم) کنید و بر آن م خوابید ، که
دل هایتان سخت می شود .

المعجم الأوسط ، جلد 5 ، صفحه 163 ، حدیث - 4952 ، شعب الإيمان ،
جلد 5 ، صفحه 124 ، حدیث - 6044 کلاهما عن عائشة ، كنز العمال ، جلد
15 ، صفحه 245 ، حدیث - 40773 ؛ الدعوات ، صفحه 76 ، حدیث - 178
، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 412 ، حدیث - 9 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 104

حدیث - 130

پیامبر خدا ﷺ :

كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ الْأَكْلُ مِنْ غَيْرِ جَوْعٍ ، وَالنَّوْمُ مِنْ غَيْرِ سَهَرٍ .
خوردن بدون گرسنگی و خوابیدن بدون بیداری کشیدن [و احساس نیاز به
خواب] ، نزد خداوند ، گناهی سهمگین است .
الفردوس ، جلد 3 ، صفحه 306 ، حدیث - 4920 عن عبد الله بن عمرو ،
كنز العمال ، جلد 16 ، صفحه 80 ، حدیث - 44011 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 84

حدیث - 131

امام رضا علیه السلام :

إِذَا اكْتَهَلَ الرَّجُلُ فَلَا يَدْعُ أَنْ يَأْكُلَ بِاللَّيْلِ شَيْئاً ؛ فَإِنَّهُ أَهْدَى لِلنَّوْمِ وَأَطْيَبُ لِلنَّكْهَةِ ؛

مباد که مرد ، هنگامی که میان سال می شود ، خوردن چیزی را در هر شب ،
وا گذارد ؛ زیرا این کار ، سبب خواب آرام تر و بوی خوش تر دهان است .
بحار الأنوار ، ج 66 ، صفحه 344 ، حدیث - 16 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 166

حدیث - 132

امام صادق علیه السلام :

لَا خَيْرَ لِمَنْ دَخَلَ فِي السَّنِّ أَنْ يَبْتَ خَفِيفاً ، بَلْ يَبْتَ مُمْتَلِئاً خَيْرٌ لَهُ ؛
برای کسی که پا به سن نهاده ، خوب نیست با شکم سُبک بخوابد ؛ بلکه اگر
با شکم پُر بخوابد ، برایش بهتر است .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 289 ، حدیث - 6 ، المحاسن ، جلد 2 ، صفحه
198 ، حدیث - 1576 کلاهما عن الوليد بن صبيح ، بحار الأنوار ، جلد 66 ،
صفحه 344 ، حدیث - 15 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 162

حدیث - 133

رسول الله ﷺ

لأبى ذرٍّ وهو يعظه: لا تأكل طعامَ الفاسقين .

پیامبر خدا ﷺ در اندرز به ابوذر: از غذای مردمان فاسق تناول مکن .

بحار الأنوار : 3 / 84 / 77

حدیث - 134

الإمام الرضا عليه السلام

فى ذكرِ الجماعِ وآدابه: ثُمَّ اغْتَسَلَ وَأَشْرَبَ مِنْ سَاعَتِكَ شَيْئاً مِنَ الْمَوِىَّائِ
بِشَرَابِ الْعَسَلِ أَوْ بِعَسَلٍ مَنْزُوعِ الرَّغْوَةِ ؛ فَإِنَّهُ يَرُدُّ مِنَ الْمَاءِ مِثْلَ الَّذِى خَرَجَ مِنْكَ .

امام رضا عليه السلام

درباره آمیزش و آداب آن: پس ، غسل کن و همان دم ، قدری مومیایی با
شربت عسل یا با عسلی که کف آن را برداشته باشند ، بخور ؛ زیرا این کار ،
همانند آن آبی را که از تو بیرون رفته است ، به تو باز می گرداند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 327 نقلاً عن طبِّ الإمام الرضا عليه السلام ، وكذا
فى بعض نسخ الكتاب ، ولكنه سقطت من الطبعة التى بأيدينا دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 628

حدیث - 135

امام هادی علیه السلام :

السَّهْرُ الَّذِي لِلْمَنَامِ وَالْجُوعِ يَزِيدُ فِي طِيبِ الطَّعَامِ؛

شب بیداری، خواب را لذت بخش تر و گرسنگی، خوراک را گواراتر می‌کند.

أعلام الدین، ص 311

حدیث - 136

امام رضا علیه السلام :

طَعْمُ الْمَاءِ طَعْمُ الْحَيَاةِ؛

مزه آب، مزه زندگی است.

بحار الأنوار، ج 49، ص 99

حدیث - 137

قال رسول الله صلی الله علیه و آله :

مَنْ أَكَلَ الْحَلَالَ، قَامَ عَلَى رَأْسِهِ مَلَكٌ يَسْتَغْفِرُ لَهُ حَتَّى يَفْرُغَ مِنْ أَكْلِهِ؛

هر که غذای حلال بخورد، فرشته ای بالای سرش می ایستد و تا آن گاه که

از خوردن فراغت یابد، برای او طلب آمرزش می کند.

بحار الأنوار ج 66 ص 314 ح 6.

حدیث - 138

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند:

نَحْنُ قَوْمٌ لَا نَأْكُلُ حَتَّى نَجُوعَ وَإِذَا أَكَلْنَا لَا نَشْبَعُ؛

ما قومی هستیم که تا گرسنه نشویم غذا نمی‌خوریم و تا سیر نشده‌ایم دست از غذا می‌کشیم.

سنن النبی، ص 226

حدیث - 139

امام علی علیه السلام فرمودند:

أَكَلُ السَّفَرِ جَلُّ قُوَّةٍ لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ وَهُوَ يُطَيِّبُ الْمِعْدَةَ وَيُذَكِّي الْفُؤَادَ وَيُشَجِّعُ الْجَبَانَ وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ؛

خوردن به، قلب ضعیف را قوی، معده را پاک، ترسو را شجاع و فرزند را زیبا می‌کند.

تحف العقول، ص 101

حدیث - 140

امام علی علیه السلام فرمودند:

لَا فِطْنَةَ مَعَ بَطْنَةٍ؛

با شکمبارگی هوشمندی به بار نمی‌آید.

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث 10528

حدیث - 141

امام علی علیه السلام فرمودند:

مَنْ كَظَّنَّهُ الْبُطْنَةُ حَجَبَتْهُ عَنِ الْفِطْنَةِ ؛

هر که در رنج و زحمتِ پُر خوری افتد ، از دانایی و هوشیاری باز می ماند .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 8459

حدیث - 142

امام علی علیه السلام فرمودند:

لَذَّةُ الْكِرَامِ فِي الْإِطْعَامِ، وَلَذَّةُ اللَّئَامِ فِي الطَّعَامِ ؛

لذتِ کریمان در خوراندن ، و لذتِ فرومایگان در خوردن است .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 7638

حدیث - 143

امام علی علیه السلام فرمودند:

كَيْفَ تَصْفُو فِكْرَهُ مَنْ يَسْتَدِيمُ الشَّيْعَ؟! ؛

چگونه بسامان می شود اندیشه کسی که همیشه سیر است؟!؛

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 6975

حدیث - 144

امام علی علیه السلام فرمودند:

إِذَا أَرَادَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ صَلَاحَ عَبْدٍ أَلْهَمَهُ قَلَّةَ الْكَلَامِ وَ قَلَّةَ الطَّعَامِ وَ قَلَّةَ الْمَنَامِ؛
هرگاه خداوند صلاح بنده‌ای را بخواهد ، کم‌گویی ، کم‌خوری و کم‌خوابی را
در دلش می‌اندازد .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 4117

حدیث - 145

امام علی علیه السلام فرمودند:

إِيَّاكُمْ وَ الْبِطْنَةَ فَإِنَّهَا مَقْسَاةٌ لِلْقَلْبِ مَكْسَلَةٌ عَنِ الصَّلَاةِ وَ مَفْسَدَةٌ لِلْجَسَدِ ؛
زَنهار از پُری شکم ؛ زیرا موجب سخت‌دلی ، کاهلی در نماز و تباهی بدن
می‌شود .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 2742

حدیث - 146

امام علی علیه السلام فرمودند:

إِدْمَانُ الشَّيْبِ يُورِثُ أَنْوَاعَ الْوَجَعِ ؛
پیوسته پُر بودن شکم ، دردهای گوناگون در پی دارد .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 1363

حدیث - 147

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا التَّيْنَ الرُّطْبَ وَالْيَابِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَيَنْفَعُ مِنَ النَّقْرِسِ وَالْإِبْرَدَةِ ؛

انجیر تازه و خشک بخورید؛ چرا که بر قدرت همبستری می افزاید، بواسیر را ریشه کن می کند و برای درمان نقرس و سردی مزاج، سودمند است .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 186 ، حدیث - 6

حدیث - 148

امام علی علیه السلام :

أَكْلُ التَّيْنِ يُلَيِّنُ السَّدَدَ وَهُوَ نَافِعٌ لِرِيَّاحِ الْقَوْلَنْجِ ، فَأَكْثَرُوا مِنْهُ بِالنَّهَارِ ، وَكُلُوهُ بِاللَّيْلِ ، وَلَا تُكْثَرُوا مِنْهُ ؛

خوردن انجیر ، انسدادها را نرم می کند و برای بادهای قولنج، سودمند است.
در روز ، از آن فراوان بخورید و آن را در شب هم بخورید؛ اما فراوان، نه.
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 186 ، حدیث - 3

حدیث - 149

امام رضا علیه السلام :

التَّيْنُ يَذْهَبُ بِالْبَخْرِ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ، وَيَذْهَبُ بِالْدَّاءِ حَتَّى لَا يُحْتَاجَ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ ؛

انجیر، بوی بد دهان را می برد، استخوان ها را استحکام می بخشد، درد را می برد و با وجود آن، دیگر به دارویی نیاز نیست .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 376 ، حدیث - 1252

حدیث - 150

كُلُّوا الْبَصَلَ ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ : يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ ، وَيَشُدُّ اللَّثَّةَ ، وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ وَالْجَمَاعِ ؛

پیاز بخورید؛ چرا که سه ویژگی دارد : بوی دهان را خوش می سازد ، لثه را استحکام می بخشد و آب و توان آمیزش را افزون می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 374 ، حدیث - 3

حدیث - 151

امام صادق علیه السلام :

الْبَصَلُ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ ، وَيَشُدُّ الظَّهْرَ ، وَيُرِقُّ الْبَشْرَةَ ؛

پیاز ، دهان را خوش بو می کند ، پشت را قوی می سازد و پوست را نرم می دهد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 374 ، حديث - 4

حديث - 152

پیامبر خدا ﷺ :

إِذَا دَخَلْتُمْ بَلَدَةً وَبَيْتًا فَخِفْتُمْ وَبَاءَهَا ، فَعَلَيْكُمْ بِبَصَلِهَا ؛ فَإِنَّهُ يُجَلِّي الْبَصَرَ ، وَيُنْقِي الشَّعْرَ ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ ، وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى ، وَيَذْهَبُ بِالْحَمَاءِ وَهُوَ السَّوَادُ فِي الْوَجْهِ وَالْإِعْيَاءِ أَيْضًا ؛

هر گاه وارد آبادی و با زده‌ای شدید و از وبای آن ترسیدید، از پیاز آن جا بخورید ؛ زیرا که آن ، چشم را جلا می‌دهد ، مو را پاکیزه می‌گرداند ، آب کمر را زیاد می‌کند ، گام‌ها را سرعت می‌بخشد ، تیرگی چهره را می‌برد و خستگی را نیز می‌زداید .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 252 ، حديث - 21

حديث - 153

امام صادق عليه السلام :

الْكُمَثْرَى يَدْبِغُ الْمَعِدَةَ وَيُقَوِّيْهَا ، هُوَ وَالسَّفَرْجَلُ سَوَاءٌ ، وَهُوَ عَلَى الشَّيْبِ أَنْفَعُ مِنْهُ عَلَى الرِّيقِ ، وَمَنْ أَصَابَهُ طَخَاءٌ فَلْيَأْكُلْهُ - يَعْنِي عَلَى الطَّعَامِ - ؛
گلابی، معده را می‌پالاید و تقویت می‌کند و بابه، همگون است. خوردنش روی غذا سودمندتر است تا چاشت‌ناخورده . هر کس هم که احساس سنگینی می‌کند، از آن [بر روی غذا] بخورد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 379 ، حديث - 1266

حدیث - 154

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الْكُمَثْرَى ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْقَلْبَ ، وَيُسْكِنُ أَوْجَاعَ الْجَوْفِ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى ؛
گلابی بخورید ، که به اذن خداوند متعال ، دل را جلا می‌دهد و دردهای
درون را تسکین می‌بخشد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 358 ، حدیث - 1

حدیث - 155

امام علی علیه السلام :

الْكُمَثْرَى يَجْلُو الْقَلْبَ ، وَيُسْكِنُ أَوْجَاعَ الْجَوْفِ ؛
گلابی ، قلب را جلا می‌دهد و دردهای درون را تسکین می‌بخشد .
الخصال ، صفحه 632 ، حدیث - 10

حدیث - 156

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

الْكُمَثْرَى يُحْيِي الْقَلْبَ ؛

گلابی ، قلب را زنده می‌سازد .

مستدرک الوسائل ، جلد 16 ، صفحه 405 ، حدیث - 20345

حدیث - 157

امام صادق علیه السلام :

كُلِّ الْفُجَلُ ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ : وَرَقُهُ يُطْرَدُ الرِّيحَ ، وَلُبُّهُ يُسْرِبِلُ الْبَوْلَ ،
وَأَصْلُهُ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ ؛

تُرب بخور ؛ چرا که در آن ، سه ویژگی است : برگش بادهای را دور می کند ،
قسمت میانی اش پیشاب را جامه می شود و بیخش بلغم را از میان می برد .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 371 ، حدیث - 1 ،

حدیث - 158

امام صادق علیه السلام :

الْإِجَاصُ عَلَى الرِّيقِ ؛ يُسَكِّنُ الْمِرَارَ ، إِلَّا أَنَّهُ يُهَيِّجُ الرِّيحَ ؛

آلو در حالت ناشتا تلخه را فرو می نشاند، هر چند که بادهای را نیز تحریک
می کند .

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 136 و بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 189

حدیث - 159

امام صادق علیه السلام :

مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَفِيهِ عِرْقٌ مِنَ الْجُدَامِ ، فَكُلُّوا السَّلْجَمَ فِي زَمَانِهِ يَذْهَبَ بِهِ عَنْكُمْ

هیچ کس نیست، مگر این که در او رگی از جذام وجود دارد. شلغم را در فصل آن بخورید تا این رگ را از شما ببرد .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 220

حدیث - 160

امام صادق علیه السلام
فی ذکرِ خواصِّ البَطِيخِ: يُذِيبُ الْحَصَى فِي الْمَثَانَةِ ؛
درباره ویژگی‌های خربزه: سنگ را در مثانه ، ذوب می‌کند .
الخصال ، صفحه 443 ، حدیث - 36

حدیث - 161

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
تَفَكَّهُوا بِالْبَطِيخِ ؛ فَإِنَّهَا فَاكِهَةُ الْجَنَّةِ ، وَفِيهَا أَلْفُ بَرَكَةٍ وَأَلْفُ رَحْمَةٍ ، وَأَكْلُهَا شِفَاءٌ
مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛
نیاز خود به میوه را با خربزه برآورید ؛ چرا که میوه بهشت است ، در آن ،
هزار برکت و هزار رحمت است و خوردنش شفای هر درد است .
طبّ النبیّ صلی الله علیه و آله و سلم ، ص 8 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 296

حدیث - 162

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْبَطِيخِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ عَشْرَ خِصَالٍ : هُوَ طَعَامٌ ، وَشَرَابٌ ، وَأَشْنَانٌ ، وَرِيحَانٌ ، وَيَغْسِلُ الْمَثَانَةَ ، وَيَغْسِلُ الْبَطْنَ ، وَيُكْثِرُ مَاءَ الظَّهْرِ ، وَيَزِيدُ فِي الْجِمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبُرُودَةَ ، وَيُنْقِي الْبَشَرَةَ ؛

بر شما باد خوردن خربزه؛ چرا که در آن، ده ویژگی است: غذاست، آب است، شستشو دهنده است، خوشبو کننده است، مثانه را می‌شوید، شکم را می‌شوید، آب کمر را فراوان می‌سازد، بر نیروی همبستری می‌افزاید، سردی مزاج را از میان می‌برد، و پوست را تمیز می‌کند.

طب النبى ﷺ ، ص 8 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 297

حدیث - 163

امام صادق علیه السلام :

أَكْثَرُوا مِنَ الْبَادَنْجَانِ عِنْدَ جَدَادِ النَّخْلِ ؛ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ، وَيَزِيدُ فِي بَهَاءِ الْوَجْهِ ، وَيُلَيِّنُ الْعُرُوقَ ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ ؛

در هنگام خرماچینی، فراوان بادنجان (بادمجان) بخورید؛ چرا که شفای هر درد است، بر روشنی چهره می‌افزاید، رگ‌ها را نرم می‌کند و آب کمر (نیروی جنسی) را افزون می‌سازد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 398 ، حدیث - 1355

حدیث - 164

پیامبر خدا ﷺ :

إِذَا طَبَخْتُمْ فَأَكْثِرُوا الْقَرَعَ ؛ فَإِنَّهُ يَسُرُّ قَلْبَ الْحَزِينِ .

اگر خواستید چیزی بپزید ، از کدو زیاد بهره بجوید؛ چرا که دل اندوهگین را شاد می کند .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 383 ، حدیث - 1285

حدیث - 165

كُلُوا الْيَقْطِينَ فَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّ شَجَرَةً أَخَفُّ مِنْ هَذِهِ لَأَنْبَتَهَا عَلَى أَخِي يُونُسَ عَلَيْهِ السَّلَامُ .

إِذَا اتَّخَذَ أَحَدُكُمْ مَرَقًا فَلْيُكْثِرْ فِيهِ مِنَ الدَّبَاءِ ، فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ وَفِي الْعَقْلِ ؛
کدو بخورید، که اگر خداوند می دانست درختی سبک تر از این وجود دارد ،
آن را برای برادرم یونس می رویند.

هرگاه کسی از شما خورشی می سازد ، در آن کدوی بسیار بریزد ؛ چرا که آن مغز و عقل را می افزاید.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 383 ، حدیث - 1283

حدیث - 166

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْقَرَعَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ ، وَيُكَبِّرُ الدِّمَاغَ ؛

بر شما باد کدو؛ چرا که عقل را افزون سازد و مغز را بزرگ می‌کند.

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 44 ، حدیث - 28276

حدیث - 167

امام صادق علیه السلام :

شَكَاهُ نَبِيٍّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ الْغَمُّ ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْعِنَبِ ؛

یکی از پیامبران از غم و اندوه به درگاه خداوند شکوه کرد ؛ خداوند به او دستور داد انگور تناول کند .

المحاسن : 2 / 362 / 2262

حدیث - 168

امام صادق علیه السلام :

أَكْلُ الْجَزَرِ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ ، وَيُقِيمُ الذِّكْرَ ؛

خوردن زردک ، کلیه‌ها را گرم می‌کند و آلت را راست می‌گرداند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 372 ، حدیث - 1

حدیث - 169

امام صادق علیه السلام :

الْجَزَرُ أَمَانٌ مِنَ الْقَوْلَجِ وَالْبَوَاسِيرِ ، وَيُعِينُ عَلَى الْجِمَاعِ ؛

زردک، مایه ایمنی از قولنج و بواسیر است و توان نزدیکی را تقویت می‌کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 372 ، حدیث - 2

حدیث - 170

پیامبر خدا ﷺ :

إِذَا أَكَلْتُمُ الْقِتَاءَ فَكُلُوهُ مِنْ أَسْفَلِهِ ؛

به هنگام خوردنِ خیار ، آن را از ته بخورید .

الفردوس ، جلد 1 ، صفحه 274 ، حدیث - 1069

حدیث - 171

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْقِتَاءِ ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَعَلَ فِيهِ الشِّفَاءَ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛

بر شما باد خیار ؛ چرا که خداوند متعال ، درمان هر دردی را در آن نهاده

است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 45 ، حدیث - 28281

حدیث - 172

امام صادق علیه السلام :

أَكُلُ الْبَطِيخِ عَلَى الرِّيقِ يورثُ الْفَالَجَ ؛

خوردن خربزه در ناشتا ، سست اندامی می آورد .

الخصال ، صفحه 443 ، حدیث - 36 ، مکارم الأخلاق ، جلد 1 ،

حدیث - 173

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم :
ما مِنْ امْرَأَةٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتِ الْبَطِيخَ ، إِلَّا يَكُونُ مَوْلُودُهَا حَسَنَ الْوَجْهِ وَالْخُلُقِ ؛
هیچ زن بارداری نیست که خربزه بخورد ، مگر این که نوزادش خوش چهره و
خوش خوی خواهد شد .

طبّ النبی ﷺ ، ص 10 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 299

حدیث - 174

پیامبر خدا ﷺ :
الْبَطِيخُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَغْسِلُ الْبَطْنَ غَسْلًا ، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ أَصْلًا ؛
خربزه پیش از غذا ، شکم را کاملاً می شوید و بیماری را از ریشه می کند .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 46 ، حدیث - 28287 .

حدیث - 175

پیامبر خدا ﷺ :
كُلُوا التِّينَ الرُّطْبَ وَالْيَابِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَيَنْفَعُ مِنَ
النَّقْرِسِ وَالْإِبْرَدَةِ ؛
انجیر ، تازه و خشک ، بخورید ؛ چرا که بر قدرت همبستری می افزاید ،
بواسیر را ریشه کن می کند و برای درمان نقرس و سردی مزاج ، سودمند است .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 377 ، حدیث - 1254

حدیث - 176

امام صادق علیه السلام :

أَكُلُ الْبَاقِلَى يُمَخِّخُ السَّاقِينَ ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ ، وَيُولِّدُ الدَّمَ الطَّرِيَّ ؛
خوردن باقلا ، استخوان های ساق را تراکم درونی می دهد ، توان مغز را افزون
می سازد و خون تازه تولید می کند.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 344 ، حدیث - 1

حدیث - 177

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الْبَاقِلَى بِقَشْرِهْ ؛ فَإِنَّهُ يَدْبِغُ الْمَعِدَةَ ؛
باقلا را با پوستش بخورید ؛ چرا که معده را پاک می کند .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 344 ، حدیث - 3 .

حدیث - 178

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ أَكَلَ فَوَلَةً بِقَشْرِهَا ، أَخْرَجَ اللَّهُ عِزَّ وَ جَلَّ مِنْهُ مِنَ الدَّاءِ مِثْلَهَا ؛
هر کس یک دانه باقلا را با پوست آن بخورد ، خداوند عز و جل به همان
اندازه ، بیماری را از درون او بیرون می برد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 397 ، حدیث - 1346

حدیث - 179

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا السَّفَرَجَلَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الذَّهْنِ ؛

به بخورید؛ چرا که ذهن را افزون می‌کند.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 374 ، حدیث - 1243

حدیث - 180

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا السَّفَرَجَلَ وَتَهَادَوْهُ بَيْنَكُمْ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الْمَوَدَّةَ فِي الْقَلْبِ ؛

به بخورید و به همدیگر هدیه دهید؛ چرا که چشم را جلا می‌دهد و دوستی

را در دل می‌رویاند.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 176 ، حدیث - 37

حدیث - 181

پیامبر خدا ﷺ :

أَكُلُ السَّفَرَجَلَ يُذْهِبُ ظُلْمَةَ الْبَصَرِ ؛

خوردن به، تیرگی چشم را از میان می‌برد .

طب النبى ﷺ ، صفحه 8 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 296

حدیث - 182

امام صادق علیه السلام :

عَلَيْكَ بِأَكْلِ السَّفَرَجَلِ الْحُلُوِّ مَعَ حَبِّهِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي الضَّعْفَ ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَةَ ،
وَيُزَكِّي الْمَعِدَةَ ؛

بر تو باد خوردن به شیرین با دانه هایش ؛ چرا که قلب ضعیف را تقویت
می کند ، معده را می پالاید و معده را پاک می سازد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 176 ، حدیث - 36

حدیث - 183

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

كُلُوا السَّفَرَجَلَ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْفُؤَادَ . وَمَا بَعَثَ اللَّهُ نَبِيًّا إِلَّا أَطْعَمَهُ مِنْ سَفَرَجَلِ
الْجَنَّةِ ، فَيَزِيدُ فِيهِ قُوَّةَ أَرْبَعِينَ رَجُلًا ؛

به بخورید که دل را جلا می دهد . خداوند ، هیچ پیامبری را برنگزیده ، مگر
این که از به بهشت به او خورانده و نیروی چهل مرد را به او افزوده است .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 373 ، حدیث - 1242

حدیث - 184

امام علی علیه السلام :

أَكْلُ السَّفَرَجَلِ يَزِيدُ فِي قُوَّةِ الرَّجُلِ وَيَذْهَبُ بِضَعْفِهِ ؛

خوردن به ، بر نیروی مرد می افزاید و سستی او را می برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 175 ، حدیث - 35

حدیث - 185

امام علی علیه السلام :

أَكْلُ السَّفَرَجَلِ قُوَّةٌ لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَّةَ ، وَيَزِيدُ فِي قُوَّةِ الْفُؤَادِ ،
وَيُشَجِّعُ الْجَبَانَ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ؛

خوردن به ، نیرویی برای قلبی است که ضعیف شده باشد ، معده را پاک
می کند ، بر توان دل می افزاید ، ترسو را دلیر می کند و فرزند را نکو می سازد .

الخصال ، صفحه 612 ، حدیث - 10

حدیث - 186

امام باقر علیه السلام :

السَّفَرَجَلُ يَذْهَبُ بِهِمُ الْحَزِينَ ؛

به ، اندوه اندوهگین را از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 176 ، حدیث - 37

حدیث - 187

عن طلحة بن زيد عن الإمام الصادق عليه السلام :
إِنَّ فِي السَّفَرَجَلِ خَصْلَةً لَيْسَتْ فِي سَائِرِ الْفَوَاكِهِ .
قُلْتُ : وما ذاك يَا بْنَ رَسُولِ اللَّهِ؟
قال : يُشَجِّعُ الْجَبَانَ ، هذا وَاللَّهِ مِنْ عِلْمِ الْأَنْبِيَاءِ - صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِمْ أَجْمَعِينَ -
؛ -

به نقل از طلحه بن زید: امام صادق عليه السلام فرمودند: در به ، ویژگی ای است
که در دیگر میوه ها نیست.

پرسیدم: ای پسر پیامبر خدا! آن چیست؟
فرمودند: ترسو را دلیر می کند . به خداوند سوگند، این ، از دانش پیامبران که
درودهای خداوند بر تمامی آنان باد - است .
طبّ الأئمة لابن بسطام ، ص 136 و بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 176 ،
حدیث - 36

حدیث - 188

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
كُلُوا السَّفَرَجَلَ عَلَى الرَّيِّقِ ؛ فَإِنَّهُ يُذْهِبُ وَغَرَ الصَّدْرِ؛
ناشتا به بخورید ؛ چرا که حرارت سینه را از میان می برد .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 40 ، حدیث - 28259

حدیث - 189

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ سَفَرَجَلَةً عَلَى الرَّيِّقِ ، طَابَ مَاؤُهُ ، وَحَسُنَ وَلَدُهُ؛

هر کس ناشتا یک به بخورد، نطفه‌اش پاکیزه می‌شود و فرزندش نیکو می‌گردد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ، حدیث - 3

حدیث - 190

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الْأُتْرُجَّ بَعْدَ الطَّعَامِ ؛ فَإِنَّ آلَ مُحَمَّدٍ عليهم السلام يَفْعَلُونَ ذَلِكَ ؛

تُرنج را پس از غذا بخورید ؛ چرا که خاندان محمد صلی الله علیه و آله و سلم چنین می‌کنند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 360 ، حدیث - 3

حدیث - 191

امام رضا علیه السلام :

أَكُلُ الْأُتْرُجَّ بِاللَّيْلِ ، يَقْلِبُ الْعَيْنَ ، وَيُورِثُ الْحَوْلَ ؛

خوردن تُرنج در شب ، چشم را برمی‌گرداند و کژچشمی به جای می‌گذارد .

طبّ الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 27 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 192

امام رضا علیه السلام :

الْخُبْزُ الْيَابِسُ يَهْضُمُ الْاُتْرُجَّ ؛

نان خشک ، تُرُنْج را هضم می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 360 ، حدیث - 4 .

حدیث - 193

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الرُّمَانَ الْمُرَّ بِشَحْمِهِ ؛ فَإِنَّهُ دِبَاغٌ لِلْمَعِدَةِ ؛

انار مَلَس را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را پاک می کند.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 354 ، حدیث - 13

حدیث - 194

امام رضا علیه السلام :

مُصَّ مِنْ الرُّمَانِ الْإِمْلِيسِيِّ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي النَّفْسَ ، وَيُحْيِي الدَّمَ ؛

آب انار مَلَس بِمَك ؛ زیرا انسان را قوی می کند و خون را زنده می سازد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 320

حدیث - 195

عَلَيْكُمْ بِالرُّمَّانِ الْحُلُوِّ فَكُلُوهُ ؛ فَإِنَّهُ لَيْسَتْ مِنْ حَبَّةٍ تَقَعُ فِي مَعِدَةِ مُؤْمِنٍ إِلَّا
أَبَادَتْ دَاءً ، وَأَطْفَأَتْ شَيْطَانَ الْوَسْوَسةِ عَنْهُ؛

بر شما باد انار شیرین . آن را بخورید ؛ چرا که هیچ دانه‌ای از آن به معده
مؤمنی در نمی‌آید ، مگر این که بیماری‌ای از آن ریشه‌کن می‌کند و شیطان
وسوسه را از او دور می‌سازد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 354 ، حدیث - 10 .

حدیث - 196

امام صادق علیه السلام :

أَرْبَعَةٌ يَعْدِلُنَ الطَّبَائِعَ : الرُّمَّانُ السَّورَانِيُّ ، وَالْبُسْرُ الْمَطْبُوخُ ، وَالْبَنْفَسُجُ ، وَالْهَنْدَبَاءُ
؛

چهار چیز ، طبع را اعتدال می‌بخشد : انار سورانی ، خرماي نارس پخته‌شده
، بنفشه ، و کاسنی .

الخصال ، صفحه 249 ، حدیث - 113

حدیث - 197

امام عسکری علیه السلام :

كُلِ الرُّمَّانَ بَعْدَ الْحِجَامَةِ رُمَّانًا حُلُوا ؛ فَإِنَّهُ يُسَكِّنُ الدَّمَ ، وَيُصَفِّي الدَّمَ فِي
الْجَوْفِ؛

پس از حجامت، انار بخور، اناری شیرین؛ چرا که خون را فرو می‌نشاند و خون را در درون، تصفیه می‌کند .

طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 59 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 123 ،
حدیث - 52

حدیث - 198

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الرُّمَانَ بِشَحْمِهِ ؛ فَإِنَّهُ يَدْبَغُ الْمَعِدَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الذَّهْنِ ؛
انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را می‌پالاید و ذهن را افزون می‌کند .
الكافی ، جلد 6 ، صفحه 354 ، حدیث - 12

حدیث - 199

امام علی علیه السلام :

كُلُوا الرُّمَانَ بِشَحْمِهِ ؛ فَإِنَّهُ دِبَاغُ الْمَعِدَةِ ، وَمَا مِنْ حَبَّةٍ اسْتَقَرَّتْ فِي مَعِدَةِ امْرِئٍ
مُسْلِمٍ إِلَّا أَنْارَتَهَا وَنَفَتِ الشَّيْطَانُ وَالْوَسْوَسةَ عَنْهَا أَرْبَعِينَ صَبَاحاً ؛
انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را پاک می‌کند . و هیچ دانه‌ای [از انار]
در معده انسانی مسلمان ، جای نمی‌گیرد ، مگر این که آن را روشن می‌سازد و
تا چهل پگاه ، شیطان و وسوسه را از آن دور می‌کند .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 156 ، حدیث - 8

حدیث - 200

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا الرُّمَانَ بِقَشَرِهِ ؛ فَإِنَّهُ دِبَاغُ الْبَطْنِ؛

انار را با پیله آن بخورید؛ چرا که شست و شو دهنده معده است .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 356 ، حدیث - 2236

حدیث - 201

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا السَّفْرَجَلَ وَتَهَادَوْهُ بَيْنَكُمْ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الْمَوَدَّةَ فِي الْقَلْبِ؛

به بخورید و به همدیگر هدیه دهید؛ چرا که چشم را جلا می دهد و دوستی

را در دل می رویند.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 372 ، حدیث - 1230

حدیث - 202

رسول الله ﷺ :

فِي خَوَاصِّ التَّمْرِ الْبَرْنِيِّ: هَذَا جِبْرِئِيلُ يُخْبِرُنِي أَنَّ فِي تَمَرَتِكُمْ هَذِهِ تِسْعَ خِصَالٍ

: . . . وَتَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ . . . ؛

درباره خواص خرماي بَرْنِي اين جبرئيل است كه به من خبر مي دهد كه در

اين خرمايتان هفت ويژگي است : . . . و بر شنوايي و بينايي تان مي افزايد.

المحاسن، ج 1، ص 76، ح 37

حدیث - 203

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِاللُّبَانِ ؛ فَإِنَّهُ يَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ . . . وَيَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُذْهِبُ
النَّسْيَانَ ؛

بر شما باد کُنْدُر؛ چرا که گرم‌زدگی را از قلب می‌زداید... و دیده را جلا
می‌دهد و فراموشی را از میان می‌برد.

طبّ النبى ﷺ ، صفحه 6 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 294

حدیث - 204

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ أَكَلَ الْفَاكِهَةَ وَبَدَأَ بِبِاسْمِ اللَّهِ ، لَمْ تَضُرَّهُ ؛

هر کس میوه بخورد و این خوردن را با نام خدا آغاز کند ، میوه به او زیانی
نمی‌رساند .

مستدرک الوسائل ، جلد 16 ، صفحه 461 ، حدیث - 20547

حدیث - 205

امام علی علیه السلام :

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا رَأَى الْفَاكِهَةَ الْجَدِيدَةَ قَبَّلَهَا وَوَضَعَهَا عَلَى عَيْنَيْهِ وَفَمِهِ
، ثُمَّ قَالَ :

اللَّهُمَّ كَمَا أَرَيْتَنَا أَوْلَهَا فِي عَافِيَةٍ ، فَأَرِنَا آخِرَهَا فِي عَافِيَةٍ ؛

پیامبر خدا ﷺ ، چون میوه‌ای نو می‌دیدند ، آن را می‌بوسیدند و بر روی چشمان و دهانشان می‌نهادند و سپس می‌گفتند: خداوندا ! چنان که آغاز این را در عافیت به ما نشان دادی ، پایان آن را نیز در عافیت به ما بنمایان.

الأمالی للصدوق ، صفحه 338 ، حدیث - 396

حدیث - 206

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْفَاكِهَةِ فِي إِقْبَالِهَا؛ فَإِنَّهَا مَصْحَةٌ لِلْأَبْدَانِ مَطْرَدَةٌ لِلْأَحْزَانِ، وَالْقَوْهَا فِي إِدْبَارِهَا؛ فَإِنَّهَا دَاءُ الْأَبْدَانِ؛

بر شما باد میوه در هنگام روی کردنش؛ چرا که در این هنگام، مایه: سلامت تن و از میان رفتن اندوه است. نیز آن را در هنگام پشت کردن وا گذارید؛ که در این هنگام، دردی برای تن است.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 296

حدیث - 207

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا الثَّمَارَ وَتَرَأَ لَا يَضُرُّ؛

میوه‌ها را جدا جدا بخورید تا زیان نرساند .

جامع الأحادیث للقمی ، صفحه 108 و دانش نامه احادیث پزشکی : 2 /

حدیث - 208

پیامبر خدا ﷺ :

الرُّمَّانُ سَيِّدُ الْفَاكِهَةِ ، وَمَنْ أَكَلَ رُمَّانَةً أَغْضَبَ شَيْطَانَهُ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا ؛
انار ، مهتر همه میوه هاست و هر کس یک انار بخورد، چهل پگاه، شیطان
خویش را به خشم می آورد .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 359 ، حدیث - 2249

حدیث - 209

امام صادق علیه السلام :

أَطْعِمُوا مَحْمُومِيَكُمْ التُّفَّاحَ ؛ فَمَا مِنْ شَيْءٍ أَنْفَعَ مِنَ التُّفَّاحِ ؛
به تباداران خود، سیب بدهید؛ چرا که هیچ چیز، سودمندتر از سیب نیست .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ، حدیث - 10

حدیث - 210

التُّفَّاحُ يُفْرِجُ الْمَعِدَةَ . وَقَالَ : كُلِ التُّفَّاحَ ؛ فَإِنَّهُ يُطْفِئُ الْحَرَارَةَ ، وَيُبْرِدُ الْجَوْفَ ،
وَيَذْهَبُ بِالْحُمَّى .

وفی حدیث - آخر : يَذْهَبُ بِالْوَبَاءِ ؛

به نقل از اسحاق بن مطهر ، از امام صادق علیه السلام : سیب، معده را گشایش
می دهد .

همچنین فرمودند : سیب بخور؛ چرا که حرارت را فرو می‌نشاند، درون را سرد می‌کند و تب را می‌برد .

در حدیث - دیگری است که فرمودند : وبا را از میان می‌برد .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 368 ، حدیث - 2284

حدیث - 211

امام کاظم علیه السلام :

التُّفَّاحُ يَنْفَعُ مِنْ خِصَالٍ عِدَّةٍ : مِنَ السَّمِّ ، وَالسَّحَرِ ، وَاللَّمَمِ يَعْرِضُ مِنْ أَهْلِ الْأَرْضِ ، وَالْبَلْغَمِ الْغَالِبِ ، وَلَيْسَ شَيْءٌ أَسْرَعَ مِنْهُ مَنَفَعَةً ؛

سیب، برای درمان چند چیز سودمند است : مسمومیت ، سحر ، جنونی که از زمینیان پیش می‌آید، و بلغمی که چیره شده باشد. هیچ چیز منفعتش سریع‌تر از این نیست .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 355 ، حدیث - 2

حدیث - 212

امام صادق علیه السلام :

التُّفَّاحُ نَضُوحُ الْمَعِدَةِ ؛

سیب ، پالاینده و خوش‌بو کننده معده است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 355 ، حدیث - 1

حدیث - 213

امام علی علیه السلام :

كُلُوا التُّفَّاحَ ؛ فَإِنَّهُ يَدْبِغُ الْمَعِدَةَ ؛

سیب بخورید ، که معده را می پالاید .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ، حدیث - 11

حدیث - 214

امام صادق علیه السلام :

لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي التُّفَّاحِ مَا دَاوَوْا مَرَضَهُمْ إِلَّا بِهِ ، أَلَا وَإِنَّهُ أَسْرَعُ شَيْءٍ
مَنْفَعَةً لِلْفُؤَادِ خَاصَّةً ، وَإِنَّهُ نَضُوحُهُ ؛

اگر مردم می دانستند در سیب چیست، بیمارانشان را جز به آن درمان
نمی کردند. بدانید که سیب، به ویژه، سودمندترین چیز برای قلب و مایه
شست و شوی آن است.

طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 135 و الكافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ،

حدیث - 10

حدیث - 215

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

أَرْبَعَةٌ تَزِيدُ فِي الْعُمُرِ : ... وَأَكْلُ التُّفَّاحِ بِالْأَسْحَارِ ؛

چهار چیز ، عمر را می افزاید : ... و خوردن سیب در سحرگاهان .

حديث - 216

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا التَّفَّاحَ عَلَى الرِّيقِ ؛ فَإِنَّهُ نَضُوحُ الْمَعِدَةِ؛

سیب را ناشتا بخورید؛ چرا که تمیزکننده معده است .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 375 ، حدیث - 1248 و بحار الأنوار ،

جلد 66 ، صفحه 177 ، حدیث - 37

حديث - 217

امام باقر علیہ السلام :

إِذَا أَرَدْتَ أَكَلَ التَّفَّاحِ فَشُمَّهُ ثُمَّ كُلْهُ ؛ فَإِنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ أَخْرَجَ مِنْ جَسَدِكَ

كُلَّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُسَكِّنُ مَا يَوْجَدُ مِنْ قَبْلِ الْأَرْوَاحِ كُلِّهَا؛

هنگامی که خواستی سیب بخوری ، آن را بیوی و سپس بخور . اگر این کار

را انجام دادی ، هر درد و عارضه‌ای از تنت بیرون می‌رود و همه آنچه از سوی

ارواح ، در انسان ایجاد می‌شود، فرو می‌نشیند.

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 135 و بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 175

، حدیث - 33

حدیث - 218

امام علی علیه السلام :

أَكْلُ الْجَوْزِ فِي شِدَّةِ الْحَرِّ يُهَيِّجُ الْحَرَّ فِي الْجَوْفِ ، وَيُهَيِّجُ الْقُرُوحَ عَلَى الْجَسَدِ ،
وَأَكْلُهُ فِي الشِّتَاءِ ؛ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ ، وَيُدْفَعُ الْبَرْدَ ؛

خوردن گردو در گرمای شدید، حرارت را در بدن بر می‌انگیزد و زخم‌های
تن را تحریک می‌کند ؛ اما خوردن آن در زمستان ، کلیه‌ها را گرم می‌کند و
سرما را می‌راند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 340 ، حدیث - 1

حدیث - 219

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ ظَهْرِهِ ، يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ بِالْعَسَلِ ؛

هر کس آبِ کمرش بر وی دیگرگون شود ، شیر تازه با عسل برایش سودمند
است .

مکارم الأخلاق ، ج 1 ، ص 358 ، ح 1164 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 290 ،

ح 2

حدیث - 220

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا الزَّيْتَ ، وَادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ ؛ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ ؛
زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون چرب کنید ؛ چرا که آن ، از درختی
خجسته است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 331 ، حدیث - 1

حدیث - 221

امام صادق علیه السلام :

نِعْمَ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ ؛ يُطَيِّبُ الشَّرْبَةَ ، وَيَهْضِمُ مَا قَبْلَهُ ، وَيُمرِّئُ مَا بَعْدَهُ ؛
پنیر، چه نیکو لقمه‌ای است! نوشیدن انسان را خوش‌بو می‌سازد، آنچه را
پیش از آن هست، هضم می‌کند و آنچه را پس از آن باشد، دوست‌داشتنی
می‌سازد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 105 ، حدیث - 10

حدیث - 222

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا الْجُبْنَ ؛ فَإِنَّهُ يورِثُ النُّعَاسَ ، وَيَهْضِمُ الطَّعَامَ ؛
پنیر بخورید ؛ چرا که خواب می‌آورد و غذا را هضم می‌کند .
طب النبى ﷺ ، صفحه 11 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 300

حدیث - 223

امام صادق علیه السلام :

الْجُبْنُ وَالْجَوْرُ إِذَا اجْتَمَعَا فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا شِفَاءٌ ، وَإِنْ افْتَرَقَا كَانَ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا دَاءٌ ؛

پنیر و گردو، چون با هم یک جا جمع شوند، در هر یک از آنها درمان است ؛
اما اگر از هم جدا شوند ، در هر یک از آنها درد است .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 340 ، حدیث - 2

حدیث - 224

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَا مِنْ امْرَأَةٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتْ الْبَطِيخَ بِالْجُبْنِ إِلَّا يَكُونُ مَوْلُودُهَا حَسَنَ الْوَجْهِ وَالْخُلُقِ ؛

هیچ زن بارداری نیست که خربزه با پنیر بخورد ، مگر آن که کودکش خوش روی و خوش خوی شود .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 299

حدیث - 225

امام صادق علیه السلام :

السَّمنُ ما دَخَلَ جَوْفاً مِثْلُهُ ، وإِنِّى لأَكْرَهُهُ لِلشَّيخِ ؛

روغن حیوانی ، چیزی است که همانند آن ، به بدن درنیامده است ؛ امّا من آن را برای پیر ، ناخوشایند می دانم .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 335 ، حدیث - 6

حدیث - 226

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً سَمِينَةً نَزَلَ مِثْلُهَا مِنَ الدَّاءِ مِنْ جَسَدِهِ ، وَلَحْمُ الْبَقَرِ دَاءٌ ، وَسَمْنُهَا شِفَاءٌ ، وَلَبَنُهَا دَوَاءٌ ، وما دَخَلَ الْجَوْفَ مِثْلُ السَّمنِ ؛

هر کس یک لقمه چرب شده به روغن حیوانی بخورد ، به همان اندازه ، بیماری از تن او فرو می ریزد . گوشت گاو ، درد است و روغن آن ، شفا و شیرش نیز درمان . هیچ چیز ، همانند روغن گاو ، به بدن درنیامده است .

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 111 ، حدیث - 365

حدیث - 227

پیامبر خدا ﷺ :

ما أَنْزَلَ اللَّهُ مِنْ دَاءٍ إِلَّا وَقَدْ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً ، وَفِي أَلْبَانِ الْبَقَرِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛
خداوند، هیچ دردی فرو نفرستاده، مگر این که برای آن، درمانی هم فرستاده
است. در شیر گاو ، درمان هر درد هست .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 31 ، حدیث - 2816

حدیث - 228

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْبَانِ الْبَقَرِ ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ شَجَرٍ ، وَهُوَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛
بر شما باد شیر گاو ؛ چرا که گاو از هر درختی می خورد و شیر آن ، درمانی
برای هر درد است .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 294 ، حدیث - 1967

حدیث - 229

پیامبر خدا ﷺ :

إِنَّ فِي ... أَلْبَانِهَا شِفَاءً لِلذَّرْبَةِ بَطُونُهُمْ؛
در شیر شتر ، شفای اسهال است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 46 ، حدیث - 28286

حدیث - 230

امام علی علیه السلام :

حَسُو اللَّبَنَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا الْمَوْتَ؛

نوشیدن شیر، شفایی برای هر درد است، مگر مرگ .

الخصال ، صفحه 636 ، حدیث - 10

حدیث - 231

عن أبي الحسن الأصبهانی :

كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ وَأَنَا أَسْمَعُ : جُعِلْتُ فِدَاكَ ! إِنِّي أَجِدُ

الضَّعْفَ فِي بَدَنِي .

فَقَالَ لَهُ : عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ ؛ فَإِنَّهُ يُنَبِّتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ؛

به نقل از ابو الحسن اصفهانی: نزد امام صادق علیه السلام بودم . در حالی که من نیز

می شنیدم ، مردی به ایشان گفت : فدایت شوم ! من در بدنم احساس ضعف

می کنم .

امام علیه السلام به او فرمودند : بر تو باد شیر؛ چرا که گوشت می روپاند و استخوان

را استحکام می بخشد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 336 ، حدیث - 7

حدیث - 232

امام صادق علیه السلام :

مَا وَجَدْنَا لَوَجَعِ الْخَلْقِ مِثْلَ حَسْوِ اللَّبَنِ؛

برای گلودرد، چیزی چون نوشیدن شیر نیافته ایم .

بحارالأنوار ، جلد 62 ، صفحه 182 ، حدیث - 4

حدیث - 233

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ ، فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ ، وَالْعَسَلُ؛

هر کس که آب کمرش دیگرگون می شود، شیر تازه همراه با عسل برایش

سودمند است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 337 ، حدیث - 8

حدیث - 234

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

عَلَيْكُمْ بِالزَّيْبِ ؛ فَإِنَّهُ يَكْشِفُ الْمِرَّةَ ، وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ ، وَيَذْهَبُ

بِالْإِعْيَاءِ ، وَيُحَسِّنُ الْخُلُقَ ، وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ ، وَيَذْهَبُ بِالْغَمِّ ؛

بر شما باد مویز ، چرا که تلخه را می زداید ، بلغم را می برد ، پی را استحکام

می دهد ، رنجیدگی و خستگی را از میان بر می دارد ، خوی را خوش می سازد ،

دل را پاک و پیراسته می دارد و اندوه را می برد.

الخصال ، صفحه 344 ، حدیث - 9

حدیث - 235

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ أَدَمَّنَ أَكَلَ الزَّيْبِ عَلَى الرَّيِّقِ ، رُزِقَ الْفَهْمَ وَالْحِفْظَ وَالذِّهْنَ ، وَنَقَصَ مِنَ الْبَلْغَمِ ؛

هر کس به خوردن مویز در حالت ناشتا عادت کند ، فهم و حافظه و ذهن ، روزی او می شود و بلغم وی می کاهد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 271 ، حدیث - 70

حدیث - 236

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَنْ يَزِيدَ فِي حِفْظِهِ فَلْيَأْكُلْ سَبْعَ مَثَاقِيلَ زَبِيْبَا بِالْغَدَاةِ عَلَى الرَّيِّقِ ؛
هر کس که می خواهد به حافظه اش افزوده شود ، صبحگاهان در حالت ناشتا ، هفت مثقال مویز بخورد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 36 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324

حدیث - 237

امام علی علیه السلام :

مَنْ اصْطَبَحَ بِإِحْدَى وَعِشْرِينَ زَبِيْبَةً حَمْرَاءَ لَمْ يَمْرُضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ إِنْ شَاءَ اللَّهُ ؛

هر کس بیست و یک مویزِ سرخ را خورشِ خود بگیرد ، به خواست خداوند ، به هیچ بیماری ای مگر بیماری مرگ ، مبتلا نمی شود .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 351 ، حدیث - 1

حدیث - 238

امام علی عَلَيْهِ السَّلَام :
الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَلَا دَاءَ فِيهِ ؛ يُقِلُّ الْبَلْغَمَ ، وَيَجْلُو الْقَلْبَ ؛
عسل ، شفای هر بیماری ای است و بیماری ای هم در آن نیست؛ بلغم را کم می کند و دل را جلا می دهد.
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 359 ، حدیث - 1172

حدیث - 239

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :
مَنْ أَرَادَ الْحِفْظَ ، فَلْيَأْكُلِ الْعَسَلَ ؛
هر کس حافظه می خواهد ، عسل بخورد.
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 358 ، حدیث - 1167

حدیث - 240

امام رضا علیه السلام :

فِي الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ . مَنْ لَعِقَ لَعْقَةً عَسَلٍ عَلَى الرِّيقِ يَنْقَطِعُ الْبَلْغَمُ ،
وَيَحْسِمُ الصَّفْرَةَ ، وَيَمْنَعُ الْمِرَّةَ السَّودَاءَ ، وَيُصَفِّي الذَّهْنَ ، وَيُجَوِّدُ الْحِفْظَ إِذَا كَانَ مَعَ
اللِّبَانِ الذَّكْرُ؛

در عسل ، درمان هر دردی است. هر کس ناشتا یک قاشق عسل بخورد ،
این عسل ، بلغم را پایان می دهد ، صفرا را فرو می نشاند ، مانع از تلخه سیاه
(سودا) می شود و ذهن را صفا می بخشد ، و اگر که همراه با کُنْدُر خورده شود ،
حافظه را نکو می سازد.

الفقه المنسوب للإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 346 و بحار الأنوار ، جلد 66 ،
صفحه 293 ، حدیث - 16

حدیث - 241

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

ثَلَاثٌ يَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ وَيَذْهَبْنَ بِالْبَلْغَمِ : قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ ، وَالْعَسَلُ ، وَاللِّبَانُ .
سه چیز ، حافظه را افزون می کند و بلغم را از میان می برد: قرائت قرآن ،
عسل و کُنْدُر.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 290 ، حدیث - 3

حدیث - 242

عن عبد الرحمن بن الجهم :

شكا ذريح المحاربي قراقر في بطنه إلى أبي عبد الله عليه السلام ، فقال : أتوجعك؟
قال : نعم .

قال : ما يمنعك من الحبة السوداء والعسل لها؛

به نقل از عبد الرحمان بن جهم: ذريح محاربی ، نزد امام صادق علیه السلام ، اظهار
کرد که شکم وی غرغر می کند . امام پرسیدند: آیا درد هم داری؟
گفت : آری.

فرمودند: چرا برای درمان آن ، از سیاه دانه و عسل ، بهره نمی جویی؟

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 100 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 177

، حدیث - 13

حدیث - 243

پیامبر خدا ﷺ :

ما للنفساء عندی شفاءٌ مثلُ الرُّطْبِ ، وما للمریضِ مثلُ العسلِ ؛

نزد من برای زن تازه‌زا ، درمانی همانند خرما و برای بیمار، درمانی همانند
عسل وجود ندارد .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 44 ، حدیث - 28279

حدیث - 244

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

الْعَسَلُ فِيهِ شِفَاءٌ ؛

در عسل ، درمان است .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 300 ، حدیث - 1991

حدیث - 245

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

مَا اسْتَشْفَى الْمَرِيضُ بِمِثْلِ شُرْبِ الْعَسَلِ ؛

بیمار ، به چیزی همانند خوردن عسل ، درمان نجسته است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 332 ، حدیث - 5

حدیث - 246

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

نِعْمَ الشَّرَابُ الْعَسَلُ ؛ يَرْعَى الْقَلْبَ ، وَيُذْهِبُ بَرْدَ الصَّدْرِ ؛

عسل ، چه خوب نوشیدنی ای است! قلب را مراقبت می کند و سردی سینه را

از میان می برد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 358 ، حدیث - 1168

حدیث - 247

پیامبر خدا ﷺ :

الْعَسَلُ شِفَاءٌ ؛ يَطْرُدُ الرِّيحَ وَالْحُمَّى ؛

عسل ، شفایی است که باد و تب را دور می‌کند .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 294 ، حدیث - 19

حدیث - 248

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ دَفْعَ الزُّكَّامِ فِي الشِّتَاءِ أَجْمَعَ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ ثَلَاثَ لُقْمٍ شَهْدٍ ؛

هر که می‌خواهد در همه زمستان از سرما خوردگی دور بماند ، هر روز ، سه لقمه شهد بخورد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 37 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324

حدیث - 249

امام هادی علیه السلام :

لَمَّا سُئِلَ عَنِ الْحُمَّى الْغَائِبَةِ : يُؤْخَذُ الْعَسَلُ وَالشَّوْنِيزُ ، وَيُلْعَقُ مِنْهُ ثَلَاثُ لَعَقَاتٍ ؛ فَإِنَّهَا تَنْقَلِعُ ، وَهُمَا الْمُبَارَكَانِ ، قَالَ اللَّهُ تَعَالَى فِي الْعَسَلِ : خُرْجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ؛

هنگامی که درباره تب پیوسته یک روز در میان از ایشان پرسیدند: قدری

عسل و شونیز (سیاه‌دانه) ، برداشته و سه لیسه انگشت از آن خورده شود . در

این صورت ، تب ، ریشه‌کن خواهد شد ، و این هر دو ، مبارک هستند . خداوند متعال ، درباره عسل فرموده است : (از درون [شکم] آن [زنبور] ، شهدی که به رنگ‌های گوناگون است ، بیرون می‌آید . در آن ، برای مردم ، درمانی است) .
طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 51 عن أبي جعفر ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،
صفحه 100 ، حدیث - 23

حدیث - 250

امام صادق علیه السلام :

مَنْ بَاتَ وَفِي جَوْفِهِ سَمَكٌ لَمْ يَتَّبِعْهُ بَتَمَرَاتٍ أَوْ عَسَلٍ ، لَمْ يَزَلْ عِرْقُ الْفَالِجِ
يَضْرِبُ عَلَيْهِ حَتَّى يُصْبِحَ ؛

هر کس در حالی بخوابد که ماهی خورده و در پی آن ، چند خرما یا مقداری
عسل نخورده است ، تا صبح ، رگ سست‌اندازی بر او غلبه خواهد داشت .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 323 ، حدیث - 1

حدیث - 251

امام رضا علیه السلام :

فِي الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ . مَنْ لَعِقَ لَعَقَةً عَسَلٍ عَلَى الرِّبْقِ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ ،
وَيَحْسِمُ الصُّفْرَةَ ، وَيَمْنَعُ الْمِرَّةَ السَّودَاءَ ، وَيُصْفِي الذَّهْنَ ، وَيُجَوِّدُ الْحِفْظَ إِذَا كَانَ مَعَ
اللَّبَانِ الذَّكَرِ ؛

در عسل ، درمان هر دردی است . هر کس ناشتا یک انگشت از آن را بلیسد
، این عسل ، بلغم [وی] را پایان می‌دهد ، صفرا را فرو می‌نشاند ، تلخه سیاه

(زرداب) را مانع می‌شود ، ذهن را صفا می‌بخشد و اگر که همراه با کُندُر خورده شود ، حافظه را نکو می‌سازد.

الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام ، ص 346 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 293

حدیث - 252

امام رضا عليه السلام :

مُدَاوِمَةٌ أَكَلَ الْبَيْضِ يَعْزِضُ مِنْهُ الْكَلْفُ فِي الْوَجْهِ ؛

خوردن همیشگی تخم مرغ ، سبب پیدایش کک مک در صورت می‌شود .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 253

امام رضا عليه السلام :

الْإِمْتِلَاءُ مِنَ الْبَيْضِ الْمَسْلُوقِ يُوْرِثُ الرَّبَّوَ وَالْإِبْتِهَارَ ؛

پُر خوری از تخم مرغ آب پز ، نفس تنگی و نفس بُریدگی می‌آورد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 28 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 254

امام کاظم عليه السلام :

كَثْرَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ تَزِيدُ فِي الْوَلَدِ؛

فراوان خوردن تخم مرغ ، فرزند را افزون می‌سازد .

الکافی، جلد 6، صفحه 325، حدیث - 4

حدیث - 255

امام باقر علیه السلام :

مَنْ عَدِمَ الْوَلَدَ فَلْيَأْكُلِ الْبَيْضَ وَلْيَكْثِرْ مِنْهُ ؛ فَإِنَّهُ يُكْثِرُ النَّسْلَ ؛

هر کس فرزند ندارد ، تخم مرغ بخورد و فراوان از آن بهره ببرد ؛ چرا که نسل را می افزاید .

طبّ الأئمة لابن بسطام ، ص 130 و دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 632

حدیث - 256

امام علی علیه السلام :

إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ شَكََا إِلَى اللَّهِ قِلَّةَ النَّسْلِ فِي أُمَّتِهِ ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَأْمُرَهُمْ بِأَكْلِ الْبَيْضِ ، فَفَعَلُوا فَكَثُرَ النَّسْلُ فِيهِمْ ؛

یکی از پیامبران، از کمی زاد و ولد در میان امت خویش، به درگاه خداوند عز و جل نالید. خداوند، او را فرمود که مردم را به خوردن تخم مرغ، سفارش کند. مردم ، این کار را کردند و از آن پس، زاد و ولد در میانشان فراوان شد.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 46 ، حدیث - 8

حدیث - 257

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ أَخَذَ سُكَّرَتَيْنِ عِنْدَ النَّوْمِ ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ ؛
هر کس در هنگام خفتن ، دو شکر پاره بردارد ، برای او در برابر هر دردی ،
مگر درد مرگ ، درمان است .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 363 ، حدیث - 1187

حدیث - 258

امام کاظم علیه السلام :

تَأْخُذُ لِلْحُمَّى وَزَنَ عَشْرَةَ دَرَاهِمَ سُكَّرًا بِمَاءٍ بَارِدٍ عَلَى الرَّيِّقِ ؛
برای تب ، به اندازه وزن ده درهم ، شکر به آب سرد درمی آمیزی و ناشتا
می خوری .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 363 ، حدیث - 1189

حدیث - 259

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ أَوْحَى إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ أَنْ : اِبْدَأْ بِالْمِلْحِ وَ اخْتِمِ بِالْمِلْحِ ؛
فَإِنَّ فِي الْمِلْحِ دَوَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، أَهْوَنُهَا الْجُنُونُ ، وَالْجُدَامُ ، وَالْبَرَصُ ، وَوَجَعُ
الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ ؛

خداوند عز و جل به موسی بن عمران وحی کرد که : (غذا را) با نمک ، آغاز کن و با نمک ، پایان ده ؛ چرا که درمان هفتاد درد ، در نمک است و کمترین این دردها دیوانگی ، جذام ، پیسی ، گلودرد ، دندان درد و شکم درد است .
المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 425 ، حدیث - 2490

حدیث - 260

امام علی علیه السلام :
مَنْ ابْتَدَأَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ ؛ ذَهَبَ عَنْهُ سَبْعُونَ دَاءً وَمَا لَا يَعْلَمُهُ إِلَّا اللَّهُ عز و جل ؛
هر کس غذای خود را با نمک آغاز کند ، هفتاد درد و دردهای بسیار دیگری که کسی جز خداوند عز و جل آنها را نمی داند از وی دور می شوند .
الخصال ، صفحه 623 ، حدیث - 10

حدیث - 261

امام صادق علیه السلام :
مَنْ ذَرَّ عَلَى أَوَّلِ لُقْمَةٍ مِنْ طَعَامِهِ الْمِلْحَ ؛ ذَهَبَ عَنْهُ بِنَمَشِ الْوَجْهِ ؛
هر کس بر نخستین لقمه از غذای خود نمک بپاشد ، گک مک صورت او از میان می رود .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 326 ، حدیث - 8

حدیث - 262

امام کاظم علیه السلام :

قَصَبُ السُّكَّرِ يَفْتَحُ السَّدُودَ ، وَلَا دَاءَ فِيهِ وَلَا غَائِلَةَ ؛

نیشکر ، انسدادها را می‌گشاید و هیچ بیماری و عارضه‌ای در آن نیست .

مکارم الأخلاق ، ج 1 ، ص 363 ، ح 1191 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 189 ،

ح 2

حدیث - 263

امام رضا علیه السلام :

السُّكَّرُ الطَّبْرَزْدُ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا ؛

شکر طبرزد ، بلغم را به‌کلی از میان می‌برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 297 ، حدیث - 1

حدیث - 264

الإمام الباقر علیه السلام :

لِزُرَّارَةٍ: وَيَحْكَا يَا زُرَّارَةَ ، مَا أَغْفَلَ النَّاسَ عَنْ فَضْلِ السُّكَّرِ الطَّبْرَزْدِ ! وَهُوَ يَنْفَعُ
مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، وَهُوَ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا وَيَقْلَعُهُ بِأَصْلِهِ ؛

امام باقر علیه السلام خطاب به زُراره (فرمودند): ای زراره ! دریغ از تو! چه قدر

مردم از ارزش شکر طبرزد ، بی‌خبرند، در حالی که برای هفتاد بیماری، سودمند

است و بلغم را کاملاً فرو می‌خورد و ریشه‌کن می‌سازد!

طبّ الأئمّة لابن بسطام ، ص 67 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 300 ، ح 11

حدیث - 265

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:
سَيِّدُ طَعَامِ أَهْلِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ اللَّحْمُ ، ثُمَّ الْأَرْضُ ؛
مہتر همه خوراکی های ساکنان این سرای و آن سرای ، گوشت و سپس برنج
است .

عیون أخبار الرضا عليه السلام ، ج 2 ، ص 35 ، ح 79

حدیث - 266

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم :
الْأَرْضُ فِي الْأَطْعِمَةِ كَالسَّيِّدِ فِي الْقَوْمِ ؛
برنج در میان خوراکی ها ، به سان مہتر (رئیس) در میان قوم است .
طبّ النبی ﷺ ، ص 6 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 294

حدیث - 267

پیامبر خدا ﷺ :
نِعْمَ الدَّوَاءُ الْأَرْضُ ، بَارِدٌ صَحِيحٌ سَلِيمٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛
برنج ، نیکو دارویی است : سرد است و سالم و برکنار از هر بیماری .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 262 ، حدیث - 7

حدیث - 268

امام صادق علیه السلام :

نِعْمَ الطَّعَامُ الْأَرُزُّ ، وَإِنَّا لَنَدَّخِرُهُ لِمَرْضَانَا؛

برنج ، نیکو غذایی است . ما آن را برای بیماران خویش نگه می داریم .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 342 ، حدیث - 4

حدیث - 269

امام صادق علیه السلام :

شَكَا رَجُلٌ إِلَى نَبِيِّ اللَّهِ ﷺ قَسَاوَةَ الْقَلْبِ ، فَقَالَ لَهُ :

عَلَيْكَ بِالْعَدَسِ ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الْقَلْبَ ، وَيُسْرِعُ الدَّمْعَةَ؛

مردی نزد پیامبر خدا از سنگ دلی ، اظهار ناراحتی کرد . به او فرمودند: بر تو

باد عدس ؛ چرا که دل را نازک می کند و اشک را شتاب می دهد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 343 ، حدیث - 3

حدیث - 270

امام باقر علیه السلام :

كَانَ فِيمَا أَوْصَى بِهِ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَلِيًّا عليه السلام أَنْ قَالَ : يَا عَلِيُّ ، كُلِ الْعَدَسَ

؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ مُقَدَّسٌ وَهُوَ يُرِقُّ الْقَلْبَ ، وَيُكَثِّرُ الدَّمْعَةَ ، وَإِنَّهُ بَارِكٌ عَلَيْهِ سَبْعُونَ

نَبِيًّا ؛

از جمله سفارش‌های پیامبر خدا به علی عَلَيْهِ السَّلَام آن بود که فرمودند : ای علی !
عدس بخور ؛ چرا که مبارک و مقدّس است ، دل را نازک می‌کند و اشک را
افزون می‌سازد ، و هفتاد پیامبر ، دوام سودمندی آن را از خداوند متعال
خواسته‌اند .

بحارالأنوار ، جلد 66 ، صفحه 258 ، حدیث - 5

حدیث - 271

امام علی عَلَيْهِ السَّلَام :
أَكَلُ الْعَدَسِ ، يُرِقُّ الْقَلْبَ ، وَيُكْثِرُ الدَّمْعَةَ ؛
عدس ، دل را نازک می‌کند و اشک را می‌افزاید .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 343 ، حدیث - 1

حدیث - 272

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :
عَلَيْكُمْ بِالْعَدَسِ ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الْقَلْبَ ، وَيُكْثِرُ الدَّمْعَةَ ، وَلَقَدْ قَدَّسَهُ سَبْعُونَ نَبِيًّا ؛
بر شما باد عدس ؛ چرا که دل را نازک می‌کند و اشک را افزون می‌سازد . و
هفتاد پیامبر ، آن را پاک دانسته‌اند .

بحارالأنوار ، جلد 66 ، صفحه 259 ، حدیث - 9

حدیث - 273

امام صادق علیه السلام :

الْلَّوْبِیَا یَطْرُدُ الرِّیَّاحَ الْمُسْتَبِطِنَةَ ؛

لویبا ، بادهای نهفته درون را دور می‌کند .

الکافی ، ج 6 ، ص 344 ، ح 4

حدیث - 274

عن أحمد بن محمد بن أبي نصر عن الإمام الرضا علیه السلام :

الْحِمَصُّ جَيِّدٌ لَوْ جَعِ الظَّهْرُ وَكَانَ يَدْعُو بِهِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ ؛

به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر، از امام رضا علیه السلام : نخود برای کمردرد،

خوب است. نیز درباره ایشان آمده است که پیش و پس از غذا ، نخود می‌طلبیدند.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 263 ، حدیث - 1

حدیث - 275

امام علی علیه السلام :

نِعْمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ يَكْسِرُ الْمِرَّةَ ، وَيُطْفِئُ الصَّفْرَاءَ ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ ؛

سرکه ، نیکو خورشتی است؛ زرداب را می‌شکند ، صفرا را فرو می‌نشاند و

قلب را زنده می‌کند.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 329 ، حدیث - 7

حدیث - 276

امام صادق علیه السلام :

الْخَلُّ يُنِيرُ الْقَلْبَ ؛

سرکه ، قلب را روشن می کند.

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 284 ، حدیث - 1925

حدیث - 277

امام صادق علیه السلام :

الْخَلُّ يُسَكِّنُ الْمِرَارَ ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ ، وَيَقْتُلُ دُودَ الْبَطْنِ ، وَيَشُدُّ الْفَمَ ؛

سرکه ، تلخه را فرو می نشاند ، قلب را زنده می سازد ، کرم های شکم را

می کشد و دهان را استحکام می بخشد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 275

حدیث - 278

امام صادق علیه السلام :

الْخَلُّ يَشُدُّ الْعَقْلَ ؛

سرکه ، عقل را استحکام می بخشد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 329 ، حدیث - 2

حدیث - 279

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَسْقُطَ أُذُنَاهُ وَلَا لَهَاتُهُ، فَلَا يَأْكُلْ حُلُوهَا إِلَّا تَغَرَّغَرَ بِخَلٍّ؛

هر کس می خواهد گوش هایش و نیز زبان کوچکش فرو نیفتد ، هیچ گاه شیرینی نخورد ، مگر این که پس از آن ، سرکه غرغره کند .

طبّ الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 40 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 325

حدیث - 280

امام رضا علیه السلام :

مَنْ خَشِيَ الشَّقِيقَةَ وَالشَّوْصَةَ ، فَلَا يُؤَخِّرْ أَكْلَ السَّمَكِ الطَّرِيِّ صَيْفًا وَشِتَاءً؛

هر کس از درد شقیقه و شکم درد می ترسد ، نباید در تابستان و زمستان ، خوردن ماهی تازه را به تأخیر افکند.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324

حدیث - 281

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

إِدْمَانُ أَكْلِ السَّمَكِ الطَّرِيِّ ، يُذِيبُ اللَّحْمَ؛

پیوسته خوردن ماهی تازه، گوشت را ذوب می کند .

بحار الأنوار ، جلد 65 ، صفحه 190 ، حدیث - 1

حدیث - 282

امام علی علیه السلام :

لَا تُدْمِنُوا أَكْلَ السَّمَكِ ؛ فَإِنَّهُ يُذِيبُ الْجَسَدَ ؛

به خوردن ماهی، مداومت مکنید؛ زیرا تن را ذوب می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 323 ، حدیث - 5

حدیث - 283

امام علی علیه السلام :

أَقْلُوا مِنْ أَكْلِ الْحَيْتَانِ ؛ فَإِنَّهَا تُذِيبُ الْبَدَنَ ، وَتُكْثِرُ الْبَلْغَمَ ، وَتُغَلِّظُ النَّفْسَ ؛

کمتر ماهی بخورید؛ چرا که بدن را ذوب می کند، بلغم را افزون می سازد و

نفس را سنگین می نماید.

الخصال ، صفحه 636 ، حدیث - 10

حدیث - 284

امام صادق علیه السلام :

ثَلَاثَةٌ يُسْمِنَنَّ وَثَلَاثَةٌ يُهْزِلَنَّ ، فَأَمَّا الَّتِي يُسْمِنَنَّ : فَإِدْمَانُ الْحَمَّامِ ، وَشَمُّ الرَّائِحَةِ

الطَّيِّبَةِ ، وَلُبْسُ الثِّيَابِ اللَّيِّنَةِ ، وَأَمَّا الَّتِي يُهْزِلَنَّ : فَإِدْمَانُ أَكْلِ الْبَيْضِ ، وَالسَّمَكِ ،

وَالطَّلْعِ ؛

سه چیز انسان را فربه می‌کند و سه چیز لاغر می‌سازد. آن سه که فربه می‌کند : حَمَام رفتن زیاد، بوییدن بوی خوش و پوشیدن لباس نرم است و آن سه که لاغر می‌کند: خوردن زیاد تخم مرغ، ماهی و خرما می‌نارس است .
الخصال : 155 / 194

حدیث - 285

امام رضا علیه السلام :
الْإِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الْبَارِدِ بَعْدَ أَكْلِ السَّمَكِ يُوْرِثُ الْفَالِجَ ؛
غسل کردن با آب سرد پس از خوردن ماهی ، سست اندامی در پی می‌آورد.
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 286

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
كُلُوا التَّمَرَ عَلَى الرِّيقِ ؛ فَإِنَّهُ يَقْتُلُ الدَّيْدَانَ فِي الْبَطْنِ ؛
ناشنا خرما بخورید ؛ چرا که کرم‌های شکم را می‌کشد .
عیون أخبار الرضا علیه السلام ، جلد 2 ، صفحه 48 ، حدیث - 185

حدیث - 287

پیامبر خدا ﷺ :

أَطْعِمُوا نِسَاءَكُمْ فِي نَفْسِهِنَّ التَّمْرَ ؛ فَإِنَّهُ مَنْ كَانَ طَعَامُهَا فِي نَفْسِهَا التَّمْرَ خَرَجَ وَلَدُهَا ذَلِكَ حَلِيمًا ، فَإِنَّهُ كَانَ طَعَامَ مَرْيَمَ حِينَ وَلَدَتْ عِيسَى ، وَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ طَعَامًا هُوَ خَيْرٌ لَهَا مِنَ التَّمْرِ أَطْعَمَهَا إِيَّاهُ؛

به زنان خود در دوره نزدیک زایمان ، خرما بدهید؛ زیرا هر کس که در دوره نزدیک زایمان غذایش خرما باشد، فرزندش بردبار زاده خواهد شد. خوراک مریم، هنگامی که عیسی را زایید، همین بود، در حالی که اگر خدا غذایی بهتر از خرما برای او سراغ داشت ، همان را به وی می‌خوراند .

کنز العمال ، جلد 12 ، صفحه 340 ، حدیث - 35313

حدیث - 288

امام صادق علیه السلام :

اللَّحْمُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ ، وَمَنْ تَرَكَ أَكْلَهُ أَيَّامًا فَسَدَ عَقْلُهُ؛
گوشت، گوشت می‌رویاند و بر عقل می‌افزاید؛ و هر کس آن را چند روز وا گذارد، عقلش تباه شود.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 72 ، حدیث - 68

حدیث - 289

پیامبر خدا ﷺ :

اللَّحْمُ وَاللَّبَنُ؛ يُنْبِتَانِ اللَّحْمَ، وَيَشُدُّانِ الْعِظَامَ، وَاللَّحْمُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ وَالْبَصَرِ،
وَاللَّحْمُ بِالْبَيْضِ يَزِيدُ فِي الْبَاءَةِ؛

گوشت و شیر، گوشت می‌رویانند و استخوان‌ها را استحکام می‌بخشند و
گوشت، شنوایی و بینایی را افزون می‌کند و گوشت همراه با تخم‌مرغ، بر نیروی
جنسی می‌افزاید.

بحار الأنوار، جلد 66، صفحه 76، حدیث - 73

حدیث - 290

امام رضا علیه السلام :

أَكَلَ اللَّحْمَ النَّبِيُّ يُوْرِثُ الدَّودَ فِي الْبَطْنِ؛

خوردن گوشت خام، در شکم، کرم پدید می‌آورد.

طب الإمام الرضا علیه السلام، صفحه 28 و بحار الأنوار، جلد 62، صفحه 321

حدیث - 291

عن هشام بن سالم :

سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ علیه السلام عَنْ أَكْلِ لَحْمِ النَّبِيِّ، فَقَالَ: هَذَا طَعَامُ السَّيِّعِ؛

به نقل از هشام بن سالم: از امام صادق علیه السلام درباره خوردن گوشت خام

پرسیدم. فرمودند: این، خوراک درندگان است.

بحار الأنوار، جلد 66، صفحه 71

حدیث - 292

امام باقر علیه السلام :

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى أَنْ يُؤْكَلَ اللَّحْمُ غَرِيضاً ، وَقَالَ : إِنَّمَا تَأْكُلُهُ السِّبَاعُ ، وَلَكِنْ حَتَّى تُغَيِّرَهُ الشَّمْسُ أَوْ النَّارُ ؛

پیامبر خدا ، از این که گوشت ، خام خورده شود ، نهی کرد و فرمودند : تنها درندگان ، چنین گوشتی می خورند . [گوشت را] هنگامی بخورید که آفتاب یا آتش ، آن را دیگرگون ساخته باشد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 313 ، حدیث - 1

حدیث - 293

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

مَنْ لَمْ يَأْكُلِ اللَّحْمَ أَرْبَعِينَ يَوْماً سَاءَ خُلُقُهُ ، فَكُلُوا اللَّحْمَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي السَّمْعِ ؛
هر کس چهل روز گوشت نخورد، بدخوی می شود . گوشت بخورید؛ چرا که بر شنوایی می افزاید .

الفردوس ، جلد 3 ، صفحه 627 ، حدیث - 5960 و دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 128

حدیث - 294

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّانِ بِاللَّبَنِ ؛ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنْ أَوْصَالِهِ كُلَّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُقَوِّي جِسْمَهُ وَيَشُدُّ لِثَّتَهُ ؛

هر کس به ضعفی در قلب یا بدن خویش گرفتار آمد ، گوشت گوسفند همراه با شیر بخورد؛ چرا که این خوراک ، هر درد و عارضه‌ای را از اندام وی بیرون می‌برد ، تن او را تقویت می‌کند و لثه‌های او را نیز استحکام می‌دهد.

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 194 ، حدیث - 9

حدیث - 295

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ مَرَقًا بِلَحْمِ بَقَرٍ أَذْهَبَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ الْبَرَصَ وَالْجُذَامَ ؛

هر کس آب گوشت گاو بخورد، خداوند ، پیسی و جذام را از او دور می‌کند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 212

حدیث - 296

امام صادق علیه السلام :

مَرَقُ لَحْمِ الْبَقَرِ يَذْهَبُ بِالْبَيَاضِ ؛

آب گوشت گاو ، پیسی را از میان می‌برد .

الکافی ، جلد 6، صفحه 311، حدیث - 2

حدیث - 297

امام صادق علیه السلام :

مَرَقُ السَّلَقِ بِلَحْمِ الْبَقَرِ يَذْهَبُ بِالْبَيَاضِ؛

آب گوشت چغندر با گوشت گاو ، سفیدی را از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 216 ، حدیث - 5

حدیث - 298

امام باقر علیه السلام :

إِنَّ بَنِي إِسْرَائِيلَ شَكَّوْا إِلَى مُوسَى عليه السلام مَا يَلْقَوْنَ مِنَ الْبَيَاضِ ، فَشَكَا ذَلِكَ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ فَأَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِلَيْهِ : مُرُّهُمْ يَأْكُلُوا لَحْمَ الْبَقَرِ بِالسَّلَقِ؛

بنی اسرائیل ، از لکه های سفیدی که [بر پوست] می دیدند ، نزد موسی علیه السلام

اظهار ناراحتی کردند . پس خداوند به موسی علیه السلام چنین وحی فرستاد : به آنان بگو که گوشت گاو ، همراه با چغندر بخورند .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 326 ، حدیث - 2107

حدیث - 299

عن سعد بن سعد :

قُلْتُ لِأَبِي الْحَسَنِ عليه السلام : إِنَّ أَهْلَ بَيْتِي لَا يَأْكُلُونَ لَحْمَ الضَّأْنِ .

قال : فَقَالَ : وَلِمَ؟

قال : قُلْتُ : إِنَّهُمْ يَقُولُونَ : إِنَّهُ يُهَيِّجُ بِهِمُ الْمِرَّةَ السَّودَاءَ وَالصُّدَاعَ وَالْأَوْجَاعَ .

فَقَالَ لِي : يَا سَعْدُ .

فَقُلْتُ : لَبَّيْكَ !

قال: لو عَلِمَ اللَّهُ عز و جل شيئاً أَكْرَمَ مِنَ الضَّأْنِ لَفَدَى بِهِ إِسْمَاعِيلَ عَلَيْهِ السَّلَامُ ؛

به نقل از سعد بن سعد: به امام کاظم علیه السلام گفتم : خانواده من ، گوشت میش نمی‌خورند .

پرسیدند: چرا؟

گفتم : آنان می‌گویند این گوشت ، تلخه سیاه و سردرد و دیگر دردها را در آنان تحریک می‌کند .

به من فرمودند: ای سعد! .

گفتم : لبیک!

فرمودند: اگر خداوند عز و جل چیزی را ارزشمندتر از میش می‌دانست ، آن را فدیه اسماعیل علیه السلام می‌ساخت.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 310 ، حدیث - 2

حدیث - 300

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّيْلِ ؛ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنَ أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُقَوِّي جِسْمَهُ ، وَيَشْدُدُّ لِسْتَهُ؛

هر کس در قلب یا بدن خود به ضعفی گرفتار آمد ، گوشت میش با شیر بخورد ؛ چرا که در این صورت ، هر بیماری و عارضه‌ای ، از بند بند تن او برون می‌رود ، بدنش نیرو می‌گیرد و لثه‌اش استحکام می‌یابد .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 259 ، حدیث - 1819

حدیث - 301

پیامبر خدا ﷺ :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ اخْتَارَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ شَيْئًا . . . وَمِنَ الْغَنَمِ الضَّأْنَ؛
خداوند عز و جل از هر چیز ، چیزی را برگزید . . . و از [میان انواع
گوسفند ، میش را .

الغبية للنعماني ، صفحه 67 ، حدیث - 7

حدیث - 302

امام کاظم علیہ السلام :

لَا أَرَى بِأَكْلِ الْحُبَارَى بَأْسًا ، وَإِنَّهُ جَيِّدٌ لِلْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الظَّهْرَ ، وَهُوَ مِمَّا يُعِينُ
عَلَى كَثْرَةِ الْجَمَاعِ ؛

در خوردن هو بره ، اشکالی نمی بینم . برای بواسیر و درد کمر ، خوب است و
از چیزهایی است که انسان را بر فراوانی آمیزش ، یاری می رساند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 313 ، حدیث - 6

حدیث - 303

عن علي بن مهزيار :

تَعَدَّيْتُ مَعَ أَبِي جَعْفَرٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ فَآتَى بِقِطَاةٍ فَقَالَ :

إِنَّهُ مُبَارَكٌ ، وَكَانَ أَبِي عَلَيْهِ السَّلَامُ يُعْجِبُهُ ، وَكَانَ يَأْمُرُ أَنْ يُطْعَمَ صَاحِبَ الْبِرْقَانِ
يُشْوَى لَهُ فَإِنَّهُ يَنْفَعُهُ؛

به نقل از علی بن مهزیار: همراه با امام باقر علیه السلام ناهار خوردم . ایشان مرغ سنگخواری آورد و فرمودند: این ، مبارک است . پدرم به آن علاقه داشت و می فرمودند: هر کس یرقان دارد ، برایش از گوشت این مرغ ، کباب کنند . او را سودمند خواهد افتاد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 312 ، حدیث - 5

حدیث - 304

امام صادق علیه السلام :

إِذَا وَجَدَ أَحَدُكُمْ غَمًّا أَوْ كَرْبًا لَا يَدْرِي مَا سَبَبُهُ ، فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ ؛ فَإِنَّهُ يَسْكُنُ عَنْهُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ تَعَالَى ؛

هر گاه کسی از شما ، اندوه یا گرفتاری ای دارد و نمی داند علتش چیست ، گوشت کبکنجیر (کبک انجیر) بخورد . در این صورت ، به خواست خداوند متعال ، این اندوه و گرفتاری ، فرو خواهد نشست .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 75 ، حدیث - 69

حدیث - 305

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَقِلَّ غَيْظُهُ ، فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ ؛

هر کس دوست دارد خشمش کاستی بگیرد ، گوشت کبکنجیر (کبک انجیر) بخورد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 312 ، حدیث - 3

حدیث - 306

امام کاظم علیه السلام :

أَطْعِمُوا الْمَحْمُومَ لَحْمَ الْقَبَاجِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي السَّاقِينَ ، وَيَطْرُدُ الْحُمَّى طَرْدًا ؛
به تدار، گوشت کبک بخورانید؛ چرا که پاها را نیرو می دهد و تب را کاملاً
دور می کند.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 312 ، حدیث - 4

حدیث - 307

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً شَحِمٍ أَخْرَجَتْ مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ ؛
هر کس یک لقمه پیه بخورد ، آن لقمه هم اندازه خویش ، بیماری را از بدن
بیرون می برد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 311 ، حدیث - 5

حدیث - 308

امام علی علیه السلام :

ذُكِرَ عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ اللَّحْمُ وَالشَّحْمُ ، فَقَالَ : لَيْسَ مِنْهُمَا بَضْعَةٌ تَقَعُ فِي الْمَعِدَةِ
إِلَّا أَنْبَتَتْ مَكَانَهَا شِفَاءً ، وَأَخْرَجَتْ مِنْ مَكَانِهَا دَاءً ؛

نزد پیامبر ﷺ از گوشت و پیه یاد شد. فرمودند: هیچ پاره‌ای از این دو در معده جای نمی‌گیرد، مگر این که در جای آن، شفا می‌روید و بیماری‌ای از آن جا می‌رود.

عیون أخبار الرضا علیه السلام، جلد 2، صفحه 41، حدیث - 130

حدیث - 309

امام علی علیه السلام:

الشَّحْمُ يُخْرِجُ مِثْلَهُ مِنَ الدَّاءِ، وَلَمْ يَسْتَشْفِ النَّاسُ بِشِفَاءٍ أَفْضَلَ مِنَ السَّمنِ،
وَقِرَاءَةِ الْقُرْآنِ؛

پیه، هم‌اندازه خود، بیماری را از بدن بیرون می‌برد. مردم، به هیچ چیز بهتر از روغن حیوانی و قرائت قرآن، درمان نجسته‌اند.

کنز العمال، جلد 10، صفحه 86، حدیث - 28472

حدیث - 310

امام علی علیه السلام:

إِذَا اشْتَرَى أَحَدُكُمْ لَحْمًا فَلْيُخْرِجْ مِنْهُ الْغُدَّةَ؛ فَإِنَّهُ يُحَرِّكُ عِرْقَ الْجُذَامِ؛
هر گاه کسی از شما گوشت خرید، غده‌ها را از آن بیرون آورد؛ زیرا آنها
رگ جذام را تحریک می‌کنند.

الکافی، جلد 6، صفحه 254، حدیث - 5

حدیث - 311

امام رضا علیه السلام :

إِدْمَانُ أَكْلِ كُلِّ الْغَنَمِ وَأَجْوَافِهَا ، يَعْكِسُ الْمَثَانَةَ ؛

عادت داشتن به خوردن قلوه و شکمبه (سیرابی) گوسفند ، مثانه را دیگرگون

می کند .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 64 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 312

امام علی علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَلَا بَقَاءَ فَلْيُبَاكِِرِ الْغَدَاءَ ، وَلْيُجَوِّدِ الْحِذَاءَ ، وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ .

هر کس طالب ماندن است ، که البته ماندنی در کار نیست ؛ صبح زود صبحانه

بخورد ، کفش خوب بپوشد ، قرض خود را کم کند .

عیون أخبار الرضا علیه السلام : 2 / 38 / 112

حدیث - 313

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ ضَرَبَ عَلَيْهِ عِرْقُ الْجَذَامِ مِنْ أَنْفِهِ وَبَاتَ يُنَزَفُ الدَّمُ ؛

هر کس شبانگاه جرجیر بخورد ، رگ جذام ، از بینی وی بر آن یورش

می آورد و آن شب را شب خونریزی می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 368 ، حدیث - 2

حدیث - 314

پیامبر خدا ﷺ :

أَكْرَهُ الْجَرَجِيرَ ، وَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى شَجَرَتِهَا نَابِتَةً فِي جَهَنَّمَ ، وَمَا تَضَلَّعَ مِنْهَا رَجُلٌ بَعْدَ أَنْ يُصَلِّيَ الْعِشَاءَ إِلَّا بَاتَ فِي تِلْكَ اللَّيْلَةِ وَنَفْسُهُ تُتَارَعُهُ إِلَى الْجُذَامِ ؛
من، جرجیر را خوش نمی‌دارم و گویا درخت آن را می‌نگرم که در دوزخ ،
روییده است . هیچ کس پس از گزاردن نماز عشا ، درون را از آن پُر نمی‌سازد ،
مگر این که آن شب را در حالی به خواب می‌رود که جانِ او تا صبح با جذام ،
دست و پنجه نرم می‌کند .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 324 ، حدیث - 2097

حدیث - 315

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْكَمَاءِ الرُّطْبَةِ ؛ فَإِنَّهَا مِنَ الْمَنِّ ، وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ ؛
بر شما باد قارچ تازه ؛ چرا که از همان مَنّ است و آبش ، شفایی برای چشم
است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 50 ، حدیث - 28311

حدیث - 316

پیامبر خدا ﷺ :

الْكَمَاءُ مِنَ الْمَنْ الَّذِي أَنْزَلَهُ اللَّهُ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ ، وَهِيَ شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ ؛
قارچ ، از همان مَنْ است که خداوند بر بنی اسرائیل نازل کرد ، و آن ، شفایابی
برای چشم است .

عیون أخبار الرضا علیه السلام ، جلد 2 ، صفحه 75 ، حدیث - 349

حدیث - 317

امام صادق علیه السلام :

لَيْسَ عَلَى وَجْهِ الْأَرْضِ بَقْلَةٌ أَشْرَفُ وَلَا أَنْفَعُ مِنَ الْفَرْخِ ؛ وَهُوَ بَقْلَةُ فَاطِمَةَ عَلَيْهَا السَّلَامُ ؛

در روی زمین، گیاهی والاتر و سودمندتر از خُرفه نیست ، و آن ، سبزی
فاطمه علیها السلام است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 367 ، حدیث - 1

حدیث - 318

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْفَرْخِ ؛ فَهِيَ الْمَكِيسَةُ ، فَإِنَّهُ إِنْ كَانَ شَيْءٌ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ فَهِيَ ؛
بر شما باد خُرفه ؛ چرا که زیرکی می‌دهد و اگر تنها یک چیز باشد که عقل را
افزون می‌کند ، همان است .

حدیث - 319

امام کاظم علیه السلام :

إِنَّ السَّلِقَ يَقْمَعُ عِرْقَ الْجُذَامِ ، وَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمُبْرَسَمِ مِثْلُ وَرَقِ السَّلِقِ ؛
چغندر ، رگ جذام را به کلی از میان می برد . هیچ چیز به درون گرفتار به
پرسا درنیامده است که همانند برگ چغندر باشد .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 369 ، حدیث - 5

حدیث - 320

امام رضا علیه السلام :

أَطْعِمُوا مَرْضَاكُمُ السَّلِقَ - يَعْنِي وَرَقَهُ - فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً وَلَا دَاءَ مَعَهُ وَلَا غَائِلَةَ لَهُ ،
وَيُهْدَى نَوْمَ الْمَرِيضِ ، وَاجْتَنِبُوا أَصْلَهُ ؛ فَإِنَّهُ يُهَيِّجُ السَّودَاءَ ؛
به بیمارانتان ، چغندر (یعنی برگ آن را) بدهید ؛ چرا که در آن ، درمان است
و هیچ بیماری ای به همراه ندارد و هیچ عارضه ای در آن نیست و خواب بیمار را
آرام می سازد . اما از خود چغندر بیرهزید ؛ چرا که سودا را تحریک می کند .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 369 ، حدیث - 4

حدیث - 321

امام صادق علیه السلام :

لَوْ عَلِمَ اللَّهُ فِي شَيْءٍ شِفَاءً أَكْثَرَ مِنَ الشَّعِيرِ ، مَا جَعَلَهُ غِذَاءَ الْأَنْبِيَاءِ عليهم السلام ؛
اگر خداوند در چیزی بیش از جو بهبود دهندگی می‌دید ، آن را خوراک
پیامبران قرار نمی‌داد .

مکارم الأخلاق، ج 1، ص 334 ، ح 1076

حدیث - 322

امام رضا علیه السلام :

فَضْلُ خُبْرِ الشَّعِيرِ عَلَى الْبُرِّ كَفَضْلِنَا عَلَى النَّاسِ ، وَمَا مِنْ نَبِيٍّ إِلَّا وَقَدْ دَعَا لِإِكْلِ
الشَّعِيرِ وَبَارَكَ عَلَيْهِ ، وَمَا دَخَلَ جَوْفًا إِلَّا وَأَخْرَجَ كُلَّ دَاءٍ فِيهِ ، وَهُوَ قَوْلُ الْأَنْبِيَاءِ
وَطَعَامُ الْأَبْرَارِ ، أَبَى اللَّهُ تَعَالَى أَنْ يَجْعَلَ قَوْلَ أَنْبِيَائِهِ إِلَّا شَعِيرًا ؛

برتری نان جو بر گندم ، همانند برتری ما بر دیگر مردمان است . هیچ
پیامبری نیست که برای خورنده جو دعا نکرده و برای او برکت نخواستہ باشد و
هیچ درونی نیست که جو بدان درآمده و همه دردها از آن بیرون نرفته باشد . آن
، خوراک پیامبران و غذای نیکان است . خداوند متعال ، جز این را نخواستہ
است که خوراک پیامبران خویش را جو قرار دهد .

الکافی ، ج 6 ، ص 304 ، ح 1

حدیث - 323

پیامبر خدا ﷺ :

كُلِ الْخَسَّ؛ فَإِنَّهُ يورِثُ النُّعَاسَ، وَيَهْضِمُ الطَّعَامَ؛
کاهو بخور که خواب آور است و غذا را هضم می کند .
مکارم الأخلاق ، ج 1 ، ص 396 ، ح 1344

حدیث - 324

امام صادق علیه السلام :

عَلَيْكُمْ بِالْخَسِّ؛ فَإِنَّهُ يُصَفِّي الدَّمَ؛
بر شما باد کاهو ؛ چرا که خون را تصفیه می کند .
الکافی ، ج 6 ، ص 367 ، ح 1

حدیث - 325

امام صادق علیه السلام :

نِعَمَ الْبَقْلُ الْهِنْدَبَاءُ، وَلَيْسَ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا وَعَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ، فَكُلُوهَا وَلَا
تَنْفُضُوهَا عِنْدَ أَكْلِهَا. وَكَانَ أَبِي عَلَيْهِ السَّلَامُ يَنْهَانَا أَنْ نَنْفُضَهُ إِذَا أَكَلْنَاهُ؛
کاسنی ، نکو سبزی ای است . هیچ برگگی از آن نیست که قطره ای از بهشت بر
آن نباشد . آن را بخورید و به گاه خوردن ، متکانید . پدرم علیه السلام ما را نهی
می فرمود که به هنگام خوردن کاسنی ، آن را بتکانیم .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 363 ، حدیث - 4

حدیث - 326

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا الثُّومَ وَتَدَاوَوْا بِهِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ؛

سیر بخورید و بدان درمان کنید؛ چرا که درمان هفتاد درد در آن هست.

مکارم الأخلاق، ج 1، ص 394، ح 1335 و دانش نامه احادیث پزشکی: ج 2 /

ح 262

حدیث - 327

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يُصِيبَهُ رِيحٌ ، فَلْيَأْكُلِ الثُّومَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ ؛

هر کس می خواهد بادی دامنگیر او نشود، در هر هفت روز، [یک بار]

سیر بخورد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، ص 41 و بحار الأنوار ، ج 62، ص 325

حدیث - 328

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالكَرْفَسِ ؛ فَإِنَّهُ إِنْ كَانَ شَيْءٌ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ فَهُوَ هُوَ ؛

بر شما باد کرفس؛ چرا که اگر بنا بود تنها یک چیز عقل را افزون کند ، آن ،

همین بود.

طب النبى صلى الله عليه وآله وسلم ، ص 11 ، بحار الأنوار، ج 62 ، ص 300

حدیث - 329

سُئِلَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنِ الْكُرَّاثِ ، فَقَالَ : كُلُّهُ ؛ فَإِنَّ فِيهِ أَرْبَعَ خِصَالٍ : يُطَيَّبُ النَّكْهَةَ ، وَيَطْرُدُ الرِّيحَ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ لِمَنْ أَدْمَنَ عَلَيْهِ ؛
به نقل از فرات بن أَحْنَف: از امام صادق عليه السلام درباره تَرِه پرسیدند. فرمودند: آن را بخور ؛ چرا که در آن ، چهار ویژگی است : بوی دهان را خوش می‌سازد ؛ بادها را [از بدن] می‌راند ؛ بواسیر را ریشه کن می‌کند؛ و برای کسی که بر [خوردن] آن مداومت ورزد ، مایه ایمنی از جذام است.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 365 ، حدیث - 4

حدیث - 330

امام صادق عليه السلام :
مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ ضَرَبَ عَلَيْهِ عِرْقُ الْجُذَامِ مِنْ أَنْفِهِ ، وَبَاتَ يُنَزَفُ الدَّمُ ؛
هر کس شب هنگام ، تَرِه تیزک بخورد ، رگ جذام به بینی او حمله کند و چون شب بخوابد ، خون دماغ شود .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 368 ، حدیث - 2

حدیث - 331

امام صادق عليه السلام :
عَلَيْكَ بِالْهَنْدَبَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْمَاءِ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ، وَهُوَ حَارٌّ لَيْنٌ يَزِيدُ فِي الْوَلَدِ الذُّكُورَةَ ؛

بر تو باد کاسنی ؛ چرا که آب (منی) را افزون می‌سازد و فرزند را نکو می‌کند .
گرم و مُلین است و پسرزایی را بیشتر می‌کند .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 363 ، حدیث - 6

حدیث - 332

امام رضا علیه السلام :
الْهِنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنْ أَلْفِ دَاءٍ ، مَا مِنْ دَاءٍ فِي جَوْفِ ابْنِ آدَمَ إِلَّا قَمَعَهُ الْهِنْدَبَاءُ ؛
کاسنی ، درمان هزار درد است . هیچ دردی در درون آدمی زاده نیست ، مگر
این که کاسنی ، آن را در هم می‌کوبد .
لکافی ، جلد 6 ، صفحه 363 ، حدیث - 9

حدیث - 333

امام صادق علیه السلام :
كَانَ أَحَبَّ الصَّبَاغِ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ الْخَلُّ ، وَأَحَبُّ الْبُقُولِ إِلَيْهِ الْحَوْكُ ،
يَعْنِي : الْبَادِرُوجُ ؛
نزد پیامبر خدا، سرکه، دوست‌داشتنی‌ترین نانخورش ، و حَوک (یعنی
بادروج)، دوست‌داشتنی‌ترین سبزی بود.
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 304 ، حدیث - 18

حدیث - 334

امام علی علیه السلام :

كَانَ يُعْجِبُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ مِنَ الْبُقُولِ الْحَوْكُ؛

پیامبر خدا از میان سبزی‌ها، به حَوْک ، علاقه داشت .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 364 ، حدیث - 1

حدیث - 335

امام علی علیه السلام :

ذَكَرَ لِرَسُولِ اللَّهِ ﷺ الْحَوْكُ وَهُوَ الْبَاذِرُوجُ ، فَقَالَ : بَقَلْتِي وَبَقَلْتِ الْأَنْبِيَاءَ قَبْلِي ، وَإِنِّي لِأَحِبُّهَا وَأَكْلُهَا؛

نزد پیامبر خدا از حَوْک که همان بادروج است سخن به میان آوردند .
فرمودند: سبزی من و سبزی پیامبران پیش از من است و من ، آن را دوست دارم و می‌خورم.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 387 ، حدیث - 1306

حدیث - 336

امام صادق علیه السلام :

الْحَوْكُ بَقْلَةُ الْأَنْبِيَاءِ ، أَمَا إِنَّ فِيهِ ثَمَانَ خِصَالٍ : يُمْرِئُ ، وَيَفْتَحُ السَّدَدَ ، وَيُطَيِّبُ الْجُشَاءَ ، وَيُطَيِّبُ النِّكْهَةَ ، وَيُشْهِى الطَّعَامَ ، وَيَسْلُ الدَّاءَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ ، إِذَا اسْتَقَرَّ فِي جَوْفِ الْإِنْسَانِ فَمَعَ الدَّاءُ كُلُّهُ ؛

حَوک (بادروج)، سبزی پیامبران است . بدانید که در آن ، هشت ویژگی است :
 اشتها آور است، گرفتگی های عروق و مجاری را می گشاید ، آروغ را خوش بو
 می سازد ، دهان را بوی خوش می بخشد ، غذا را دوست داشتنی می سازد ، درد و
 بیماری را از بدن بیرون می کشد و امان انسان از جُدام است . چون در درون
 انسان جای گیرد ، همه بیماری ها را فرو می نشاند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 364 ، حدیث - 4

حدیث - 337

امام علی علیه السلام :

نَظَرَ رَسُولُ اللَّهِ إِلَى الْبَادِرُوجِ ، فَقَالَ : هَذَا الْحَوَكُ ، كَأَنِّي أَنْظَرُ إِلَى مَنبِتِهِ فِي
 الْجَنَّةِ ؛

پیامبر خدا به بادروج نگرستند و فرمودند: این ، حوک است . گویا که
 رستنگاه آن را در بهشت می نگرم .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 319 ، حدیث - 2075

حدیث - 338

امام رضا علیه السلام :

فِي الْبُقُولِ: أَفْضَلُهَا . . . الْهِنْدَبَاءُ ، وَالْخَسُّ ؛

درباره سبزی ها: بهترین آنها ، کاسنی و کاهو است .

الدعوات ، صفحه 159 ، حدیث - 436

حدیث - 339

پیامبر خدا ﷺ :

الْهَنْدَبَاءُ سَيِّدُ الْبُقُولِ ؛

کاسنی، مهتر همه سبزی هاست .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 313 ، حدیث - 2049

حدیث - 340

امام صادق علیه السلام می فرماید :

الْخِلَالُ بَعْدَ الطَّعَامِ ؛ يَشُدُّ اللَّثَاتِ ، وَيَجْلِبُ الرِّزْقَ ، وَيُطَيِّبُ النِّكْهَةَ ؛

خلال کردن پس از [خوردن] غذا ، لثه ها را محکم می کند، روزی می آورد و

بوی دهان را خوش می سازد.

إحقاق الحق ، جلد 12 ، صفحه 283

حدیث - 341

پیامبر خدا ﷺ می فرماید :

تَخَلَّلُوا عَلَى أَثَرِ الطَّعَامِ ؛ فَإِنَّهُ صِحَّةٌ لِلنَّابِ وَالنَّوَاجِدِ ، وَيَجْلِبُ عَلَى الْعَبْدِ الرِّزْقَ ؛

در پی غذا خوردن ، خلال کنید؛ چرا که مایه سلامت دندان های نیش و

نواجذ (آسیا) است و برای انسان ، جلب روزی می کند.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 331 ، حدیث - 1061

حدیث - 342

قال الصادق عليه السلام :

من لم ياكل اللحم اربعين يوما ساء خلقه و من ساء خلقه فاذنوا في اذنه ؛
کسی تا چهل روز گوشت نخورد بداخلاق می شود، وقتی که بداخلاق شد در
گوش او اذان بگویند.

(من لا يحضره الفقيه ، ج 1، ص 296)

حدیث - 343

قال رسول الله:

يا على !ان الوضوء قبل الطعام و بعده شفاء في الجسد و يمن في الرزق ؛
یا علی! قبل از غذا و بعد از غذا، وضو گرفتن ، شفای بدن و برکت در روزی
است .

(بحار الانوار، ج 66، ص 356)

حدیث - 344

قال الصادق عليه السلام :

الوضوء قبل الطعام و بعده يذهب الفقر؛
وضو پیش از غذا و بعد از غذا، فقر را از بین می برد.

(وسائل الشیعه ، ج 1، ص 256)

حدیث - 345

من شرب الخمر لم تقبل له صلاة اربعين ليلة فان عاد فاربعين ليلة من يوم شربها فان مات فى تلك الاربعين ليلة من غير توبة سقاه الله يوم القيامة من طينة خبال ؛

کسی که شراب می نوشد نماز وی تا چهل شبانه روز مقبول نیست و اگر بار دیگر لب به شراب زد باز هم تا چهل شب و اگر بدون ((توبه)) در این اوقات بمیرد، خداوند متعال وی را از خاک فاسد سیراب خواهد ساخت .
(تفسیر القمی ، ج 1، ص 181)

حدیث - 346

قال على عليه السلام :

و اياكم و البطنة فانها مقساة للقلب و مكسلة عن الصلوة و مفسدة للحسد ؛
از پرخوری دوری کنید که موجب قساوت قلب و باعث کسالت از اقامه نماز و سبب تباهی بدن است .
(غررالحکم ، ص 80)

حدیث - 347

قال الباقر عليه السلام :

من شرب الخمر فسکر منها لم يقبل الله صلاته اربعين يوما فان ترك الصلاة فى هذه الايام ضوعف عليه العذاب لترك الصلاة ؛

کسی که شراب بنوشد و مست شود، تا چهل روز، نماز او قبول نیست ؛ پس اگر نمازی را در این روزها ترک کند، عقاب و کیفر وی نیز چند برابر است .
(ثواب الاعمال ، ص 551)

حدیث - 348

قال رسول الله ﷺ :
من عرف الله و عظمه منع فانه من الكلام و بطنه من الطعام و عنا نفسه بالصيام و القيام ؛
کسی که خدا را شناخت و به عظمتش پی برد، دهان خود را از سخن (بی مورد)، و شکم را از غذای حرام باز می دارد، و به استقبال سختی روزه و نماز جهت دریافت پاداش و جلب رضایت حق می شتابد.
(سفينة البحار، ج 2، ص 178)

حدیث - 349

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
الْحِمِيَّةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ ، وَالْمَعِدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ ، وَعَوَّدُوا كُلَّ جِسْمٍ مَا اعتادَ؛
پرهیز، سرآمد درمان، و معده، خانه درد است . هر بدنی را به همان که بدان خو می گیرد، عادت دهید .
الأحكام النبویة ، جلد 2 ، صفحه 7

حدیث - 350

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

شَرْبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ، وَيُرِقُّ الْبَشَرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاهِ؛

خوردن سویق با روغن زیتون، گوشت می رویند، استخوان را استحکام می بخشد، پوست را نازک می کند و بر توان جنسی می افزاید .

الكافي، جلد 6، صفحه 306، حدیث - 7

حدیث - 351

پیامبر اکرم صلی الله علیه و سلم می فرمایند:

اللَّحْمُ بِالْبَيْضِ يَزِيدُ فِي الْبَاءَةِ؛

گوشت با تخم مرغ ، بر توان جنسی می افزاید .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 273

حدیث - 352

امام کاظم علیه السلام می فرمایند:

مَنْ أَكَلَ الْبَيْضَ وَالْبَصَلَ وَالزَّيْتَ، زَادَ فِي جَمَاعِهِ، وَمَنْ أَكَلَ اللَّحْمَ بِالْبَيْضِ، كَبُرَ عَظْمُ وَلَدِهِ؛

هر کس تخم مرغ و پیاز و روغن زیتون بخورد، بر توان جنسی او افزوده شود و هر کس گوشت و تخم مرغ بخورد ، استخوان فرزندش درشت باشد .

بحار الأنوار ، جلد 10 ، صفحه 84 ، حدیث - 41

حدیث - 353

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ شَكََا إِلَى اللَّهِ عِزَّ وَ جَلَّ الضَّعْفَ ، وَقِلَّةَ الْجَمَاعِ ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ
الْهَرِيْسَةِ؛

یکی از پیامبران، از ضعف و کمی توان آمیزش به درگاه خداوند عز و جل
اظهار ناراحتی کرد. خداوند، او را به خوردن حلیم، فرمان داد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 319 ، حدیث - 2

حدیث - 354

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ شَكََا إِلَى رَبِّهِ عِزَّ وَ جَلَّ وَجَعَ الظَّهْرِ ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْحَبِّ
بِاللَّحْمِ - يَعْنِي الْهَرِيْسَةَ - ؛

پیامبر خدا ﷺ به درگاه پروردگار خویش عز و جل از کمر درد نالید.
خداوند به او فرمود که دانه با گوشت بخورد، یعنی هریسه .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 320 ، حدیث - 3

حدیث - 355

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

أَتَانِي جَبْرِئِيلُ عَلَيْهِ السَّلَامُ فَأَمَرَنِي بِأَكْلِ الْهَرِيسَةِ ، لِيَشْتَدَّ ظَهْرِي ، وَأَقْوَى بِهَا عَلَى عِبَادَةِ رَبِّي؛

جبرئیل ، نزد من آمد و مرا به خوردن هریسه (هلیم) ، فرمان داد تا پشتم قوی شود و با آن ، توان بندگی پروردگار خویش بیابم .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 169 ، حدیث - 1470

حدیث - 356

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

خَمْسُ خِصَالٍ تَوَرَّثُ الْبَرَّصَ : النُّورَةُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَيَوْمَ الْأَرْبَعَاءِ ، وَالتَّوَضُّؤُ وَالْإِغْتِسَالُ بِالمَاءِ الَّذِي تُسَخِّنُهُ الشَّمْسُ ، وَالْأَكْلُ عَلَى الْجَنَابَةِ ، وَغِشْيَانُ الْمَرْأَةِ فِي أَيَّامِ حَيْضِهَا ، وَالْأَكْلُ عَلَى الشَّيْبِ؛

پنج چیز است که پیسی می آورد: نوره کشیدن در روز جمعه و چهارشنبه؛ وضو گرفتن و غسل کردن با آبی که به آفتاب گرم شده است؛ خوردن در حال جنابت؛ آمیزش با زن در هنگام حائض بودنش؛ و خوردن در حال سیری .

الخصال، صفحه 270، حدیث - 9

حدیث - 357

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

الْأَكْلُ عَلَى الشَّيْبِ يورثُ الْبَرَصَ؛

خوردن از روی سیری، پیسی می آورد .

الأمالی للصدوق، صفحه 636، حدیث - 854

حدیث - 358

امام علی علیه السلام می فرمایند:

إِذَا اشْتَرَى أَحَدُكُمْ لَحْمًا فَلْيُخْرِجْ مِنْهُ الْغُدَّةَ؛ فَإِنَّهُ يُحَرِّكُ عِرْقَ الْجُدَامِ؛

هر گاه کسی از شما گوشت خرید، غده‌ها را از آن بیرون آورد؛ زیرا آنها رگ

جدام را تحریک می‌کنند.

الکافی، جلد 6، صفحه 254، حدیث - 5

حدیث - 359

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

اسْتَكْبَرُوا مِنَ اللَّبَانِ وَاسْتَبَقَوْهُ وَامْضَعُوهُ، وَأَحَبُّهُ إِلَى الْمَضْغِ؛ فَإِنَّهُ يَنْزِفُ بَلْغَمَ

الْمَعْدَةِ وَيُنَظِّفُهَا، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ، وَيُمِرُّ الطَّعَامَ؛

فراوان کُنْدُر بخورید، آن را در دهان نگه دارید و بجوید. برای من، جویدن

آن، دوست داشتنی‌تر است؛ بلغم معده را می‌زداید و آن را تمیز می‌کند، عقل را

استحکام می‌بخشد و غذا را می‌گوارد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 423 ، حدیث - 1442

حدیث - 360

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

نِعْمَ الطَّعَامُ الْأُرْزُ ؛ يُوسِّعُ الْأَمْعَاءَ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَإِنَّا لَنَغْبِطُ أَهْلَ الْعِرَاقِ
بَأَكْلِهِمُ الْأُرْزَ وَالْبُسْرَ ؛ فَإِنَّهُمَا يُوسِّعَانِ الْأَمْعَاءَ ، وَيَقْطَعَانِ الْبَوَاسِيرَ ؛

برنج، خوب خوراکی است! روده‌ها را فراخ می‌کند و بواسیر را ریشه کن می‌سازد. ما بر مردم عراق ، غبطه می‌خوریم که برنج و خرما خرک می‌خورند. این دو، روده‌ها را فراخ می‌کنند و بواسیر را ریشه کن می‌سازند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 341 ، حدیث - 2

حدیث - 361

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

يَنْبَغِي أَنْ تَحْذَرَ . . . أَنْ تَجْمَعَ فِي جَوْفِكَ الْبَيْضَ وَالسَّمَكَ فِي حَالٍ وَاحِدَةٍ ؛
فَإِنَّهُمَا إِذَا اجْتَمَعَا وَلَّدَا الْقَوْلَجَ ، وَرِيَّاحَ الْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الْأَضْرَاسِ ؛

باید از این پرهیزی که . . . تخم مرغ و ماهی را هم‌زمان در معده گرد آوری؛ چون هر گاه این دو با یکدیگر گرد آیند، قولنج، باد بواسیر و دندان درد به وجود می‌آورند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 362

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

أَكْلُ اللَّحْمِ النَّيِّ يورِثُ الدَّوْدَ فِي الْبَطْنِ؛

خوردن گوشت ناپخته ، در شکم ، کرم ایجاد می کند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 363

امام علی علیه السلام می فرمایند:

يَا كُمَيْلُ، لَا تَوْقِرَنَّ مَعِدَتَكَ طَعَامًا، وَدَعْ فِيهَا لِلْمَاءِ مَوْضِعًا، وَلِلرَّيْحِ مَجَالًا، وَلَا تَرْفَعْ يَدَكَ مِنَ الطَّعَامِ إِلَّا وَأَنْتَ تَشْتَهِيهِ؛ فَإِنْ فَعَلْتَ ذَلِكَ فَأَنْتَ تَسْتَمِرُّهُ؛ فَإِنَّ صِحَّةَ الْجِسْمِ مِنْ قِلَّةِ الطَّعَامِ وَقِلَّةِ الْمَاءِ؛

ای کمیل! مبدا معدهات را از خوراک، سنگین کنی. در آن، جایی برای آب و جایی برای باد وا گذار و هنگامی که هنوز به خوردن اشتها داری ، از غذا خوردن دست بکش، که اگر چنین کنی، غذا را گوارا خواهی یافت؛ چه، تندرستی، از کم خوردن و کم آشامیدن است .

تحف العقول ، صفحه 172

حدیث - 364

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

الاسْتِلقاءُ بَعْدَ الشَّبَعِ : يُسَمِّنُ الْبَدَنَ ، وَيُمْرِئُ الطَّعَامَ ، وَيَسْلُ الدَّاءَ؛

به پشت دراز کشیدن پس از غذا خوردن، بدن را چاق می‌کند، غذا را گوارا می‌سازد و درد را [از درون انسان] بیرون می‌کند .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 412 ، حدیث - 9

حدیث - 365

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند:
إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ أَوْحَى إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ أَنْ يَبْدَأَ بِالْمِلْحِ وَاخْتِمَ بِالْمِلْحِ ؛
فَإِنَّ فِي الْمِلْحِ دَوَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، أَهْوَنُهَا الْجُنُونُ ، وَالْجُذَامُ ، وَالْبَرَصُ ، وَوَجَعُ
الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ ؛
خداوند عز و جل به موسی بن عمران ، وحی فرستاد که :غذا را با نمک ،
آغاز کن و با نمک ، پایان ده ؛ چرا که در نمک ، درمان هفتاد درد است که
کمترین آنها ، دیوانگی ، جذام ، پیسی ، گلودرد ، دندان‌درد و شکم درد باشد .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 398 ، حدیث - 21

حدیث - 366

امام حسین علیّه السلام می‌فرمایند:
قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : يَا بُنَيَّ ، نَمِ عَلَى قَفَاكَ يَخْمَصُ بَطْنُكَ ، وَاشْرَبِ
الْمَاءَ مَصًّا يَمْرَأَكَ أَكُلَكَ ؛
پیامبر خدا به من فرمودند: فرزندم! به پشت بخواب تا شکمت کوچک شود ،
آب را به مکیدن بنوش تا خوردنت بر تو گوارا آید .
دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 59

حدیث - 367

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

مَنْ غَسَلَ يَدَهُ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ بُورِكَ لَهُ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ، وَغَاشَ مَاعَاشَ فِي سَعَةٍ، وَغُوفِيَ مِنْ بَلَوَى فِي جَسَدِهِ؛

هر که قبل و بعد از غذا دستهایش را بشوید، در اول و آخر آن غذا به او برکت داده شود و تا زنده است در رفاه به سر برد و از بیماری جسمی در امان ماند .

المحجّه البيضاء : 3 / 6

حدیث - 368

امام حسن علیه السلام می فرمایند:

آداب سفره دوازده تاست که هر مسلمانی باید آنها را بداند : چهارتای آنها واجب است ، چهار تا سنت (مستحب) و چهار تا از باب رعایت ادب می باشد . اما آن چهارتا که واجبند : معرفت ، خشنودی ، نام خدا بر زبان آوردن و شکرگزاری . و آن چهار که سنت است : دست شستن پیش از غذا خوردن ، نشستن بر طرف چپ (بدن) ، خوردن با سه انگشت و لیسیدن انگشتها . و اما آن چهار که از باب رعایت ادب می باشد : خوردن از آنچه در جلوی توست ، کوچک گرفتن لقمه ، خوب جویدن غذا و کمتر نگاه کردن به صورت مردم .

وسائل الشیعه : 16 / 539 / 1

حدیث - 369

امام علی علیه السلام می فرمایند:

أَقْرُوا الْحَارَّ حَتَّى يَبْرَدَ ، فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قُرِبَ إِلَيْهِ طَعَامٌ حَارٌّ فَقَالَ :
أَقْرُوهُ حَتَّى يَبْرَدَ ، مَا كَانَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ لِيُطْعِمَنَا النَّارَ ، وَالْبَرَكَةُ فِي الْبَارِدِ .
غذای داغ را سرد کنید؛ زیرا غذای داغی در برابر پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ نهاده شد ،
آن حضرت فرمودند : بگذارید تا سرد شود . خداوند به ما آتش نمی خوراند و
برکت در غذای سرد است .

الكافي : 6 / 321 / 1

حدیث - 370

امام علی علیه السلام می فرمایند:

ابْدَوْوا بِالْمِلْحِ فِي أَوَّلِ طَعَامِكُمْ ، فَلَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي الْمِلْحِ لاختاروه عَلَى
الدَّرِيَاقِ الْمَجْرَبِ .

غذایتان را با خوردن نمک آغاز کنید ؛ چه ، اگر مردم می دانستند که نمک چه
فوایدی دارد آن را بر پادزهر مجرب ترجیح می دادند .

وسائل الشيعة : 16 / 520 / 3

حدیث - 371

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

مَنْ أَكَلَ وَذُو عَيْنَيْنِ يَنْظُرُ إِلَيْهِ وَلَمْ يُوَاسِهِ ابْتُلِيَ بِدَاءٍ لَا دَوَاءَ لَهُ .

هر که در حال خوردن غذا باشد و بیننده‌ای به او بنگرد و وی او را شریک غذای خود نکند به دردی بی‌درمان گرفتار آید.

تنبيه الخواطر : 1 / 47

حدیث - 372

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي ، وَأَمْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي ؛

وقتی اشتها داری غذا بخور و هنوز اشتها داری دست از خوردن بشوی .

بحار الأنوار : ج 62 / 290

حدیث - 373

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي ، وَأَمْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي .

وقتی اشتها داری غذا بخور و هنوز اشتها داری دست از خوردن بشوی .

بحار الأنوار : ج 62 / 290

حدیث - 374

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

أَفْضَلُكُمْ مَنْزِلَةً عِنْدَ اللَّهِ تَعَالَى أَطْوَلُكُمْ جُوعًا وَتَفَكُّرًا، وَأَبْغَضُكُمْ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى كُلُّ نَوَّومٍ وَأَكُولٍ وَشَرَّوبٍ .

بلند پایه ترین شما نزد خداوند متعال کسی است که مدتهای طولانی تری گرسنگی بکشد و به تفکر بپردازد و منفورترین شما نزد خداوند متعال هر آن کسی است، که پر خواب و پر خور و پر نوش باشد .

تنبيه الخواطر : 100/1

حدیث - 375

پیامبر خدا ﷺ :

الْقَلْبُ يَتَحَمَّلُ الْحِكْمَةَ عِنْدَ خُلُوفِ الْبَطْنِ ، الْقَلْبُ يَمُجُّ الْحِكْمَةَ عِنْدَ امْتِلَاءِ الْبَطْنِ .
آن گاه که معده خالی باشد ، دل حکمت را می پذیرد؛ زمانی که معده پر باشد
دل حکمت را بیرون می افکند .

تنبيه الخواطر : 119 / 2

حدیث - 376

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
و اکلّی ضیفک فإنّ الضیف یستحیی أن یأکل وحده؛
همراه مهمان خویش غذا خور زیرا مهمان شرم دارد که تنها غذا خورد.
نهج الفصاحه

حدیث - 377

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
نصف ما یحفر لامتی من القبور من العین و المعده؛
یک نیمه قبرها که برای امت من حفر می شود از چشم بد و پر خوری است.
نهج الفصاحه

حدیث - 378

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
المعده بیت الداء و الحمیه رأس کلّ دواء؛
معه خانه مرض است و پرهیز سر آمد دواهاست.
نهج الفصاحه

حدیث - 379

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

من شرب خمرا خرج نور الإيمان من جوفه؛
هر که شراب نوشد نور ایمان از ضمیرش برود.
نهج الفصاحه

حدیث - 380

پیامبر اکرم ﷺ و سلم می فرمایند:

من شرب الخمر أتى عطشان يوم القيامة؛
هر که شراب نوشد روز قیامت تشنه بیارندش.
نهج الفصاحه

حدیث - 381

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

من أطعم مريضا شهوته أطعمه الله من ثمار الجنة؛
هر که غذای دلخواه مریضی را به او بخوراند خدا از میوه های بهشت به او
بخوراند.
نهج الفصاحه

حدیث - 382

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

من قلّ طعمه صحّ بدنه و من کثر طعمه سقم بدنه و قسا قلبه؛
هر کس کم خورد سالم ماند و هر که بسیار خورد تنش بیمار و دلش سخت
گردد.

نهج الفصاحه

حدیث - 383

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

من تعود کثره الطّعام و الشرّاب قسا قلبه؛
هر که به پر خوری عادت کند، دلش سخت شود.
نهج الفصاحه

حدیث - 384

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

لا تمیتوا القلوب بکثره الطّعام و الشرّاب فإنّ القلب یموت کالزّرع إذا کثر علیه
الماء؛

دل‌های خویش را به کثرت خوردن و نوشیدن نمیرانید که دل چون زراعت
است وقتی آب آن زیاد شد خواهد مرد.

نهج الفصاحه

حدیث - 385

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
لا تشربوا الخمر فإنّها مفتاح كلّ شرّ؛
شراب منوشید که کلید همه بدی هاست.
نهج الفصاحه

حدیث - 386

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
لن يزال العبد في فسحة من دينه ما لم يشرب الخمر و إذا شربها خرق الله
عنه ستره و كان الشيطان وليه و سمعه و بصره يسوقه إلى كلّ شرّ و يصرفه عن
كلّ خير؛
بنده تا شراب ننوشد عرصه دین بر او گشاده باشد و چون بنوشد پرده خدا از
او بدرد و شیطان یار و گوش و چشم او شود و او را بسوی بدی ها براند و از
نیکیها منصرف کند.
نهج الفصاحه

حدیث - 387

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
كلوا جميعا و لا تفرّقوا فإنّ طعام الواحد يكفي الاثنين و طعام الاثنين يكفي
الثلاثة و الأربعة كلوا جميعا و لا تفرّقوا فإنّ البركه مع الجماعة؛

با هم غذا خورید و پراکنده مشوید که غذای یکی برای دو تن کافی است و غذای دو تن برای سه تن و چهار تن کافی است، با هم غذا خورید و پراکنده مشوید که برکت قرین جماعت است.

نهج الفصاحه

حدیث - 388

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

كلوا الزيت و أدھنوا به فإنه من شجرة مباركة؛
زیتون خورید و با آن روغن کاری کنید که از درخت مبارک است.

نهج الفصاحه

حدیث - 389

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

كبر مقتا عند الله الأكل من غير جوع و النوم من غير سھر و الضحك من غير عجب؛
خوردن بی گرسنگی و خواب بدون خستگی و خنده بی شگفت نزد خدا به سختی منفور است.

نهج الفصاحه

حدیث - 390

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
علیکم بالزَّیْب فَإِنَّهُ یَکْتِفُ الْمَرْءَ وَ یَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَ یَشَدُّ الْعَصَبَ وَ یَذْهَبُ
بِالْعِیَاءِ وَ یَحْسِنُ الْخَلْقَ وَ یَطِیْبُ النَّفْسَ وَ یَذْهَبُ بِالْهَمِّ؛
مویز خورید که صفرا را غلیظ کند و بلغم را ببرد و عصب را قوی کند و کند
ذهنی را ببرد و خلق را نیکو کند و جان را پاک دارد و غم را ببرد.
نهج الفصاحه

حدیث - 391

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
الطَّاعِمُ الشَّاکِرُ بِمَنْزِلَةِ الصَّائِمِ الصَّابِرِ؛
غذا خور شکرگزار چون روزه دار صبور است.
نهج الفصاحه

حدیث - 392

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
شَرُّ النَّاسِ مَنْ أَكَلَ وَحْدَهُ وَ مَنَعَ رَفْدَهُ وَ جَلَدَ عَبْدَهُ وَ شَرُّ مَنْهُ مَنْ لَا یَقِیلُ عَشْرَةَ
وَ لَا یَقْبَلُ مَعْذَرَهُ وَ شَرُّ مَنْهُ مَنْ لَا یَرْجِی خَیْرَهُ وَ لَا یُؤْمِنُ شَرَّهُ؛

بدترین مردم آن کس است که تنها غذا خورد و رسیده خویش را بی نصیب
کند و بنده خویش را بزند و بدتر از او کسی است که خطائی را نبخشد و عذری
نپذیرد و بدتر از او کسی است که به خیرش امید نیست و از شرش امان نیست.
نهج الفصاحه

حدیث - 393

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

شارب الخمر کعابد وثن؛

شراب خوار مانند بت پرست است.

نهج الفصاحه

حدیث - 394

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تعشوا و لو بكف من حشف فإن ترک العشاء مهمه؛

شام بخورید اگر چه مشتی خرما ی پست باشد زیرا شام نخوردن مایه ضعف

و پیری است.

نهج الفصاحه

حدیث - 395

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تداووا بآلبان البقر فإني أرجو أن يجعل الله فيها شفاء فإنها تأكل من كل الشجر؛

با شیر گاو مداوا کنید زیرا من امیدوارم که خدا در آن شفا قرار داده باشد
زیرا از همه درختان می چرد.
نهج الفصاحه

حدیث - 396

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

البطانه تقسى القلب؛
پر خوری دل را سخت می کند.
نهج الفصاحه

حدیث - 397

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

برّدوا طعامکم یبارک لکم فیه؛
غذای خود را سرد کنید تا برکت یابد.
نهج الفصاحه

حدیث - 398

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

بئس الطَّعام طعام العرس يطعمه الأغنياء و يمنعهم المساكين؛

چه بد است غذای عروسی که ثروتمندان از آن بخورند و فقیران محروم
مانند.

نهج الفصاحه

حدیث - 399

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ لِلطَّاعِمِ الشَّاكِرِ مِنَ الْأَجْرِ مِثْلَ مَا لِلصَّائِمِ الصَّابِرِ؛

پاداش آن که غذا می خورد و شکر می گزارد مانند روزه دار صبور است.

نهج الفصاحه

حدیث - 400

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ ليرضى عن العبد أن يأكل الأكله فيحمده عليها أو يشرب الشر به

فيحمده عليها؛

خداوند از بنده خشنود می شود به اینکه غذا بخورد و خدا را سپاس گزارد،

یا آب بیاشامد و خدا را سپاس گزارد.

نهج الفصاحه

حدیث - 401

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
إِنَّ أَطْيَبَ طَعَامِكُمْ مَا مَسَّتْهُ النَّارُ؛
بهترین غذاهای شما آن است که به آتش پخته شود.
نهج الفصاحه

حدیث - 402

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
أَكْرَمُوا الْخَبْزَ فَإِنَّ اللَّهَ أَنْزَلَهُ مِنْ بَرَكَاتِ السَّمَاءِ وَأَخْرَجَهُ مِنْ بَرَكَاتِ الْأَرْضِ؛
نان را گرامی شمارید زیرا خداوند آن را از برکات آسمان فرو فرستاده و از
برکات زمین بیرون آورده است.
نهج الفصاحه

حدیث - 403

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
اجْتَنِبُوا الْخَمْرَ فَإِنَّهَا مِفْتَاحُ كُلِّ شَرٍّ؛
از شراب بگریزید که کلید همه بدیهاست.
نهج الفصاحه

حدیث - 404

قالَ الإمامُ علیؑ :

مَنْ شَرِبَ مِنْ سُورِ أَخِيهِ تَبَرُّكاً بِهِ، خَلَقَ اللَّهُ بَيْنَهُمَا مَلِكاً يَسْتَغْفِرُ لَهُمَا حَتَّى تَقُومَ السَّاعَةُ ؛

امام علیؑ فرمودند:

کسی که دهن خورده برادر مؤمنش را به عنوان تبرک میل نماید، خداوند متعال ملکی را مأمور می گرداند تا برای آن دو نفر تا روز قیامت طلب آمرزش و مغفرت نماید.

اختصاص شیخ مفید، ص 189

حدیث - 405

قالَ الإمامُ علیؑ :

كُلُوا مَا يَسْقُطُ مِنَ الْخَوَانِ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ يَأْذِنُ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ، لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يَسْتَشْفِيَ بِهِ ؛

امام علیؑ فرمودند:

آنچه اطراف ظرف غذا و سفره می ریزد جمع کنید و بخورید، که همانا هرکس آن ها را به قصد شفا میل نماید، به اذن حق تعالی شفای تمام دردهای او خواهد شد.

مستدرک الوسائل، ج 16، ص 291، ح 19920

حدیث - 406

قالَ الأمامُ علی عليه السلام :
أَطْعِمُوا صِبْيَانَكُمْ الرُّمَانَ، فَإِنَّهُ أَسْرَعُ لَلِلسِنَتِهِمْ ؛
امام علی عليه السلام فرمودند:

به کودکان خود انار بخورانید تا زبانشان بهتر و زودتر باز شود.

امالی طوسی، ج 1، ص 372

حدیث - 407

قالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :
لَا تُشْبِعُوا، فَيُطْفَأَ نَوْرُ الْمَعْرِفَةِ مِنْ قُلُوبِكُمْ؛
رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ فرمودند:

شکم خود را از خوراک سیر و پر مگردانید، چون که سبب خاموشی نور

عرفان و معرفت در افکار و قلب هایتان می گردد.

مستدرک الوسائل، ج 16، ص 218، ح 19646

حدیث - 408

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :

مَنْ قَلَّ طَعَامُهُ، صَحَّ بَدْنُهُ، وَ صَفَا قَلْبُهُ، وَ مَنْ كَثُرَ طَعَامُهُ سَقَمَ بَدْنُهُ وَ قَسَا قَلْبُهُ؛

رسول خدا ﷺ فرمودند:

هر که خوراکش کمتر باشد بدنش سالم و قلبش با صفا خواهد بود، و هر کس خوراکش زیاد باشد امراض جسمی بدنش و کدورت، قلبش را فرا خواهد گرفت.

بحارالأنوار، ج 59، ص 268، ح 53

حدیث - 409

قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :

مَنْ وَجَدَ كَسْرَةً أَوْ تَمْرَةً فَأَكَلَهَا لَمْ يُفَارِقْ جَوْفَهُ حَتَّى يَغْفِرَ اللَّهُ لَهُ؛

رسول خدا ﷺ وسلم فرمودند:

هر کس تکه ای نان یا دانه ای خرما در جائی ببیند، و آن را بردارد و میل کند، مورد رحمت و مغفرت خداوند قرار می گیرد.

بحارالأنوار، ج 63، ص 430، ح 12

حدیث - 410

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

شُرْبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشْدُ الْعَظْمَ ، وَيُرِقُّ الْبَشَرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاهِ؛

خوردن سویق با روغن زیتون، گوشت می رویند، استخوان را استحکام می بخشد، پوست را نازک می کند و بر توان جنسی می افزاید .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 306 ، حدیث - 7

حدیث - 411

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

الْأَكْلُ عَلَى الشَّبَعِ يورِثُ الْبَرَصَ؛

خوردن از روی سیری، پیسی می آورد.

الأمالی للصدوق، صفحه 636، حدیث - 854

حدیث - 412

امام علی علیه السلام می فرمایند:

إِذَا اشْتَرَى أَحَدُكُمْ لَحْمًا فَلْيُخْرِجْ مِنْهُ الْغُدَّةَ؛ فَإِنَّهُ يُحَرِّكُ عِرْقَ الْجُدَامِ؛

هر گاه کسی از شما گوشت خرید، غده ها را از آن بیرون آورد؛ زیرا آنها رگ جذام را تحریک می کنند.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 254 ، حدیث - 5

حدیث - 413

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

اسْتَكثِرُوا مِنَ اللَّبَانِ وَاسْتَبْقَوْهُ وَامْضَغُوهُ، وَأَحْبَبُهُ إِلَى الْمَضْغِ؛ فَإِنَّهُ يَنْزِفُ بَلْغَمَ
الْمَعِدَةِ وَيُنَظِّفُهَا، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ، وَيُمِرُّ الطَّعَامَ .

فراوان کُنْدر بخورید، آن را در دهان نگه دارید و بجوید. برای من ، جویدن
آن ، دوست داشتنی تر است؛ بلغم معده را می زداید و آن را تمیز می کند، عقل را
استحکام می بخشد و غذا را می گوارد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 423 ، حدیث - 1442

حدیث - 414

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

يَنْبَغِي أَنْ تَحْذَرَ . . . أَنْ تَجْمَعَ فِي جَوْفِكَ الْبَيْضَ وَالسَّمَكَ فِي حَالٍ وَاحِدَةٍ ؛
فَإِنَّهُمَا إِذَا اجْتَمَعَا وَلَّدَا الْقَوْلَنْجَ ، وَرِيَّاحَ الْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الْأَضْرَاسِ .

باید از این پرهیزی که . . . تخم مرغ و ماهی را هم زمان در معده گرد آوری؛
چون هر گاه این دو با یکدیگر گرد آیند، قولنج، باد بواسیر و دندان درد به وجود
می آورند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 415

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

السَّوِيقُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشْدُ الْعَظْمَ ؛

سویق ، گوشت می رویاند و استخوان را استحکام می بخشد .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 305 ، حدیث - 663

حدیث - 416

امام باقر علیه السلام می فرمایند:

مَا أَعْظَمَ بَرَكَهَ السَّوِيقِ ! إِذَا شَرِبَهُ الْإِنْسَانُ عَلَى الشَّبْعِ أَمْرَأَهُ وَهَضَمَ الطَّعَامَ ، وَإِذَا

شَرِبَهُ الْإِنْسَانُ عَلَى الْجَوْعِ أَشْبَعَهُ ، وَنِعَمَ الزَّادُ فِي السَّفَرِ وَالْحَضَرِ السَّوِيقُ ؛

سویق ، چه قدر پُربرکت است! اگر انسان در حالی که سیر است ، آن را

بخورد ، غذا را گوارش می دهد و اگر در حالی که گرسنه است ، بخورد ، او را

سیر می سازد . سویق ، چه نیکو توشه ای در سفر و در حضر است !

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 278 ، حدیث - 13

حدیث - 417

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

السَّوِيقُ يَهْضِمُ الرَّؤُوسَ؛

سویق، کله پاچه را هضم می کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 306 ، حدیث - 10

حدیث - 418

امام علی علیه السلام می فرمایند:

مَنْ كَانَتْ هِمَّتُهُ مَا يَدْخُلُ بَطْنَهُ ، كَانَتْ قِيَمَتُهُ مَا يَخْرُجُ مِنْهُ؛

هر که هم و غمّش چیزی باشد که وارد شکمش می شود ، ارزشش به

اندازه همان چیزی است که از شکمش خارج می شود .

غرر الحکم : 8830

حدیث - 419

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

لَا تَدْعُوا أَنْيَتَكُمْ بِغَيْرِ غِطَاءٍ ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ إِذَا لَمْ تُغَطَّ الْآيَةُ بَرَقَ فِيهَا ، وَأَخَذَ

مِمَّا فِيهَا مَا شَاءَ؛

ظرفهای خود را بدون در پوش نگذارید ؛ زیرا هر گاه روی ظرفها پوشیده

نباشد ، شیطان در آنها آب دهان می اندازد و هر چه بخواهد از آنها بر می دارد .

مستدرک الوسائل : 8 / 295 / 9485

حدیث - 420

قَلَّةُ الْغِذَاءِ أَكْرَمُ لِلنَّفْسِ ، وَأَدْوَمُ لِلصَّحَّةِ .

کم خوری، مایه گرامی داشتن بیشترِ خویش است و سلامت را بیشتر استمرار می بخشد .

غرر الحکم ، حدیث - 6819

حدیث - 421

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

قَلَّةُ الْأَكْلِ يَمْنَعُ كَثِيرًا مِنْ أَعْلَالِ الْجِسْمِ .

کم خوری ، مانع بسیاری از بیماری های جسم می شود .

غرر الحکم ، حدیث - 6768

حدیث - 422

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

إِنَّ أَهْلَ الْبَيْتِ لَيَقِلُّ طُعْمُهُمْ ؛ فَتَسْتَنْيرُ بُيُوتُهُمْ .

ساکنان یک خانه ، در اثر کم خوردن غذا ، خانه شان نورانی می گردد .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 391

حدیث - 423

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

الْأَكْلُ عِنْدَ أَهْلِ الْمُصِيبَةِ مِنْ عَمَلِ الْجَاهِلِيَّةِ وَالسُّنَّةُ الْبَعْثُ إِلَيْهِمْ بِالطَّعَامِ؛
غذا خوردن نزد مصیبت‌زدگان و با خرج آنان، از رفتارهای جاهلیت است و
سنت پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرستادن غذا برای مصیبت‌زدگان است.
من لایحضره الفقیه، ج 1، ص 182.

حدیث - 424

امام کاظم علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلی الله علیه و آله و سلم كَانَ إِذَا أَتَاهُ الضَّيْفُ أَكَلَ مَعَهُ وَلَمْ يَرْفَعْ يَدَهُ مِنَ الْخِوَانِ
حَتَّى يَرْفَعَ الضَّيْفُ يَدَهُ؛
رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم هرگاه میهمان داشتند، با او غذا می‌خوردند و دست از
سفره و غذا نمی‌کشیدند، تا آن‌که میهمان دست از غذا خوردن بکشد.
کافی، ج 6، ص 286 .

حدیث - 425

پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ قَلَّ طَعْمُهُ صَحَّ بَدَنُهُ وَمَنْ كَثُرَ طَعْمُهُ سَقَمَ بَدَنُهُ وَقَسَا قَلْبُهُ؛
هر کس کم بخورد، سالم می‌ماند و هر کس زیاد بخورد تنش بیمار می‌شود و
قساوت قلب پیدا می‌کند.

نهج الفصاحه، ح 2779.

حدیث - 426

امام رضا علیه السلام می فرمایند :

كَثْرَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ وَإِدْمَانُهُ يورثُ الطُّحَالَ وَ رِيَا حَا فِي رَأْسِ الْمَعِدَةِ وَالْإِمْتِلَاءُ
مِنَ الْبَيْضِ الْمَسْلُوقِ يورثُ الرَّبَّوَّ وَالْإِبْتِهَارَ؛

زیاد خوردن تخم مرغ و معتاد شدن به آن، بیماری ورم طحال می آورد و
ایجاد کننده بادهایی در سر معده است و زیاد خوردن تخم مرغ آب پز، نفس
تنگی و نفس بریدگی می آورد.

بحار الأنوار، ج 59، ص 321 .

حدیث - 427

از امام صادق علیه السلام درباره تره پرسیدند، فرمودند:

آن را بخورید، چرا که در آن، چهار ویژگی است: دهان را خوشبو می کند،
بادهای را از بدن می برد، بواسیر را ریشه کن می کند، و برای کسی که پیوسته
بخورد، مایه ایمنی از جذام است.

کافی، ج 6، ص 365، ح 4 .

حدیث - 428

امام صادق علیه السلام :

الْجَزَرُ أَمَانٌ مِنَ الْقَوْلَنْجِ وَ الْبَوَاسِيرِ وَ يُعِينُ عَلَى الْجِمَاعِ؛

هویج، مایه ایمنی از قولنج و بواسیر است و آمیزش جنسی را تقویت می‌کند.
کافی، ج 6، ص 372، ح 2

حدیث - 429

امام صادق علیه السلام می فرمایند:
نِعْمَ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ، تُغَذِّبُ الْفَمَ وَتُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَتَهْضِمُ مَا قَبْلَهُ وَتُشَهِّي الطَّعَامَ؛
چه خوب لقمه‌ای است پنیر، دهان را تر و تازه و خوشبو می‌کند، غذای قبلی
را هضم و غذا را مطبوع می‌سازد.
بحارالأنوار، ج 63، ص 105، ح 11.

حدیث - 430

مردی به امام صادق علیه السلام گفت: فدایت شوم! در بدنم احساس ضعف می‌کنم.
امام علیه السلام به او فرمودند: شیربخور، چرا که گوشت می‌رویاند و استخوان را
محکم می‌کند.
کافی، ج 6، ص 336، ح 7.

حدیث - 431

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:
کندر بخورید؛ زیرا همان‌طور که انگشت، عرق را از پیشانی پاک می‌کند،
کندر هم سوزش قلب را می‌برد و کمر را محکم و عقل را زیاد می‌کند و ذهن را
ذکاوت و چشم را جلا می‌بخشد و فراموشی را از میان می‌برد.

حدیث - 432

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

الْبَصْلُ يَذْهَبُ بِالنَّصَبِ وَيَشْدُ الْعَصَبَ وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى وَيَزِيدُ فِي الْمَاءِ وَ
يَذْهَبُ بِالْحُمَى؛

پياز، خستگى را مى برد، اعصاب را قوى مى کند، قدم ها را چاپک و نيروى
جنسى را زياد مى کند و تب را مى برد.
کافى، ج 6، ص 374، ح 2 .

حدیث - 433

امام صادق عليه السلام می فرمایند :

أَطْعِمُوا الْمَبْطُونَ خُبْزَ الْأُرْزِّ، فَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمَبْطُونَ شَيْءٌ أَنْفَعُ عَنْهُ، أَمَا إِنَّهُ
يَدْبِغُ الْمَعِدَةَ وَيَسْلُ الدَّاءَ سَلًّا؛

به كسى كه دل درد (اسهال)، دارد نان برنجى بدهيد، چرا كه براى دل درد
چيزى مفيدتر از آن نيست. بدانيد كه آن، معده را پاك و درد را كاملاً آرام
مى كند.

کافى، ج 6، ص 305، ح 2 .

حدیث - 434

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

جماع پی در پی بدون غسل باعث جنون فرزند می شود. زیاد خوردن تخم مرغ و استمرار بر آن، باعث بیماری طحال و گاز معده می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 435

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

انباشته کردن شکم از تخم مرغ آب پز باعث گرفتگی قلب و تنگی نفس می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 436

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

زیاد خوردن گوشت حیوانات وحشی (حلال گوشت) و گاو باعث تغییر (به هم ریختگی) عقل و سرگردانی فهم و کندذهنی و فراموشی می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 437

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :

عَلَيْكُمْ بِالْأَهْلِيلَجِ الْأَسْوَدَ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةِ الْجَنَّةِ وَ طَعْمُهُ مُرٌّ وَ فِيهِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛

هليله سیاه بخورید، که از درختان بهشت است. مزه آن تلخ است ولی شفای هر دردی است.

طب النبی، ص 31 .

حدیث - 438

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي التُّفَّاحِ، مَادَاوُوا مَرْضَاهُمْ إِلَّا بِهِ، أَلَا وَ إِنَّهُ أَسْرَعُ شَيْءٍ مَنَفَعَةٍ لِلْفُؤَادِ خَاصَّةً وَ إِنَّهُ نَضُوحَةٌ؛

اگر مردم می دانستند چه خواصی در سیب وجود دارد، بیماران خود را تنها با آن درمان می کردند. سیب سریع تر از هر چیزی به قلب فایده می رساند؛ به ویژه آن که خوشبو کننده است.

طب الائمه، ص 135 .

حدیث - 439

امام علی علیه السلام می فرمایند:

مَنْ غَرَسَ فِي نَفْسِهِ مَحَبَّةَ أَنْوَاعِ الطَّعَامِ، اجْتَنَى ثِمَارَ فُنُونِ الْأَسْقَامِ ؛

هر کس در دل خود، نهال علاقه به غذاهای گوناگون را بکارد، محصول
بیماری‌های گوناگون از آن می‌چیند.
غررالحکم، ح 9219 .

حدیث - 440

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند :
هر غذایی که بر آن نام خدا برده نشود، درد است و هیچ برکتی در آن نیست
و کفاره نبردن نام خدا این است که چنانچه سفره پهن است، نام خدا را ببری و
به خوردن غذا ادامه دهی.
تاریخ دمشق، ج 60، ص 325 .

حدیث - 441

امام رضا علیه السلام می‌فرمایند:
خداوند تبارک و تعالی هیچ خوردنی و نوشیدنی را حلال نکرده است مگر
آن‌که در آن سود و صلاحی بوده و هیچ خوردنی و نوشیدنی را حرام ننموده،
مگر آن‌که در آن زیان و نابودی و فسادی بوده است، پس هر چیز سودمندی
نیرو بخش جسم، که باعث تقویت بدن است حلال شده است و هر چیزی که
قوای جسمانی را از بین ببرد و یا موجب مرگ شود حرام است.
مستدرک الوسائل، ج 16، ص 333، ح 2 .

حدیث - 442

امام علی علیه السلام می فرمایند :

أَكُلُ السَّفَرَجَلَ قُوَّةً لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ وَهُوَ يُطَيِّبُ الْمِعْدَةَ وَ يُذَكِّي الْفُؤَادَ وَ يُشَجِّعُ
الْجَبَانَ وَ يُحَسِّنُ الْوَلَدَ؛

خوردن به، قلب ضعیف را قوی، معده را پاک، ترسو را شجاع و فرزند را زیبا
می کند.

تحف العقول، ص 101.

حدیث - 443

امام علی علیه السلام :

كُلُوا التُّفَّاحَ فَإِنَّهُ يَدْبَغُ الْمِعْدَةَ؛

سیب بخورید، چرا که معده را پاک می کند.

کافی، ج 6، ص 357، ح 11.

حدیث - 444

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند :

مَنْ أَحَبَّ أَنْ يُحِبَّهُ اللَّهُ وَ رَسُولُهُ فَلْيَأْكُلْ مَعَ ضَيْفِهِ؛

هر کس دوست دارد که خدا و رسولش او را دوست داشته باشند، با میهمان
خود غذا بخورد.

تنبيه الخواطر، ج 2، ص 116 .

حدیث - 445

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :
طَعَامُ السَّخِيِّ دَوَاءٌ وَ طَعَامُ الشَّحِيحِ دَاءٌ؛
غذای سخاوتمند، داروست و غذای بخیل، درد.
بحارالأنوار، ج 71، ص 357، ح 22.

حدیث - 446

امام رضا علیه السلام می فرمایند :
السَّخِيُّ يَأْكُلُ مِنْ طَعَامِ النَّاسِ لِيَأْكُلُوا مِنْ طَعَامِهِ ، وَ الْبَخِيلُ لَا يَأْكُلُ مِنْ طَعَامِ
النَّاسِ لِيَلَّا يَأْكُلُوا مِنْ طَعَامِهِ؛
سخاوتمند، از غذای مردم می خورد، تا مردم از غذای او بخورند، اما بخیل از
غذای مردم نمی خورد تا آنها نیز از غذای او نخورند.
عیون اخبار الرضا، ج 1، ص 15، ح 26.

حدیث - 447

امام رضا علیه السلام می فرمایند :
شُرْبُ الْمَاءِ الْبَارِدِ عَقِيبَ الشَّيْءِ الْحَارِّ وَ عَقِيبَ الْحَلَاوَةِ يَذْهَبُ بِالْأَسْنَانِ... وَ مَنْ
أَرَادَ أَلَّا يَفْسُدَ أَسْنَانُهُ فَلَا يَأْكُلْ حُلُوا إِلَّا بَعْدَ كَسْرَةِ خُبْزٍ؛

خوردن آب سرد بعد از چیزهای گرم و شیرینی، دندان‌ها را از بین می‌برد ...
 هر کس می‌خواهد دندان‌هایش فاسد نشود، شیرینی نخورد، مگر پس از خوردن
 لقمه‌ای نان.

بحارالأنوار، ج 62، ص 321، ح 325.

حدیث - 448

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند:

نِعْمَ الطَّعَامُ الزَّيْتُ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَيُصْفِي اللَّوْنَ وَيَشُدُّ الْعَصَبَ
 وَيَذْهَبُ بِالْوَصَبِ وَيُطْفِئُ الْغَضَبَ؛

زیتون غذای خوبی است، دهان را خوشبو می‌کند، بلغم را از بین می‌برد،
 رنگ پوست را صفا می‌بخشد، اعصاب را محکم می‌کند، مرض را می‌برد و خشم
 را خاموش می‌کند.

مکارم الاخلاق، ص 190.

حدیث - 449

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند:

الْخِلَالُ بَعْدَ الطَّعَامِ، يَشُدُّ اللَّثَاتِ وَيَجْلِبُ الرِّزْقَ وَ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ؛

خلال کردن بعد از غذا، لثه‌ها را محکم، روزی را زیاد و دهان را خوشبو
 می‌کند.

احقاق الحق، ج 12، ص 283.

حدیث - 450

امام صادق علیه السلام می فرمایند :
... وَالسَّعْتُ وَالْمِلْحُ ... يُطَيِّبَانِ النَّكْهَةَ؛
آویش و نمک، دهان را خوشبو می کنند.
مکارم الاخلاق، ج 1، ص 416، ح 1410.

حدیث - 451

امام صادق علیه السلام می فرمایند :
كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَفْطَرَ بَدَأَ بِحُلُوءٍ يُفْطِرُ عَلَيْهَا، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ فُسْكْرَةً أَوْ
تَمَرَاتٍ، فَإِذَا أَعْوَزَ ذَلِكَ كُلَّهُ فَمَاءٍ فَاتِرٍ وَكَانَ يَقُولُ: يُنْقَى الْمَعِدَّةَ وَالْكَبِدَ وَيُطَيِّبُ
النَّكْهَةَ وَالْفَمَ وَيُقَوِّي الْأَضْرَاسَ...؛
پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ با حلوا افطار می کردند و اگر حلوا نبود، با چیز شیرین
دیگر و یا چند دانه خرما و اگر نبود، با آب گرم و می فرمودند: آب گرم معده و
جگر را پاک، دهان را خوشبو و دندان ها را تقویت میکند.
کافی، ج 4، ص 152، ح 4.

حدیث - 452

امام صادق علیه السلام می فرمایند :
مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّبَنِ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنْ
أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ وَيُقَوِّي جِسْمَهُ وَيَشْدُ لِسَتَهُ؛

هر کس به ضعفی در قلب یا بدن خویش گرفتار شد، باید گوشت گوسفند با شیر بخورد، چرا که این خوراک، هر درد و بلایی را از اندام وی بیرون می‌برد و تن او را تقویت و لته‌اش را محکم می‌کند.

محاسن، ج 2، ص 259، ح 1819.

حدیث - 453

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند:

مَا أَدْرَتْ عَلَيْهِ لِسَانُكَ فَأَخْرَجْتَهُ فَأَبْلَعَهُ وَمَا أَخْرَجْتَهُ بِالْخَلَالِ فَأَرْمِ بِهِ؛

بعد از غذا زبان را دور دهان بگردان، هرچه با زبان درآمد فرو ببر، و آنچه را با خلال بیرون آوردی از دهان بیرون افکن.

مکارم الأخلاق، ص 152.

حدیث - 454

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرمایند:

نِعْمَ الطَّعَامُ الزَّيْبُ... وَ يُطَيِّبُ النِّكَهَةَ؛

چه خوب خوراکی است مویز؛ ... و دهان را خوشبو می‌کند.

اختصاص، ص 124.

حدیث - 455

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرمایند:

زَيْنُوا مَوَائِدَكُمْ بِالْبَقْلِ؛ فَإِنَّهَا مَطْرَدَةٌ لِلشَّيَاطِينِ مَعَ التَّسْمِيَةِ؛

سفره‌هایتان را با سبزی، زینت دهید؛ زیرا سبزی با بسم الله الرحمن الرحیم، شیطان را طرد می‌کند.

مکارم الأخلاق، ص 176.

حدیث - 456

پیامبر اکرم ﷺ :

الْجَمَاعَةُ بَرَكَةٌ وَالسَّحُورُ بَرَكَةٌ وَإِطْعَامُ مِنَ اللَّيْلِ بَرَكَةٌ. تَسَحَّرُوا تَزِدُّوا قُوَّةً، تَسَحَّرُوا تُصِيبُوا السُّنَّةَ، تَسَحَّرُوا وَلَوْ بِجُرْعَةٍ مِنْ مَاءٍ؛

جماعت، غذای سحر و غذا دادن در شب، برکت است. سحری بخورید تا نیرویتان زیاد شود. سحری بخورید تا به سنت عمل کرده باشید؛ سحری بخورید هر چند یک جرعه آب باشد.

(تیسیر المطالب، ص 282.)

حدیث - 457

پیامبر اکرم ﷺ :

إِذَا وُضِعَتِ الْمَائِدَةُ حَفَّتْهَا أَرْبَعَةُ آلَافِ مَلَكٍ، فَإِذَا قَالَ الْعَبْدُ: بِسْمِ اللَّهِ قَالَتِ الْمَلَائِكَةُ: بَارَكَ اللَّهُ عَلَيْكُمْ فِي طَعَامِكُمْ ثُمَّ يَقُولُونَ لِلشَّيْطَانِ أَخْرِجْ يَا فَاسِقُ، لَا سُلْطَانَ لَكَ عَلَيْهِمْ؛

هرگاه سفره پهن می‌شود، چهار هزار فرشته در اطراف آن گرد می‌آیند. چون بنده بگوید: بسم الله فرشتگان می‌گویند: خداوند، به غذایتان برکت دهد! سپس به شیطان می‌گویند: ای فاسق! بیرون شو. تو بر آنان، راه تسلط نداری.

کافی، ج 6، ص 292

حدیث - 458

پیامبر اکرم ﷺ :

كُلُوا جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا فَإِنَّ الْبِرَّكَ مَعَ الْجَمَاعَةِ؛

با هم غذا بخورید و پراکنده نباشید، که برکت با جماعت است.

بحارالأنوار، ج 66، ص 349

حدیث - 459

امام علی علیه السلام می فرمایند:

پر خوری که انسان را به رنج اندازد از زیرکی و دریافت نیز او را باز دارد.

(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 460

امام علی علیه السلام می فرمایند:

کسی که زیاد کند سیری خود را پر خوری و امتلاء او را به رنج اندازد.

(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 461

امام علی علیه السلام می فرمایند:

چگونه پاک و صاف گردد فکر و اندیشه کسی که سیری و پرخوری را ادامه می دهد.

(غررالحکم ، باب پرخوری)

حدیث - 462

امام علی علیه السلام می فرمایند:

کم است کسی که غذای بسیار خورد و بیمار نگردد.

(غررالحکم ، باب پرخوری)

حدیث - 463

امام علی علیه السلام می فرمایند:

هنگامی که شکم از مال مباح پر شد، دل از رسیدن به صلاح کور گردد.

(وای به حال مال حرام)

(غررالحکم ، باب پرخوری)

حدیث - 464

امام علی علیه السلام می فرمایند:

برای پارسایی ، سیری بد قرین و همراهی است.

(غررالحکم، باب پرخوری)

حدیث - 465

امام علی علیه السلام می فرمایند:

بپرهیز از ادامه پر خوری که به راستی این کار دردها را بر انگیزد و بیماریها را تحریک کند.

(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 466

امام علی علیه السلام می فرمایند:

بپرهیز از پر خوری که هر کس بدان دچار شد در دهانش بسیار و خواب هایش آشفته و پریشان گردد.

(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 467

امام علی علیه السلام می فرمایند:

سیر غذا خوردن، گردن فرازی و تبختر به بار آرد و پارسایی را تباه سازد.

(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 468

امام علی علیه السلام می فرمایند:

ادامه پر خوری انواع دردها را به جای بگذارد.
(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 469

امام علی علیه السلام می فرمایند:
سیر غذا خوردن ، بیماریها را زیاد کند.
(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 470

امام علی علیه السلام می فرمایند:
پر خوری ، پرده و حجاب زیرکی گردد.
(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 471

امام علی علیه السلام می فرمایند:
پر خوری حکمت و فرزانی را تباه سازد.
(غررالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 472

حضرت محمد صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند:

یکی از اقسام اسراف این است که هر چه می خواهی بخوری.
(نهج الفصاحه ، ح 918)

حدیث - 473

امام علی علیه السلام می فرمایند:
ترنج را پیش از غذا و پس از آن بخورید که خاندان محمد صلی الله علیه و آله این کار را
انجام می دادند.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 474

امام علی علیه السلام می فرمایند:
کسی که خوراکش زیاد باشد تندرستی او اندک، و هزینه زندگی بر او سنگین
خواهد بود.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 475

امام علی علیه السلام می فرمایند:
پر خوری و خواب زیاد، بدن را تباه کند و زیان به بار آورد.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 476

امام علی علیه السلام می فرمایند:

پرخوری از حرص پیدا شود و حرص بدترین عیبهاست.

غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 477

امام علی علیه السلام می فرمایند:

بر شما باد به میانه روی در خوراکی ها که این کار از اسراف دورتر، و برای

تندرستی بهتر و برای انجام عبادت کمک کار بهتری است.

غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 478

امام علی علیه السلام می فرمایند:

کسی که در خوردن به اندک اکتفا کند تندرستی او بسیار و اندیشه اش

شایسته باشد.

غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 479

امام علی علیه السلام می فرمایند:

کسی که غذایش کم شد، هزینه زندگی برایش سبک خواهد شد.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 480

امام علی علیه السلام می فرمایند:
کسی که خوراکش کم باشد دردهایش کم است.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 481

امام علی علیه السلام می فرمایند:
کم خوری از بسیاری از بیماری های تن جلوگیری کند.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 482

امام علی علیه السلام می فرمایند:
خوراکت را کم کن تا بیماری را کم کنی.
غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 483

امام علی علیه السلام می فرمایند:

برای ورع و پارسایی گرسنه ماندن کمک کار خوبی است.
غررالحکم ، باب گرسنگی

حدیث - 484

امام علی علیه السلام می فرمایند:
گرسنه ماندن کمک کار خوبی برای مبارزه با سرمست شدن و شکستن
عادت‌های ناپسند است.
غررالحکم ، باب گرسنگی

حدیث - 485

امام علی علیه السلام می فرمایند:
گرسنگی را نان خورش خود قرار ده ، و خود را به قناعت مؤدّب.
غررالحکم ، باب گرسنگی

حدیث - 486

امام علی علیه السلام می فرمایند:
گرسنگی بهتر از فروتنی (در برابر ثروتمندان و مال اندوزان برای لقمه نانی)
است.
غررالحکم ، باب گرسنگی

حدیث - 487

امام علی علیه السلام می فرمایند:
گرسنه ماندن (و خود را گرسنه نگاه داشتن) بهترین دارو (برای بسیاری از
بیماری ها) است.
غرالحکم ، باب گرسنگی

حدیث - 488

امام علی علیه السلام می فرمایند:
مؤمن غذای سیر نمی خورد در صورتی که برادرش گرسنه باشد.
غرالحکم و دررالکلم ، باب مؤمن

حدیث - 489

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند :
لَيْسَ لِلصَّبِيِّ لَبَنٌ خَيْرٌ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ ؛
برای کودک ، هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست .
عیون اخبار الرضا ، ج 1، ص 38، ح 69 .

حدیث - 490

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :
أَدَّبُوا أَوْلَادَكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِهِمْ. قِيلَ: وَكَيْفَ ذَلِكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ فَقَالَ:
بِإِطْعَامِهِمُ الْحَلَالَ؛
فرزندانتان را در رحم مادرانشان تربیت کنید. سؤال شد: این چطور ممکن
است، ای رسول خدا؟ فرمودند: با خوراندن غذای حلال (به مادرانشان)
جُنگ مهدوی، ص 132.

حدیث - 491

حضرت علی علیه السلام می فرمایند:
قَوِّتِ الْأَجْسَادَ الطَّعَامُ وَقَوِّتِ الْأَرْوَاحَ الْإِطْعَامُ؛
غذای جسم، خوردن و غذای روح، خوراندن است.
مشكاة الأنوار، ص 561

حدیث - 492

حضرت علی علیه السلام فرمودند:
نِعِمَّ الْعَوْنُ عَلَى أَسْرِ النَّفْسِ وَكَسْرِ عَادَتِهَا التَّجَوُّعُ؛
گرسنگی، چه خوب یابوری برای اسیر کردن نفس (تربیت نفس) و شکستن
عادت آن است!
غرر الحکم: ح 9944

حدیث - 493

پیامبر ﷺ فرمودند:

نَحْنُ قَوْمٌ لَا نَأْكُلُ حَتَّى نَجُوعَ وَإِذَا أَكَلْنَا لَا نَشْبَعُ؛

ما قومی هستیم که تا گرسنه نشویم غذا نمی خوریم و تا سیر نشده ایم دست از غذا می کشیم.

(سنن النبی، ص 226)

حدیث - 494

امام علی علیه السلام فرمودند:

مَنْ غَرَسَ فِي نَفْسِهِ مَحَبَّةَ أَنْوَاعِ الطَّعَامِ، اجْتَنَى ثِمَارَ فَنُونِ الْأَسْقَامِ؛

هر کس در دل خود، نهال علاقه به غذاهای گوناگون را بکارد، محصول بیماری های گوناگون از آن می چیند.

(غررالحکم، ح 9219)

حدیث - 495

الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مِعَاءٍ وَاحِدَةٍ وَالْمُنَافِقُ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ؛

مؤمن کم خوراک است و منافق پرخور.

(وسائل الشیعه، ج 24، ص 240)

حدیث - 496

پیامبر اعظم ﷺ فرمودند:

كُلُوا جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا فَإِنَّ الْبِرَّكَ مَعَ الْجَمَاعَةِ

با هم غذا بخورید و پراکنده نباشید، که برکت با جماعت است.

(بحار الأنوار، ج 66، ص 349)

حدیث - 497

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

نرمة سر استخوان های پرندگان را نخورید؛ چرا که سیل می آورد.

(کنز العمال، ج 15، ص 264)

حدیث - 498

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

بر شما باد گوشت؛ چرا که گوشت می رویاند. هر کس بر او چهل صبح

بگذرد و گوشت نخورد، بدخوی می شود. هر کس بدخوی شد، به او گوشت

بخورانید. هر کس چربی آن را بخورد، آن چربی برای او بیماری فرود می آورد.

(بحار الانوار، ج 66، ص 67، ح 43)

حدیث - 499

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

هر کس چهل روز گوشت نخورد، بدخوی می شود. گوشت بخورید؛ چرا که بر
شنوایی تان می افزاید.

الفردوس، ج 3، ص 627، ح 5960

حدیث - 500

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

هر کس چهل روز پیوسته گوشت بخورد، سنگ دل می شود.
(بحار الانوار، 62، ص 294)

حدیث - 501

امام علی ؑ می فرمایند:

دوست داشتنی ترین عضو گوسفند برای پیامبر ﷺ، سر دست بود.

التاریخ الكبير، ج 6، ص 391

حدیث - 502

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند:
از پرخوری دوری کنید که مایه ی سنگدلی، تبلی نسبت به نماز و تباهی و
بیماری بدن است.
غرالحکم، ح 2742.

حدیث - 503

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند:
هر کس خوراکش اندک باشد، اندیشه اش زلال است.
غرالحکم، ح 8462.

حدیث - 504

حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند:
با خوردن و آشامیدن زیاد دلها را نمیرانید؛ زیرا همان گونه که زراعت بر اثر
آب زیاد از بین می رود، دلها نیز بر اثر پرخوری می میرد.
تنبيه الخواطر، ج 1، ص 46.

حدیث - 505

حضرت امام صادق علیه السلام می فرمایند:

برای قلب مؤمن چیزی زیانبارتر از پرخوری نیست، پرخوری موجب دو

چیز می شود:

1- سنگدلی

2- تحریک شهوت

مستدرک الوسایل، ج 12، ص 94.

حدیث - 506

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند:

کم خوری نشانه ی پاکدامنی است و پرخوری نشانه ی اسراف و زیاده روی.

مستدرک الوسایل، ج 16، ص 213.

حدیث - 507

رسول اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

آن که غذا کم خورد، معده اش سالم ماند و صفای دل یابد و هر که پرخور

باشد، معده اش بیمار و قلبش سخت شود.

تنبيه الخواطر، ج 1، ص 46.

حدیث - 508

حضرت امام صادق علیه السلام می فرمایند:
خداوند از پرخوری و بیکاری زیاد نفرت دارد.
بحارالانوار، ج 76، ص 180.

حدیث - 509

حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:
سه کس نزد خدا از همه منفورترند: کسی که روز زیاد می خوابد در حالی که
شب اصلا نمازی نخوانده است و کسی که زیاد می خورد و هنگام غذا خوردن
نام و حمد خدا نمی گوید و کسی که بی دلیل می خندد.
کنز العمال، ص 2143.

حدیث - 510

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند:
از پرخوری دوری کنید که مایه ی سنگدلی، تنبلی نسبت به نماز و تباهی و
بیماری بدن است.
غررالحکم، ح 2742.

حدیث - 511

حضرت رسول اکرم ﷺ می فرمایند:
آن که غذا کم خورد، معده اش سالم ماند و صفای دل یابد و هر که پرخور
باشد، معده اش بیمار و قلبش سخت شود.
تنبيه الخواطر، ج 1، ص 46.

حدیث - 512

امام علی علیه السلام می فرمایند:
کم خوری نشانه ی پاکدامنی است و پرخوری نشانه ی اسراف و زیاده روی.
مستدرک الوسایل، ج 16، ص 213.

حدیث - 513

امام باقر علیه السلام می فرمایند:
هر کسی، هنگامی که شکمش انباشته است، دورترین فرد از خداست.
مستدرک الوسایل، ج 16، ص 209.

حدیث - 514

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

برای قلب مؤمن چیزی زیانبارتر از پرخوری نیست، پرخوری موجب دو

چیز می شود:

1- سنگدلی

2- تحریک شهوت

مستدرک الوسایل، ج 12، ص 94.

حدیث - 515

امام کاظم علیه السلام می فرمایند:

اگر مردم در خوردن اعتدال می روزیدند، بدنهای شان سالم می ماند.

وسایل الشیعه، ج 16، ص 406.

حدیث - 516

حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

با خوردن و آشامیدن زیاد دلها را نمیرانید؛ زیرا همان گونه که زراعت بر اثر

آب زیاد از بین می رود، دلها نیز بر اثر پرخوری می میرد.

تنبيه الخواطر، ج 1، ص 46.

حدیث - 517

حضرت امام علی علیه السلام می فرمایند:
هر گاه خداوند بخواهد بنده ی خود را اصلاح گرداند، سه چیز نصیب او کند،
کم گویی، کم خوری و کم خوابی.
مستدرک الوسائل، ج 16، ص 213.

حدیث - 518

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند:
لَتَكُنْ لَكَ فِي كُلِّ شَيْءٍ نِيَّةٌ صَالِحَةٌ حَتَّى النَّوْمِ وَالْأَكْلِ؛
در هر چیز باید نیتی نیک داشته باشی، حتی در خوردن و خواب.
مکارم الاخلاق، ج 2، ص 370.

حدیث - 519

امام صادق علیه السلام :
الرَّضَاعُ وَاحِدٌ وَعِشْرُونَ شَهْرًا، فَمَا تَقْصَ فَهُوَ جَوْرٌ عَلَى الصَّبِيِّ؛
شیرخواری ، 21 ماه است . پس هر چه کم شود ، ظلم بر کودک است .
کافی ، ج 6، ص 40، ح 3 .

حدیث - 520

پیامبر اکرم ﷺ :

لَيْسَ لِلصَّبِيِّ لَبَنٌ خَيْرٌ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ ؛

برای کودک ، هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست .

عیون اخبار الرضا ، ج 1، ص 38، ح 69 .

حدیث - 521

پیامبر اکرم ﷺ :

أَطْعِمُوا الْمَرْأَةَ فِي شَهْرِهَا الَّذِي تَلِدُ فِيهِ التَّمْرَ فَإِنَّ وَلَدَهَا يَكُونُ حَلِيمًا نَقِيًّا ؛

به زن، در ماهی که زایمان کرده ، خرما بدهید، چرا که فرزند او بردبار و پاک

می شود .

مکارم الأخلاق ، ص 169 .

حدیث - 522

حضرت امام صادق علیه السلام می فرمایند:

خداوند از پر خوری و بیکاری زیاد نفرت دارد.

بحار الانوار، ج 76، ص 180.

حدیث - 523

حضرت رسول اکرم ﷺ می فرمایند:

سه کس نزد خدا از همه منفورترند: کسی که روز زیاد می خوابد در حالی که شب اصلاً نمازی نخوانده است و کسی که زیاد می خورد و هنگام غذا خوردن نام و حمد خدا نمی گوید و کسی که بی دلیل می خندد.
کنز العمال، ح 2143.

حدیث - 524

پیامبر ﷺ :

لَا تَدْعُوا الْعِشَاءَ وَلَوْ عَلَى حَشْفَةٍ إِنِّي أَخْشَى عَلَى أُمَّتِي مِنْ تَرْكِ الْعِشَاءِ الْهَرَمَ
فَإِنَّ الْعِشَاءَ قُوَّةُ الشَّيْخِ وَالشَّابِّ؛

شام را ترک نکنید، هر چند به خوردن دانه خرما خشکیده‌ای باشد. من بر
امّتم از این بیم دارم که با ترک خوردن شام، پیری و شکستگی به سراغشان آید؛
چرا که خوردن شام، مایه نیرومندی پیر و جوان است.
محاسن، ج 2، ص 421، ح 202.

حدیث - 525

مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَ لَا بَقَاءَ: فَلْيُبَاكِِرِ الْغَدَاءَ وَلْيُجَوِّدِ الْحِذَاءَ وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ وَلْيُقِلِّ مُجَامَعَةَ النِّسَاءِ. قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا خِفَّةُ الرِّدَاءِ؟ قَالَ: قِلَّةُ الدِّينِ؛

هر کس ماندگاری می‌خواهد و البته ماندگاری [ابدی] وجود ندارد باید صبحانه را زودتر بخورد، کفش مناسب بپوشد، ردای (بالاپوش) خود را سبک کند و کمتر با زنان بیامیزد. پرسیدند: ای پیامبر خدا! سبک بودن ردا به چیست؟ فرمودند: به کم بودن بدهی.

من لا يحضره الفقيه ، ج 3، ص 555، ح 4902 .

حدیث - 526

رسول اکرم ﷺ فرمودند:

إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فِيحْمَدُهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرِبَ الشَّرْبَةَ فِيحْمَدُهُ عَلَيْهَا؛

خداوند از بنده ای که پس از خوردن لقمه غذا و یا آشامیدن جرعه ای او را سپاس می گوید، خشنود می گردد.

نهج الفصاحه ح 791

بهداشت و سلامت

حدیث - 1

الإمام الصادق عليه السلام :

إِنَّ الْجَنَّةَ وَالْحُورَ لَتَشْتَاقُ إِلَى مَنْ يَكْسَحُ الْمَسَاجِدَ وَيَأْخُذُ مِنْهَا الْقَذَى .

امام صادق عليه السلام :

بهشت و حوریان ، مشتاق کسی هستند که مسجدها را جارو و غبارروبی کند

بحار الأنوار : ج 83 ص 382 ح 52 .

حدیث - 2

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ قَمَّ مَسْجِدًا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ عِتْقَ رَقَبَةٍ ، وَمَنْ أَخْرَجَ مِنْهُ مَا يُقْذَى عَيْنَا كَتَبَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ لَهُ كِفْلَيْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ .

هر کس مسجدی را جارو کند ، خداوند برای او ، ثواب آزاد کردن بنده‌ای را می‌نویسد ، و هر کس از مسجد به اندازه خاشاکی که به چشم می‌رود ، بیرون ببرد ، خدای عز و جل ، وی را از رحمتش دوچندان برخوردار می‌گرداند .

بحار الأنوار : ج 83 ص 383 ح 56 .

حدیث - 3

رسول الله ﷺ :

مَنْ كَنَّسَ الْمَسْجِدَ يَوْمَ الْخَمِيسِ وَلَيْلَةَ الْجُمُعَةِ ، فَأَخْرَجَ مِنْهُ مِنَ التُّرَابِ مَا يُذَرُّ فِي الْعَيْنِ ، غَفَرَ اللَّهُ لَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در روز پنجشنبه و شب جمعه ، مسجد را نظافت کند و گرد و خاکی را که در چشم می‌رود ، بریزد ، خداوند او را می‌آمرزد .
بحار الأنوار : ج 83 ص 385 ح 61 .

حدیث - 4

رسول الله ﷺ :

لَأَنْسَ: أَلَا أَعَلِّمُكُمْ دُعَاءَ تَدْعُو بِهِ كُلَّمَا صَلَّيْتَ الْغَدَاةَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ دَفَعَ اللَّهُ عَنْكَ الْجُذَامَ وَالْبَرَصَ وَالْفَالِجَ وَالْعَمَى فِي الدُّنْيَا؟ قُلْ :
«اللَّهُمَّ اهْدِنِي مِنْ عِنْدِكَ ، وَأَفِضْ عَلَيَّ مِنْ فَضْلِكَ ، وَأَسْبِغْ عَلَيَّ مِنْ رَحْمَتِكَ ، وَأَنْزِلْ عَلَيَّ مِنْ بَرَكَاتِكَ» .

پیامبر خدا ﷺ :

خطاب به انس : آیا نمی‌خواهی دعایی به تو بیاموزم که هر گاه نماز صبح گزاردی ، آن را سه بار بگویی تا خداوند ، جذام ، پیسی ، سست‌اندami و کوری را از تو دور کند؟ بگو: «خداوندا! از پیشگاه خویش، مرا راه نمای ، از فضل

خود ، بر من فرو بار ، از رحمت خویش ، نعمتی سرشارم ده ، و از برکات خود ، بر من نازل فرمای .».

کنز العمال ، جلد 2 ، صفحه 145 ، حدیث - 3520 نقلاً عن أبي الشيخ في الثواب عن أنس دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 274

حدیث - 5

الإمام الرضا عليه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَشْتَكَى أُذُنَهُ ، فَلْيَجْعَلْ فِيهَا عِنْدَ النَّوْمِ قُطْنَةً .

امام رضا عليه السلام :

هر کس می خواهد گوش هایش درد نگیرد ، به هنگام خواب در آنها پنبه بگذارد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /

318

حدیث - 6

رسول الله ﷺ :

إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى ... جَعَلَ الْمَرَارَةَ فِي الْأُذُنَيْنِ حِجَابًا مِنَ الدِّمَاغِ ، فَلَيْسَ مِنْ دَابَّةٍ تَقَعُ فِيهِ إِلَّا التَّمَسَّتِ الْخُرُوجَ ؛ وَلَوْلَا ذَلِكَ لَوَصَلَتْ إِلَى الدِّمَاغِ .

پیامبر خدا ﷺ :

خداوند تبارک و تعالی ... تلخی را در دو گوش ، مانعی برای حفاظت مغز ، قرار داد . هیچ جنبه‌ای نیست که در آن بیفتد ، مگر این که راه خروج را می‌جوید ؛ اما اگر این نبود ، آن جنبنده به مغز می‌رسید .

بحار الأنوار ، جلد 2 ، صفحه 286 ، حدیث - 3 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 316

حدیث - 7

الإمام علیّ عليه السلام :

اِخْتِنُوا أَوْلَادَكُمْ يَوْمَ السَّابِعِ لَا يَمْنَعُكُمْ حَرٌّ وَلَا بَرْدٌ ؛ فَإِنَّهُ طَهُورٌ لِلْجَسَدِ ، وَإِنَّ الْأَرْضَ لَتَضِجُ إِلَى اللَّهِ مِنْ بَوْلِ الْأَغْلَفِ .

امام علی علیهما السلام :

فرزندانتان را در روز هفتم [تولد] ختنه کنید . نه گرما ، شما را از آن ، باز دارد ، نه سرما ؛ چرا که این کار ، مایه پاک‌ی تن است و زمین از پیشاب ختنه‌ناشدگان به درگاه خداوند می‌نالد .

بحار الأنوار ، جلد 104 ، صفحه 110 ، حدیث - 16 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 590

حدیث - 8

الإمام کاظم علیه السلام :

الْحَمَّامُ يَوْمٌ وَيَوْمٌ لَا ، يُكْثِرُ اللَّحْمَ ، وَإِدْمَانُهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ يُذِيبُ شَحْمَ الْكُلَيْتَيْنِ .

امام کاظم علیه السلام :

حمام رفتن یک روز در میان ، گوشت بدن را می افزاید ؛ اما عادت به آن در هر روز ، پیه کلیه ها را آب می کند .

بحار الأنوار ، ج 76 ، ص 78 ، ح 21. دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /

588

حدیث - 9

الإمام الصادق علیه السلام :

لَا تَتَكَّ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُذِيبُ شَحْمَ الْكُلَيْتَيْنِ .

امام صادق علیه السلام :

در حمام [به دیوار] تکیه مزن ؛ چرا که پیه کلیه ها را آب می کند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 501 ، حدیث - 24 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

1 / 588 ممکن است این اثر ، مربوط به حمام های آن دوران باشد .

حدیث - 10

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَشْتَكَى مَثَانَتَهُ ، فَلَا يَحْبِسِ الْبَوْلَ وَلَوْ عَلَى ظَهْرِ دَابَّتِهِ .

هر کس می‌خواهد مثانه‌اش به عارضه‌ای گرفتار نشود ، پیشاب خود را نگه ندارد ، حتّی اگر که بر پشت مرکب خویش نشسته باشد .
 طبّ الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 35 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 323
 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 586

حدیث - 11

الإمام الصادق علیه السلام
 وَسُئِلَ عَنْ عَلَّةٍ حَلَقَ رَأْسَ الْمَوْلُودِ: تَطْهِيرُهُ مِنْ شَعْرِ الرَّحِمِ .
 امام صادق علیه السلام در پاسخ به پرسشی درباره دلیل تراشیدن سرِ نوزاد برای پاک کردن او از موهایی که در زهدان بر وی روییده است .
 بحار الأنوار ، جلد 104 ، صفحه 112 ، حدیث - 25 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 678

حدیث - 12

رسول الله صلی الله علیه و آله لِعَلِيٍّ علیه السلام : يَا عَلِيُّ ، ثَلَاثَةٌ يَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ وَيُذْهِبْنَ الْبَلْغَمَ :
 اللَّبَانُ ، وَالسَّوَاكُ ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ .
 پیامبر خدا صلی الله علیه و آله خطاب به امام علی علیه السلام فرمودند: ای علی ! سه چیز بر حافظه می‌افزاید و بلغم را می‌برد : کُندُر ، مسواک و قرائت قرآن .
 بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 443 ، حدیث - 3 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 452

حدیث - 13

الإمام علیّ عليه السلام :

مَضْغُ اللَّبَانِ يَشُدُّ الْأَضْرَاسَ ، وَيَنْفِي الْبَلْغَمَ ، وَيَذْهَبُ بِرِيحِ الْفَمِ .

امام علی عليه السلام :

جویدن کُنْدُر ، دندان‌ها را استحکام می‌دهد ، بلغم را می‌راند و بوی [بد] دهان را می‌برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 443 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 386

حدیث - 14

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

كُلُوا الزَّيْتَ ؛ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ ، وَاتَّذِمُوا بِهِ وَادَّهِنُوا بِهِ ؛ فَإِنَّهُ يَخْرُجُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

روغن زیتون بخورید ؛ چرا که خجسته است . از آن ، خورش بسازید و از روغن آن بر خویش بمالید ؛ چرا که از درختی خجسته بیرون می‌آید .

کنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 279 ، حدیث - 40984 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 328

حدیث - 15

كُلُوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ ؛ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ .
پیامبر خدا ﷺ :

روغن زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون ، چرب کنید ؛ چرا که آن ، از درختی خجسته است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 331 ، حدیث - 1 عن ابن القدّاح ، مکارم الأخلاق
، جلد 1 ، صفحه 415 ، حدیث - 1408 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 328

حدیث - 16

رسول الله ﷺ :
ادَّهِنُوا بِالْبَنْفَسَجِ ؛ فَإِنَّهُ بَارِدٌ فِي الصَّيْفِ وَحَارٌّ فِي الشِّتَاءِ .
پیامبر خدا ﷺ :

با روغن بنفشه ، بدن خود را چرب کنید ؛ چرا که آن در تابستان ، سرد و در زمستان ، گرم است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 294 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 472

حدیث - 17

الإمام الصادق عليه السلام :
دُهْنُ الْبَنْفَسَجِ يَرْزُقُ الدِّمَاغَ .

امام صادق علیه السلام :

روغن بنفشه ، مغز را نیرو می بخشد.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 223 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 244

حدیث - 18

الإمام الصادق علیه السلام :

نِعْمَ الدُّهْنُ الْبَنْفَسَجُ ! لِيَذْهَبَ بِالدَّاءِ مِنَ الرَّأْسِ وَالْعَيْنَيْنِ ، فَادَّهِنُوا بِهِ .

امام صادق علیه السلام :

چه خوب روغنی است روغن بنفشه! درد را از سر و چشمان می برد. آن را

به خود بمالید.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 222 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 264

حدیث - 19

الإمام الصادق علیه السلام :

فَضْلُ الْبَنْفَسَجِ عَلَى الْأَدْهَانِ كَفَضْلِ الْإِسْلَامِ عَلَى الْأَدْيَانِ . نِعْمَ الدُّهْنُ الْبَنْفَسَجُ ،

لِيَذْهَبَ بِالدَّاءِ مِنَ الرَّأْسِ وَالْعَيْنَيْنِ ، فَادَّهِنُوا بِهِ .

امام صادق علیه السلام :

برتری بنفشه بر دیگر روغن‌ها به سان برتری اسلام بر دیگر ادیان است .
بنفشه ، خوب روغنی است! درد را از سر و چشمان می‌برد . خود را بدان ،
چرب کنید .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 521 ، حديث - 5 ، كنز العمال ، جلد 12 ، صفحه
344 ، حديث - 35329 دانش نامه احاديث پزشکی : 1 / 472

حديث - 20

الإمام الرضا عليه السلام :

إِذَا أَرَدْتَ أَلَّا يَظْهَرَ فِي بَدَنِكَ بَثْرَةٌ وَلَا غَيْرُهَا ، فَابْدَأْ عِنْدَ دُخُولِ الْحَمَّامِ بِدُهْنِ
بَدَنِكَ ، بِدُهْنِ النَّفْسَجِ .

امام رضا عليه السلام :

اگر می‌خواهی که در بدنت جوش و جز آن رخ ننماید ، هنگام در آمدن به
حمام ، چرب کردن بدن خود را به روغن بنفشه ، آغاز کن .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 31 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 322
وفيه « فدهن » بدل « بدهن » دانش نامه احاديث پزشکی : 1 / 474

حديث - 21

الإمام الصادق عليه السلام :

غَسِلُ الرَّأْسِ بِالْخَطْمِيِّ نُشْرَةً .

امام صادق عليه السلام :

شستن سر با خطمی ، مایه شادابی است .

ثواب الأعمال، ص 36، حدیث - 2 عن سفیان بن السمط دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 478

حدیث - 22

الإمام علیّ عليه السلام :
غَسَلُ الرَّأْسِ بِالْخَطْمِيّ يَذْهَبُ بِالذَّرَنِ ، وَيَنْفِي الْأَقْدَاءَ .
امام علی عليه السلام :
شستن سر با خطمی ، چرک را می برد و آلودگی ها را از میان برمی دارد .
بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 87 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 478

حدیث - 23

الإمام الصادق عليه السلام :
اتَّخِذُوا فِي أَسْنَانِكُمُ السُّعْدَ ؛ فَإِنَّهُ يُطَيِّبُ الْفَمَ ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ .
امام صادق عليه السلام :
مُشَكِّكَ بِهِ لَا بَهْلَايَ دَنَانِهَايَ خَوِيشَ دَرِ آوَرِيدِ ؛ چَرَا كِه دِهَانِ رَا خُوشَبُو
می کند و بر توان همبستری می افزاید .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 237 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 638

حدیث - 24

الإمام الكاظم عليه السلام :

غَسَلُ الرَّأْسِ بِالسَّدْرِ يَجْلِبُ الرِّزْقَ جَلْباً .

امام کاظم عليه السلام :

شستن سر با سدر ، روزی آور است .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 87 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 528

حدیث - 25

الإمام الصادق عليه السلام :

الْكُحْلُ يُعَذِّبُ الْفَمَ .

امام صادق عليه السلام :

سرمه کشیدن ، دهان را تر و تازه می کند .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 95 ، حدیث - 11 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 388

حدیث - 26

الإمام الحسين عليه السلام :

قال لي رسول الله ﷺ : يا بُنَيَّ ، نَمِ عَلَى قَفَاكَ يَخْمَصُ بَطْنُكَ ، وَاشْرَبِ الْمَاءَ مَصًّا يَمْرَأَكَ أَكْلُكَ ، وَاکْتَحِلْ وَتَرَا يُضِيئُ لَكَ بَصْرُكَ ، وَادَّهِنْ غَبًّا تَتَشَبَّهُ بِسُنَّةِ نَبِيِّكَ .

امام حسین علیہ السلام :

پیامبر خدا به من فرمودند: «فرزندم! به پشت بخواب تا شکمت کوچک شود ، آب را به مکیدن بنوش تا خوردنت بر تو گوارا آید ، به شمار دفعات فرد ، سرمه بکش تا چشمانت روشن شود و یک روز در میان ، روغن بزن تا به سنت پیامبر خویش ، عمل کرده باشی».

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 591 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 300

حدیث - 27

رسول الله ﷺ :

ثَلَاثٌ يَزِدْنَ فِي قُوَّةِ الْبَصَرِ : الْكُحْلُ بِالْإِثْمِدِ ، وَالنَّظَرُ إِلَى الْخُضْرَةِ ، وَالنَّظَرُ إِلَى الْوَجْهِ الْحَسَنِ .

پیامبر خدا ﷺ :

سه چیز ، قدرت بینایی را افزون می‌کند: سرمه کشیدن به اِثْمِد ، نگرستن به سبزی ، و نگاه کردن به چهره زیبا.

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 51 ، حدیث - 28314 نقلاً عن أبي الحسن
العراقی فی فوائدہ عن بریدۃ دانش نامہ احادیث پزشکی : 1 / 300

حدیث - 28

الإمام الصادق عليه السلام :

مَنْ نَامَ عَلَى إِثْمٍ غَيْرِ مُمَسَّكٍ أَمِنَ مِنَ الْمَاءِ الْأَسْوَدِ أَبَدًا مَا دَامَ يَنَامُ عَلَيْهِ .

امام صادق عليه السلام :

هر کس با سرمه اِثْمِ آمیخته ناشده با مُشک بخوابد ، برای همیشه ، تا زمانی
که بر این حالت می خوابد ، از آب سیاه در امان می ماند.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 494 ، حدیث - 9 عن الحسن بن عاصم دانش
نامہ احادیث پزشکی : 1 / 288

حدیث - 29

الإمام الصادق عليه السلام :

الْإِثْمُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنَبِّتُ الشَّعْرَ ، وَيَذْهَبُ بِالْذَّمْعَةِ .

امام صادق عليه السلام :

سرمه اِثْمِ ، چشم را جلا می دهد ، موی بر می رویاند و اشک ریزش را
می برد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 494 ، حدیث - 7 ، دانش نامہ احادیث پزشکی :

302 / 1

حدیث - 30

أَتَى النَّبِيُّ ﷺ أَعْرَابِيٌّ يُقَالُ لَهُ : قُلَيْبٌ ، رَطَبُ الْعَيْنَيْنِ .
فَقَالَ لَهُ النَّبِيُّ ﷺ : إِنِّي أَرَى عَيْنَيْكَ رَطْبَتَيْنِ يَا قُلَيْبُ ، عَلَيْكَ بِالْإِثْمِ ؛ فَإِنَّهُ
سِرَاجُ الْعَيْنِ .
امام صادق عليه السلام :

عربی بادیه نشین که او را «قلیب» می گفتند و آبریزش چشم داشت ، نزد
پیامبر ﷺ آمد. به او فرمود: «ای قلیب! می بینم چشمانت آبریزش دارد. بر تو
باد سرمه اِثْمِد ، که روشنایی چشم است».
بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 96 ، حدیث - 11 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 302

حدیث - 31

الإمام الباقر عليه السلام :
الْإِكْتِحَالُ بِالْإِثْمِدِ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ ، وَيَشُدُّ أَشْفَارَ الْعَيْنِ .
امام باقر عليه السلام :
سرمه کشیدن به اِثْمِد ، بوی را خوش می سازد و مزه گاه ها را استحکام
می بخشد.
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 494 ، حدیث - 4 عن عبدالله بن الفضل الهاشمي
عن أبيه دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 302

حدیث - 32

رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم :

اَكْتَحِلُوا بِالْإِثْمِدِ الْمُرَوَّحِ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ .

پیامبر خدا ﷺ :

به سرمه اِثْمِدِ خوش بو شده با مُشک ، سرمه بکشید ، که دیده را جلا می دهد

و مو برمی رویاند .

کنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 645 ، حدیث - 17198 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 302

حدیث - 33

رسول الله ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْإِثْمِدِ ؛ فَإِنَّهُ مَنبَتَةٌ لِلشَّعْرِ ، مَذْهَبَةٌ لِلْقَدَى ، مَصْفَاةٌ لِلْبَصَرِ .

پیامبر خدا ﷺ :

بر شما باد سرمه با اِثْمِدِ ؛ چرا که مایه روییدن مو ، از میان رفتن آلودگی و

صفا یافتن دیده است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 151 ، حدیث - 26 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 300

حدیث - 34

الإمام الصادق عليه السلام :

الْحِنَاءُ يَذْهَبُ بِالسَّهَكِ ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الْوَجْهِ ، وَيُطَيِّبُ النَّكْهَةَ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ .

امام صادق عليه السلام :

حنا ، بوی بد عرق را از میان می برد ، بر طراوت صورت می افزاید ، دهان را خوش بو می کند و فرزند را نیکو می سازد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 484 ، حدیث - 5 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

518 / 1

حدیث - 35

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

اِخْتَضِبُوا بِالْحِنَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ ، وَيُطَيِّبُ الرِّيحَ ، وَيُسَكِّنُ الزَّوْجَةَ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

به حنا خضاب بندید ؛ چرا که دیده را جلا می دهد ، مو بر می رویاند ، بو را خوش می سازد و همسر مرد را آرامش می بخشد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 483 ، حدیث - 4 ، 9 دانش نامه احادیث پزشکی

548 / 1 :

حدیث - 36

رسول الله ﷺ :

مَنْ أَطْلَى وَاخْتَضَبَ بِالْحِنَاءِ آمَنَهُ اللَّهُ تَعَالَى مِنْ ثَلَاثٍ خِصَالٍ : الْجُذَامِ ،
وَالْبَرَصِ ، وَالْآكِلَةِ إِلَى طَلْيَةِ مِثْلِهَا .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس حنا بر بدن خود بمالد و با آن خضاب کند ، خداوند ، او را تا
هنگامی که بخواهد دیگر بار خضاب کند ، از سه چیز در امان می دارد : جذام ،
پیشی و خوره .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 90 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 478

حدیث - 37

رسول الله ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِسَيِّدِ الْخِضَابِ الْحِنَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يُطَيِّبُ الْبَشَرَ ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ .

پیامبر خدا ﷺ :

بر شما باد مهتر همه خضاب ها ، حنا ، که پوست را پاکیزه می کند و بر توان
همبستری می افزاید .

کنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 668 ، حدیث - 17316 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 478

حدیث - 38

رسول الله ﷺ :

نَفَقَةُ دِرْهَمٍ فِي الْخِضَابِ أَفْضَلُ مِنْ نَفَقَةِ دِرْهَمٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ، إِنَّ فِيهِ أَرْبَعَ عَشْرَةَ خَصْلَةً : يَطْرُدُ الرِّيحَ مِنَ الْأُذُنَيْنِ ، وَيَجْلُو الْغِشَاءَ عَنِ الْبَصَرِ . . .

پیامبر خدا ﷺ :

خرج کردن یک درهم برای خضاب ، برتر از انفاق یک درهم در راه خداست. این کار ، چهارده فایده دارد: بو را از گوش‌ها دور می‌کند ، پرده [تاریکی] را از برابر دیده کنار می‌زند و آن را جلا می‌دهد...

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 482 ، حدیث - 12 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

306 / 1

حدیث - 39

رسول الله ﷺ :

اِخْتَضِبُوا بِالْحِنَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ ، وَيُطَيِّبُ الرِّيحَ ، وَيُسَكِّنُ الزَّوْجَةَ .

پیامبر خدا ﷺ :

به حنا خضاب بندید؛ چرا که دیده را جلا می‌دهد ، مو بر می‌رویانند ، بو را خوش می‌سازد و همسر مرد را آرامش می‌بخشد.

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 99 ، حدیث - 9 دانش نامه احادیث

پزشکی : 306 / 1

حدیث - 40

رسول الله ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِسَيِّدِ الْخَضَابِ الْحِنَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يُطَيِّبُ الْبَشَرَ ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ .

پیامبر خدا ﷺ :

بر شما باد مهتر همه خضاب‌ها ، حنا ، که پوست را پاکیزه می‌کند و بر توان
همبستری می‌افزاید .

کنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 668 ، حدیث - 17316 ، مکارم الأخلاق ،
جلد 1 ، صفحه 189 ، حدیث - 559 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 478

حدیث - 41

امام صادق علیه السلام :

الْحِنَاءُ عَلَى أَثَرِ النَّورَةِ أَمَانٌ مِنَ الْجُدَامِ وَالْبَرَصِ .

حنا کردن ، در پی نوره کشیدن ، مایه ایمنی از جذام و پیسی است .

کتاب من لا یحضره الفقیه ، جلد 1 ، صفحه 121 ، حدیث - 270 ؛ بحار
الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 89 ، حدیث - 6 ؛ دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /

478

حدیث - 42

الإمام الصادق عليه السلام :

ثَلَاثَةٌ تُعَقَّبُ مَكْرُوهًا : ... وَشُرْبُ الدَّوَاءِ مِنْ غَيْرِ عِلَّةٍ وَإِنْ سَلِمَ مِنْهُ .

امام صادق عليه السلام :

سه چیز ، ناخوشایندی در پی می آورد : ... و نوشیدن دارو بدون بیماری ، هر چند شخص از آن دارو ، جان به در برد .

تحف العقول ، صفحه 321 ، بحار الأنوار ، جلد 78 ، صفحه 234 ، حدیث -

53 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 90

حدیث - 43

امام علی عليه السلام فرمودند:

لَا تُنَالُ الصَّحَّةُ إِلَّا بِالْحِمِيَةِ .

تن درستی ، جز با پرهیز ، به دست نمی آید .

غرر الحکم ، حدیث - 10605 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 26

حدیث - 44

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

الطَّيِّبُ يَشُدُّ الْقَلْبَ .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

بوی خوش ، قلب را تقویت می کند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 510 ، حديث - 6 عن أبي بصير عن الإمام الصادق
عليه السلام : دانش نامه احاديث پزشکی : 108 / 1

حديث - 45

ما طابت رائحة عبدٍ إلا زاد عقله .

پیامبر خدا ﷺ :

هیچ بنده‌ای خوش بو نباشد ، مگر آن که عقلش افزون گردد .

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 165 ، حديث - 593 عن الإمام الصادق
عليه السلام : دانش نامه احاديث پزشکی : 108 / 1

حديث - 46

رسول الله ﷺ :

مَنْ أَكَلَ قَبْلَ أَنْ يَشْرَبَ وَتَسَحَّرَ ، وَ مَسَّ شَيْئًا مِنَ الطَّيِّبِ ؛ قَوِيَ عَلَى الصِّيَامِ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس پیش از نوشیدن چیزی ، غذا بخورد و سحری میل کند و قدری بوی
خوش [بر خود] بمالد ، بر روزه گرفتن ، توان بیشتری یابد .

كنز العمال ، جلد 8 ، صفحه 510 ، حديث - 23882 نقلاً عن شعب الإيمان
عن أنس : دانش نامه احاديث پزشکی : 108 / 1

حدیث - 47

امیر المؤمنین علیؑ :
الطَّيْبُ نُشْرَةٌ .

امام علیؑ :
بوی خوش ، درمانگر است .
نهج البلاغه: حکمت 400

حدیث - 48

الإمام الصادقؑ :
الرَّيْحُ الطَّيِّبَةُ ؛ تَشْدُّ الْعَقْلَ ، وَ تَزِيدُ فِي الْبَاهِ .
امام صادقؑ :

بوی خوش ، عقل را استوار می‌کند و بر توان جنسی می‌افزاید .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 275 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 108

حدیث - 49

الإمام الصادقؑ :
مَنْ تَطَيَّبَ أَوَّلَ النَّهَارِ ؛ لَمْ يَزَلْ عَقْلُهُ مَعَهُ إِلَى اللَّيْلِ .
امام صادقؑ :

هر کس در آغاز روز ، بوی خوش استعمال کند ، تا شب ، عقلش او را
همراهی می‌کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 510 ، حدیث - 7 دانش نامه احادیث پزشکی : 1

110 /

حدیث - 50

الإمام الصادق عليه السلام :

مَنْ تَطَيَّبَ بِطِيبٍ أَوَّلَ النَّهَارِ وَهُوَ صَائِمٌ ؛ لَمْ يَفْقِدْ عَقْلَهُ .

امام صادق عليه السلام :

هر کس در حالی که روزه است ، در آغاز روزه ، خوشبو کننده‌ای به کار ببرد ، عقل خویش را از کف ندهد .

بحار الأنوار ، جلد 96 ، صفحه 290 ، حدیث - 9 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 110

حدیث - 51

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

مِنْ وَصِيَّتِهِ لِعَلِيِّ عليه السلام : يَا عَلِيُّ ، تِسْعَةُ أَشْيَاءَ تَوَرِّثُ النَّسِيَانَ : أَكْلُ التُّفَّاحِ الْحَامِضِ ، وَأَكْلُ الْكُزْبُرَةِ ، وَالْجُبْنِ ، وَسُورِ الْفَأْرَةِ ، وَقِرَاءَةُ كِتَابَةِ الْقُبُورِ ، وَالْمَشْيُ بَيْنَ امْرَأَتَيْنِ ، وَطَرْحُ الْقَمَلَةِ ، وَالْحِجَامَةُ فِي النُّقْرَةِ ، وَالْبَوْلُ فِي الْمَاءِ الرَّائِدِ .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

در سفارش‌های ایشان به علی عليه السلام : ای علی! نه چیز است که فراموشی می‌آورد: خوردن سیب ترش ، خوردن گشنیز ، پنیر و پس‌مانده موش ، خواندن

نوشته‌های روی قبر ، راه رفتن میان دو زن ، افکندن شپش ، حجامت در گودیِ پسِ سر ، و ادرار کردن در آب راکد.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 245 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 254

حدیث - 52

الإمام علیّ عليه السلام :

إِنَّ الْحِجَامَةَ تُصَحِّحُ الْبَدَنَ ، وَتَشْدُّ الْعَقْلَ .

امام علی عليه السلام :

حجامت ، بدن را صحت می‌دهد و عقل را استحکام می‌بخشد.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 114 ، حدیث - 18 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 244

حدیث - 53

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

اِحْتَجِمُوا إِذَا هَاجَ بِكُمْ الدَّمُ ؛ فَإِنَّ الدَّمَ رَبِّمَا تَبِيعَ بِصَاحِبِهِ فَيَقْتُلُهُ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

اگر خون در درونتان به جوش می‌آید ، حجامت کنید ؛ چرا که خون ، گاه ممکن است در درون شخص ، طغیان کند و وی را بکشد .

طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 57 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 120 ، حدیث - 42 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 462

حدیث - 54

رسول الله ﷺ :

إِنَّ الْحِجَامَةَ فِي الرَّأْسِ دَوَاءٌ مِنْ دَاءِ الْجُنُونِ وَالْجُدَامِ وَالْعُشَا وَالْبَرَصِ وَالصُّدَاعِ .

پیامبر خدا ﷺ :

حجامت در سر ، درمانی برای دیوانگی ، جذام ، شبکوری ، پیسی و سردرد است.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 126 ، حدیث - 81 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 266

حدیث - 55

رسول الله ﷺ :

الْحِجَامَةُ تَزِيدُ الْعَقْلَ ، وَتَزِيدُ الْحَافِظَ حِفْظًا .

پیامبر خدا ﷺ :

حجامت ، عقل را افزون می کند و بر قدرت حافظه می افزاید.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 126 ، حدیث - 82 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 244

حدیث - 56

رسول الله ﷺ :

يُكْرَهُ لِلرَّجُلِ أَنْ يَغْشَى الْمَرْأَةَ وَقَدْ احْتَلَمَ ، حَتَّى يَغْتَسِلَ مِنْ احْتِلَامِهِ الَّذِي رَأَى ؛ فَإِنْ فَعَلَ وَخَرَجَ الْوَلَدُ مَجْنُونًا فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

برای مرد ، مکروه است که پس از احتلام ، با زن همبستری کند ، مگر آن که از احتلام پیشین ، غسل کرده باشد ؛ چه ، اگر چنین کند و فرزندش دیوانه زاده شود ، جز خویش را نکوهش نکند .

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 283 ، حدیث - 3

حدیث - 57

رسول الله ﷺ :

مَنْ احْتَجَمَ يَوْمَ الثَّلَاثَاءِ لِسَبْعِ عَشْرَةَ أَوْ تِسْعِ عَشْرَةَ أَوْ لِأَحَدِي وَعِشْرِينَ مِنَ الشَّهْرِ ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ مِنْ أَدْوَاءِ السَّنَةِ كُلِّهَا ، وَكَانَتْ لِمَا سِوَى ذَلِكَ شِفَاءٌ مِنْ وَجَعِ الرَّأْسِ وَالْأُضْرَاسِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَالْبَرَصِ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در روز سه شنبه هفدهم یا نوزدهم یا بیست و یکم ماه ، حجامت کند ، این حجامت برای وی شفای همه دردهای سال خواهد بود و افزون بر آن ، شفای سردرد ، دندان درد ، دیوانگی ، جذام و پیسی نیز خواهد بود .

بحار الأنوار ، جلد 59 ، صفحه 38 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 402

حدیث - 58

رسول الله ﷺ :

شُمُوا التَّرْجِسَ وَلَوْ فِي الْيَوْمِ مَرَّةً ، وَلَوْ فِي الْأُسْبُوعِ مَرَّةً ، وَلَوْ فِي الشَّهْرِ مَرَّةً ،
وَلَوْ فِي السَّنَةِ مَرَّةً ، وَلَوْ فِي الدَّهْرِ مَرَّةً ؛ فَإِنَّ فِي الْقَلْبِ حَبَّةً مِنَ الْجُنُونِ وَالْجُذَامِ
وَالْبَرَصِ وَشَمُّهُ يَدْفَعُهَا .

پیامبر خدا ﷺ :

[کُل] نرگس را ببویید ، هرچند در روز یک بار ، هر چند در هفته یک بار ،
هر چند در ماه یک بار ، هر چند در سال یک بار ، و هر چند در همه عمر ،
یک بار؛ چراکه در قلب ، هسته‌ای از دیوانگی ، جذام و پیسی وجود دارد و
بوییدن نرگس ، آن را دور می‌کند.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 299

حدیث - 59

رسول الله ﷺ :

فِي السَّوَاكِ اثْنَتَا عَشْرَةَ خَصْلَةً : مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ ، وَمَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ، وَتُبَيِّضُ الْأَسْنَانَ
، وَيَذْهَبُ بِالْحَفَرِ ، وَيُقِلُّ الْبَلْغَمَ ، وَيُشْهِي الطَّعَامَ ، وَيُضَاعِفُ الْحَسَنَاتِ ، وَتُصَابُ بِهِ
السُّنَّةُ ، وَتَحْضُرُهُ الْمَلَائِكَةُ ، وَيَشُدُّ اللَّثَّةَ ، وَهُوَ يَمُرُّ بِطَرِيقَةِ الْقُرْآنِ ، وَرَكْعَتَيْنِ
بِسَوَاكِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ مِنْ سَبْعِينَ رَكْعَةً بِغَيْرِ سَوَاكِ .

پیامبر خدا ﷺ :

در مسواک زدن ، دوازده ویژگی است : مایه پاکی دهان است ؛ سبب
خشنودی پروردگار است ؛ دندان‌ها را سفید می‌کند ؛ جرم دندان را از میان
می‌برد ؛ بَلْغَم را می‌کاهد ؛ غذا را مطبوع می‌سازد ؛ حسنات را دو چندان می‌کند
؛ به واسطه آن ، سنت انجام می‌گیرد ؛ فرشتگان بدین وسیله حضور می‌یابند ؛ لثه
را تقویت می‌کند ؛ برگذراگاه قرآن می‌گذرد و نزد خداوند ، هر دو رکعت نماز با
مسواک ، دوست داشتنی‌تر از هفتاد رکعت بی‌مسواک است .

الخصال ، صفحه 480 ، حدیث - 52 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 129
، حدیث - 13 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 374

حدیث - 60

هر کس در هر روز ، دو بار مسواک بزند ، سنت پیامبران را استمرار بخشیده
است ، در برابر هر نمازی که بخواند ، خداوند ، برایش پاداش صد رکعت
می‌نویسد ، از فقر به غنا (و بی‌نیازی) درمی‌آید ، دهانش خوش‌بو می‌شود ،
حافظه‌اش فزونی می‌یابد ، فهمش استوار می‌گردد ، غذایش گوارش می‌یابد ،
درد دندان‌هایش از میان می‌رود ، بیماری از او دور می‌گردد ، و فرشتگان ، به
واسطه نوری که بر او می‌بینند ، با او دست می‌دهند و دندان‌هایش تمیز می‌شود .
جامع الأخبار ، صفحه 151 ، حدیث - 340 عن ، بحار الأنوار ، جلد 76 ،
صفحه 138 ، حدیث - 49 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 372

حدیث - 61

رسول الله ﷺ :

السَّوَاكُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ ، وَالسَّامُ : الْمَوْتُ .

پیامبر خدا ﷺ :

مسواک ، شفای هر دردی است ، مگر سام ، و سام ، مرگ است .

إتحاف السادة المتّقين ، جلد 2 ، صفحه 350 عن عائشة ، كنز العمال ، جلد 9 ، صفحه 311 ، حدیث - 26264 نقلاً عن الفردوس دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 372

حدیث - 62

رسول الله ﷺ :

السَّوَاكُ فِي الْفَمِ يُنَبِّتُ الْأَضْرَاسَ .

پیامبر خدا ﷺ وسلم :

مسواک ، دندانها را در دهان تثبیت می کند .

الفردوس ، جلد 3 ، صفحه 311 ، حدیث - 4937 عن حذيفة بن اليمان ، كنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 646 ، حدیث - 17208 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 370

حدیث - 63

رسول الله ﷺ :

تَسَوَّكُوا ؛ فَإِنَّ السَّوَّاکَ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ .

پیامبر خدا ﷺ :

مسواک بزنید ؛ چرا که مسواک ، مایه پاکیزگی دهان و خشنودی پروردگار است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 495 ، حدیث - 4 عن ابن القدّاح عن الإمام الصادق عن الإمام علیّ علیهما السلام وليس فيه «تَسَوَّكُوا فَإِنَّ» ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 370 . در المعجم الكبير ، به جای «مایه پاکیزگی» ، عبارت «خوشبو کننده» آمده است .

حدیث - 64

رسولُ الله ﷺ :

السَّوَّاکُ یَزِیْدُ الرَّجُلَ فَصَاحَةً .

پیامبر خدا ﷺ :

مسواک زدن ، بر زبان آوری مرد می افزاید .

بحار الأنوار : 76 / 135 / 48 منتخب میزان الحکمة : 288

حدیث - 65

الإمام علیّ علیه السلام :

ثَلَاثٌ یُذْهِبْنَ الْبَلْغَمَ وَیَزِدْنَ فِی الْحِفْظِ : السَّوَّاکُ ، وَالصَّوْمُ ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ .

امام علیّ علیه السلام :

سه چیز ، بلغم را از میان می‌برد و حافظه را افزون می‌کند: مسواک زدن ،
روژه گرفتن و قرائت قرآن .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 119 ، حدیث - 287 ، دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 254

حدیث - 66

الإمام الباقر عليه السلام :
السَّوَّاکُ يَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ .
امام باقر عليه السلام :
مسواک زدن ، بلغم را می‌برد و عقل را افزون می‌کند.
ثواب الأعمال ، صفحه 34 ، حدیث - 3 عن يحيى أبى البلاد دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 246

حدیث - 67

الإمام الباقر عليه السلام :
السَّوَّاکُ يَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ ، وَيَزِيدُ فِي الْعَقْلِ .
امام باقر عليه السلام :
مسواک زدن ، بلغم را از میان می‌برد و عقل را افزون می‌سازد .
ثواب الأعمال ، صفحه 34 ، حدیث - 3 عن يحيى أبى البلاد دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 372

حدیث - 68

الإمام علیّ عليه السلام :

ثَلَاثٌ يُذْهِبْنَ الْبَلْغَمَ وَيَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ : السَّوَاكُ ، وَالصَّوْمُ ، وَقِرَاءَةُ الْقُرْآنِ .

امام علی عليه السلام :

سه چیز ، بلغم را از میان می‌برد و حافظه را افزون می‌کند : مسواک زدن ،
روزه گرفتن و قرائت قرآن .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 119 ، حدیث - 287 ، دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 376

حدیث - 69

الإمام الرضا عليه السلام :

السَّوَاكُ يُجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ ، وَيَذْهَبُ بِالْذَّمْعَةِ .

امام رضا عليه السلام :

مسواک زدن ، دیده را جلا می‌بخشد ، مو بر می‌رویانند و اشک‌ریزش را از
میان می‌برد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 118 ، حدیث - 279 ، بحار الأنوار ، جلد

76 ، صفحه 137 نقلاً عن طبّ الأئمّة لابنی بسطام دانش نامه احادیث پزشکی :

1 / 372

حدیث - 70

الإمام الرضا عليه السلام :

السَّوَاكُ يُجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ ، وَيَذْهَبُ بِالْذَّمَّةِ .

امام رضا عليه السلام :

مسواک زدن ، نور چشم را زیاد می‌کند و مو را پر پشت می‌کند و آبریزش چشم را برطرف می‌سازد .

بحار الأنوار : 76 / 137 / 48 منتخب میزان الحکمة : 288

حدیث - 71

الإمام الصادق عليه السلام :

السَّوَاكُ يَذْهَبُ بِالْذَّمَّةِ ، وَيَجْلُو الْبَصَرَ .

امام صادق عليه السلام :

مسواک زدن ، اشک‌ریزش را می‌برد و دیده را جلا می‌دهد .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 133 ، حدیث - 42 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 304

حدیث - 72

الإمام الصادق عليه السلام :

لِكُلِّ شَيْءٍ طَهْرٌ ، وَطَهْرُ الْفَمِ السَّوَاكُ .

امام صادق عليه السلام :

هر چیز را پاک‌کننده‌ای است و پاک‌کننده دهان ، مسواک است .
بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 127 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 372

حدیث - 73

الإمام الصادق عليه السلام :
عَلَيْكُمْ بِالسَّوَاكِ ؛ فَإِنَّهُ يُذْهِبُ وَسْوَسةَ الصَّدْرِ .
امام صادق عليه السلام :
بر شما باد مسواک زدن ؛ چرا که وسوسه دل را از میان می‌برد .
الأمالی للطوسی ، صفحه 667 ، حدیث - 1396 عن أبي غندر ، بحار
الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 139 ، حدیث - 52 دانش نامه احادیث پزشکی : 1
372 /

حدیث - 74

الإمام الصادق عليه السلام :
ثَلَاثٌ يُذْهِبْنَ النَّسيَانَ وَيُحْدِثْنَ الذُّكْرَ : قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ ، وَالسَّوَاكُ ، وَالصَّيَّامُ .
امام صادق عليه السلام :
سه چیز ، فراموشی را از میان می‌برد و حافظه به بار می‌آورد : قرائت قرآن ،
مسواک زدن و روزه گرفتن .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 266 ، حدیث - 39 و ص 275 ، دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 376 . در السرائر به جای «حافظه به بار می آورد» ،
عبارت «فکر را تیز می کند» آمده است .

حدیث - 75

مَنْ اسْتَنْجَى بِالسُّعْدِ بَعْدَ الْغَائِطِ وَغَسَلَ بِهِ فَمَهُ بَعْدَ الطَّعَامِ لَمْ تُصِبْهُ عِلَّةٌ فِي فَمِهِ ،
وَلَا يَخَافُ شَيْئًا مِنْ أَرِيَّاحِ الْبَوَاسِيرِ .
هر کس پس از قضای حاجت ، با مُشکک ، آلودگی مخرج را بزدايد و پس
از غذا خوردن نیز دهان خویش را با مُشکک بشوید ، نه بیماری ای از
بیماری های دهان به او می رسد و نه از باد بواسیر می ترسد .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 378 ، حدیث - 3 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ،
صفحه 435 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 446

حدیث - 76

الإمام الكاظم عليه السلام :
السُّوَّاکُ فِي الْخَلَاءِ يُوْرِثُ الْبَخْرَ .
امام کاظم عليه السلام :
مسواک زدن در آبریزگاه ، بد بویی دهان را در پی می آورد .
کتاب من لا یحضره الفقیه ، جلد 1 ، صفحه 52 ، حدیث - 110 دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 396

حدیث - 77

الإمام الصادق عليه السلام :

إِيَّاكَ وَالسَّوَاكَ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُورِثُ وَبَاءَ الْأَسْنَانِ .

امام صادق عليه السلام :

از مسواک زدن در حمام ، حذر کن ؛ چرا که وبای دندان‌ها را در پی می‌آورد

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 71 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 396

حدیث - 78

الإمام عليّ عليه السلام :

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ . . . عَنِ السَّوَاكِ فِي الْحَمَّامِ .

امام علی عليه السلام :

پیامبر خدا از مسواک زدن در حمام ، نهی فرمودند .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 328 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 396

حدیث - 79

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

الْأَصَابِعُ تَجْرَى مَجْرَى السَّوَاكِ ، إِذْ لَمْ يَكُنْ سِوَاكَ .

پیامبر خدا ﷺ :

اگر مسواکی نباشد ، انگشتان نیز در حکم مسواک اند .

کنز العمال ، جلد 9 ، صفحه 311 ، حدیث - 1 26168 ، دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 382

حدیث - 80

الإمام الباقر عليه السلام :

أَدْنَى السُّوَاكِ أَنْ تَدُلُّكَ بِإِصْبَعِكَ .

امام باقر عليه السلام :

کمترین مسواک ، آن است که با انگشت خویش ، مالش دهی .

الکافی ، جلد 3 ، صفحه 23 ، حدیث - 5 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1

382 /

حدیث - 81

الإمام الصادق عليه السلام :

مِنْ سُنَنِ الْمُرْسَلِينَ السُّوَاكُ .

امام صادق عليه السلام :

مسواک زدن ، از سنتهای فرستادگان [الهی] است .

الکافی ، جلد 3 ، صفحه 23 ، حدیث - 2

حدیث - 82

الإمام الصادق عليه السلام :

مِنْ أَخْلَاقِ الْأَنْبِيَاءِ عليهم السلام السَّوَاكُ .

امام صادق عليه السلام :

مسواک زدن ، از سنت‌های پیامبران است .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 495 ، حدیث - 1

حدیث - 83

الإمام الباقر عليه السلام :

إِنَّ السَّوَاكَ فِي السَّحَرِ قَبْلَ الْوُضُوءِ مِنَ السُّنَّةِ .

امام باقر عليه السلام :

مسواک زدن در سحرگاه ، پیش از وضو گرفتن ، جزء سنت است .

الفقيه : 1 / 480 / 1390 ، منتخب میزان الحکمه : 288

حدیث - 84

الإمام الصادق عليه السلام

لَمَّا سُئِلَ : أَتَرَى هَذَا الْخَلْقَ كُلَّهُ مِنَ النَّاسِ ؟ : فَقَالَ : أَلْقَى مِنْهُمْ التَّارِكََ لِلْسَّوَاكِ .

امام صادق عليه السلام

در پاسخ به این سؤال که : آیا این خلائق همه در شمار آدمیانند ؟ -

فرمودند: افرادی را که مسواک نمی‌زنند از شمار آنها بینداز .

حدیث - 85

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

الْوُضوءُ شَطْرُ الْإِيمَانِ ، وَالسَّوَاكُ شَطْرُ الْوُضوءِ .

وضو ، بخشی از ایمان است و مسواک زدن بخشی از وضو .

کنز العمال : 26200

حدیث - 86

رسول الله ﷺ فی وصيته لعلیؑ :

يا علیؑ ، علیک بالسَّوَاکِ ، وإن استطعت أن لا تُقِلَّ مِنْهُ فافعلْ ، فإنَّ كُلَّ صَلَاةٍ تُصَلِّيْهَا بالسَّوَاکِ تَفْضُلُ عَلَى الَّتِي تُصَلِّيْهَا بِغَيْرِ سِوَاکِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا .

پیامبر خدا ﷺ در سفارش به علی علیه السلام ، می فرمایند :

ای علی ! بر تو باد به مسواک زدن ؛ اگر توانستی که از این کار کم نکنی چنین کن ؛ زیرا هر نمازی که با مسواک زدن بخوانی از چهل روز نمازی که بی مسواک زدن بگزاری برتر است .

البحار : 76 / 137 / 48

حدیث - 87

رسول الله ﷺ

فی وصيته لعلیؑ : علیک بالسَّوَاکِ عِنْدَ كُلِّ وُضوءٍ .

پیامبر خدا ﷺ در سفارش به علی علیه السلام ، می فرماید :

بر تو باد به مسواک زدن با هر وضویی .

البحار : 8 / 69 / 77

حدیث - 88

رسول الله ﷺ :

خَلَّلُوا لِحَاكُم ، وَقُصُّوا أَظْفَارَكُمْ ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مَا بَيْنَ اللَّحْمِ وَالظُّفْرِ .

پیامبر خدا ﷺ :

میان ریش خود را تمیز کنید و ناخن هایتان را بگیرید ؛ زیرا شیطان ، میان گوشت و ناخن ، روان می شود .

کنز العمال ، جلد 9 ، صفحه 301 ، حدیث - 26101 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 550

حدیث - 89

الإمام الباقر علیه السلام :

إِنَّمَا قُصَّ الْأَظْفَارُ ؛ لِأَنَّهَا مَقِيلُ الشَّيْطَانِ ، وَمِنْهُ يَكُونُ النَّسْيَانُ .

امام باقر علیه السلام :

ناخن ها را از آن رو باید کوتاه کرد که جایگاه شیطان است و فراموشی ، از آن سرچشمه می گیرد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 490 ، حدیث - 6 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ،

صفحه 123 ، حدیث - 12 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 552

حدیث - 90

رسول الله ﷺ :

مَنْ قَلَّمَ أَظْفَارَهُ يَوْمَ السَّبْتِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ وَأَخَذَ مِنْ شَارِبِهِ عَوْفَى مِنْ وَجَعِ
الضُّرْسِ ، وَوَجَعِ الْعَيْنِ .
پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در روز پنج‌شنبه و شنبه ، ناخن‌های خود را کوتاه کند و قدری از
سبیل خود بگیرد ، از دندان‌درد و درد چشم در امان باشد.
بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 120 ، حدیث - 7 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 286

حدیث - 91

الإمام الباقر عليه السلام :

مَنْ أَدَمَّنَ أَخَذَ أَظْفَارِهِ كُلَّ خَمِيسٍ لَمْ تَرْمَدْ عَيْنُهُ .
امام باقر عليه السلام :

هر کس به گرفتن ناخن در هر پنج‌شنبه مداومت ورزد ، چشم‌درد نمی‌گیرد.
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 491 ، حدیث - 14 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ،
صفحه 121 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 286

حدیث - 92

الإمام الصادق عليه السلام :

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يُؤْمِنُ مِنَ الْجُذَامِ ، وَالْبَرَصِ ، وَالْعَمَى ، وَإِنْ لَمْ تَحْتَجْ فَحُكَّهَا .

امام صادق عليه السلام :

کوتاه کردن ناخن‌ها در روز جمعه از جذام و پیسی و کوری ایمنی می‌دهد ؛ اگر هم نیازی به کوتاه کردن نبود ، آنها را [کمی] بسای .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 490 ، حدیث - 2 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 110 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 554

حدیث - 93

الإمام الصادق عليه السلام :

أَخَذُ الشَّارِبِ وَالْأَظْفَارِ مِنَ الْجُمُعَةِ إِلَى الْجُمُعَةِ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ .

امام صادق عليه السلام :

گرفتن سبیل و ناخن‌ها از جمعه تا جمعه ، مایه ایمنی از جذام است .

الکافی ، جلد 3 ، صفحه 418 ، حدیث - 7 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

1 / 554

حدیث - 94

الإمام الصادق عليه السلام :

خُذْ مِنْ شَارِبِكَ وَأَظْفَارِكَ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ ؛ فَإِنْ لَمْ يَكُنْ فِيهَا شَيْءٌ فَحُكَّهَا لَا يُصِيبُكَ جُنُونٌ وَلَا جُذَامٌ وَلَا بَرَصٌ .

امام صادق عليه السلام :

در هر جمعه ، اندکی از سبیل و ناخن‌های خود را بگیر؛ و اگر هم چیزی وجود نداشته باشد ، آن را [کمی] بسای ، دیوانگی ، جذام و پیسی به تو نمی‌رسد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 490 ، حدیث - 3

حدیث - 95

رسول الله ﷺ :

مَنْ قَلَّمَ أَظْفِيرَهُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ لَمْ تَشَعْتَ أَنَامِلُهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس روز جمعه ناخن‌های خود را کوتاه کند ، سرانگشت‌هایش آشفته نشود .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 122 ، حدیث - 12 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 554

حدیث - 96

الإمام الصادق عليه السلام :

إِنَّ أَسْتَرَ وَأَخْفَى مَا يُسَلِّطُ الشَّيْطَانُ مِنْ ابْنِ آدَمَ أَنْ صَارَ أَنْ يَسْكُنَ تَحْتَ الْأَظْفِيرِ .

امام صادق عليه السلام :

پنهان‌ترین و ناپیداترین راهی که از آن شیطان بر آدمی مسلط می‌شود ، لانه کردن او در زیر ناخن‌هاست .

حدیث - 97

رسول الله ﷺ :

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ ؛ يَمْنَعُ الدَّاءَ الْأَعْظَمَ ، وَيُدْرِي الرِّزْقَ .

پیامبر خدا ﷺ :

کوتاه کردن ناخن ها ، مانع [بروز] درد بزرگ می شود و روزی را سرشار می سازد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 490 ، حدیث - 1 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه

119 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 116

حدیث - 98

رسول الله ﷺ :

مَنْ أَخَذَ مِنْ شَارِبِهِ وَأَظْفَارِهِ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ ، أَدْخَلَ اللَّهُ فِيهِ شِفَاءً ، وَأَخْرَجَ مِنْهُ دَاءً .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در هر جمعه ، قدری از سبیل و ناخن های خود را بگیرد ، خداوند به [بدن] او شفایی نهد و دردی از او برون برد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 152 ، حدیث - 396 وح 398 دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 116

حدیث - 99

رسولُ الله ﷺ :

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَمْنَعُ الدَّاءَ الْأَعْظَمَ ، وَ يُدِرُّ الرِّزْقَ .

پیامبر خدا ﷺ :

کوتاه کردن ناخن‌ها از درد بزرگ جلوگیری می‌کند و روزی را زیاد می‌گرداند .

الكافی : 6 / 490 / 1

حدیث - 100

الإمام الكاظم عليه السلام :

خَمْسٌ مِنَ السُّنَنِ فِي الرَّأْسِ ، وَخَمْسٌ فِي الْجَسَدِ ؛ فَأَمَّا الَّتِي فِي الرَّأْسِ :
فَالسَّوَاكُ ، وَأَخْذُ الشَّارِبِ ، وَفَرْقُ الشَّعْرِ ، وَالْمَضْمَضَةُ ، وَالِاسْتِنْشَاقُ .
وَأَمَّا الَّتِي فِي الْجَسَدِ : فَالْخِتَانُ ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ ، وَنَتْفُ الْإِبْطَيْنِ ، وَتَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ
، وَالِاسْتِنْجَاءُ .

امام کاظم عليه السلام :

پنج چیز درباره سر و پنج چیز هم درباره تن از سنت‌هاست : اما آنچه درباره
سر است ، مسواک زدن ، گرفتن سیل ، از هم گشودن موها از میانه سر ، آب
در دهان چرخاندن ، و آب در بینی چرخاندن است .
آنچه نیز درباره تن است ، ختنه کردن ، تراشیدن موی زهار ، زدودن موهای
زیر بغل ، کوتاه کردن ناخن‌ها و زدودن پلیدی مخرج است .

الخصال ، صفحه 271 ، حدیث - 11 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 67 ،
حدیث - 1 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 536

حدیث - 101

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:
الطَّهَارَاتُ أَرْبَعٌ: قَصُّ الشَّارِبِ ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ ، وَتَقْلِيمُ الْأُظْفَارِ ، وَالسَّوَاكُ .
پاکیزگی ها ، چهار چیز است : کوتاه کردن سیل ، تراشیدن موی زهار ،
گرفتن ناخن ها ، و مسواک زدن .
کنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 654 ، حدیث - 17233 ، دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 374

حدیث - 102

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:
طَهَّرُوا هَذِهِ الْأَجْسَادَ طَهَّرَكُمُ اللَّهُ؛ فَإِنَّهُ لَيْسَ عَبْدٌ يَبِيتُ طَاهِرًا إِلَّا بَاتَ مَعَهُ مَلَكٌ
فِي شِعَارِهِ ، وَلَا يَتَقَلَّبُ سَاعَةً مِنَ اللَّيْلِ إِلَّا قَالَ : اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِعَبْدِكَ فَإِنَّهُ بَاتَ طَاهِرًا
این بدن هارا پاکیزه سازید، خداوند شما را پاکیزه گرداند ؛ زیرا هیچ بنده ای
نیست که شب با بدنی پاکیزه بخوابد مگر این که فرشته ای در میان جامه او با
وی می خوابد و هیچ ساعتی از شب از این پهلوی به آن پهلوی نمی چرخد مگر این
که آن فرشته گوید : خدایا ، بنده ات را بیامرزد ؛ زیرا که با بدنی پاکیزه
خوابیده است .

کنز العمال : 26003

حدیث - 103

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:

لَا تُبَيِّتُوا الْقُمَامَةَ فِي بُيُوتِكُمْ وَأَخْرِجُوهَا نَهَارًا؛ فَإِنَّهَا مَقْعَدُ الشَّيْطَانِ
زباله را شب در خانه‌های خود نگه ندارید و آن را در روز به بیرون از خانه
منتقل کنید ؛ زیرا زباله نشیمنگاه شیطان است .

الفقیه : 4 / 5 / 4968 منتخب میزان الحکمه : 560

حدیث - 104

رسول الله ﷺ

لَمَّا أَبْصَرَ رَجُلًا شَعْنَا شَعْرَ رَأْسِهِ ، وَسَخَةَ ثِيَابُهُ ، سَيِّئَةً حَالُهُ: مِنَ الدِّينِ الْمُتَعَةِ
وإظهار النعمة .

پیامبر خدا ﷺ آنگاه که مردی را با موهای زولیده و جامه‌ای چرکین و
سر و وضعی نامرتب دیدند: استفاده از نعمت‌های خدا و آشکار ساختن
نعمت جزو دین است .

الكافي : 6 / 439 / 5

حدیث - 105

ثَلَاثَةٌ يَفْرَحُ بِهِنَّ الْجِسْمُ وَيَرْبُو: الطَّيِّبُ ، وَلِبَاسُ اللَّيْنِ ، وَشُرْبُ الْعَسَلِ .

رسول خدا ﷺ :

سه چیز است که تن ، به واسطه آنها شاداب می شود و رشد می کند : بوی خوش ، جامه نرم و نوشیدن عسل .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 295 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 94

حدیث - 106

رسول الله ﷺ :

الطَّيْبُ يَسْرُ ، وَالْعَسَلُ يَسْرُ ، وَالنَّظَرُ إِلَى الْخُضْرَةِ يَسْرُ ، وَالرُّكُوبُ يَسْرُ .

پیامبر خدا ﷺ :

بوی خوش ، شادی می آورد . عسل ، شادی می آورد . نگرستن به سبزه ، شادی می آورد . و سواری ، شادی می آورد .

صحیفه الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 239 ، حدیث - 144 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 96

حدیث - 107

الإمام الصادق علیه السلام :

ثَلَاثَةٌ يُسَمِّنَنَّ وَثَلَاثَةٌ يَهْزِلَنَّ : فَأَمَّا أَلَّتْ يُسْمِنَنَّ : فَاِدِمَانُ الْحَمَّامِ ، وَشَمُّ الرَّائِحَةِ الطَّيِّبَةِ ، وَلُبْسُ الثِّيَابِ اللَّيِّنَةِ

امام صادق علیه السلام :

سه چیز چاق می کند و سه چیز دیگر ، لاغر می کند : آنچه چاق می کند ، عبارت است از : پیوسته حمام کردن ، استشمام بوی خوش ، پوشیدن جامه نرم

. . . .

الخصال ، صفحه 155 ، حدیث - 194 ، مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه
127 ، حدیث - 309

حدیث - 108

رسول الله ﷺ :

لِكُلِّ شَيْءٍ حِيلَةٌ ، وَحِيلَةُ الصَّحَّةِ فِي الدُّنْيَا أَرْبَعُ خِصَالٍ : قِلَّةُ الْكَلَامِ ، وَ قِلَّةُ
الْمَنَامِ ، وَ قِلَّةُ الْمَشْيِ ، وَ قِلَّةُ الطَّعَامِ .
پیامبر خدا ﷺ :

هر کاری را چاره‌ای است و چاره تن‌درستی در دنیا ، چهار چیز است : کم
سخن گفتن ، کم خفتن ، کم راه رفتن و کم خوردن .
بحار الأنوار ، جلد 8 ، صفحه 144 ، حدیث - 67 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 92

حدیث - 109

الإمام الصادق عليه السلام :

النَّعِيمُ فِي الدُّنْيَا الْأَمْنُ وَصِحَّةُ الْجِسْمِ ، وَتَمَامُ النِّعْمَةِ فِي الْآخِرَةِ دُخُولُ الْجَنَّةِ ،
وَمَا تَمَّتِ النِّعْمَةُ عَلَى عَبْدٍ قَطُّ لَمْ يَدْخُلِ الْجَنَّةَ .
امام صادق عليه السلام :

نعمت دنیا ، امنيت و تندرستی است و نعمت کامل در آخرت ، وارد شدن به
بهشت است و بنده‌ای که به بهشت نرود هرگز نعمت بر او کامل نشده‌است.
معانی الأخبار : 408 / 87

حدیث - 110

رسولُ الله ﷺ :

مَنْ أَمْسَى وَأَصْبَحَ وَعِنْدَهُ ثَلَاثٌ فَقَدْ تَمَّتْ عَلَيْهِ النُّعْمَةُ فِي الدُّنْيَا : مَنْ أَصْبَحَ وَأَمْسَى مُعَافًى فِي بَدَنِهِ ، آمِنًا فِي سِرِّهِ ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمِهِ ، فَإِنْ كَانَتْ عِنْدَهُ الرَّابِعَةُ فَقَدْ تَمَّتْ عَلَيْهِ النُّعْمَةُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ؛ وَهُوَ الْإِيمَانُ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر که شب و روز خود را سپری کند و از سه چیز برخوردار باشد نعمت دنیا بر او تمام شده است : کسی که صبح و شامش را در تندرستی و آسایش خاطر گذراند و خوراک روز خود را داشته باشد و اگر چهارمین نعمت را هم داشته باشد ، نعمت دنیا و آخرت را کامل دارد و آن (چهارمین) نعمت ایمان است .

تحف العقول : 36

حدیث - 111

امام علی علیه السلام :

الدُّهْنُ يُلَيِّنُ الْبَشَرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ ، وَيُسَهِّلُ مَجَارِيَ الْمَاءِ ، وَيُذْهِبُ الْقَشْفَ ، وَيُسْفِرُ اللَّوْنَ .

روغن ، پوست را نرم می‌کند ، بر توان مغز می‌افزاید ، مجاری آب را در بدن می‌گشاید ، کثافت پوست را از میان می‌برد و رنگ را روشن می‌کند.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 519 ، حدیث - 1 وح 4 ، مکارم الأخلاق ، جلد

1 ، صفحه 111 ، حدیث - 248

حدیث - 112

امام حسین علیه السلام :

قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَا بُنَيَّ ، نَمِ عَلَى قَفَاكَ يَخْمَصُ بَطْنُكَ ، وَاشْرَبِ الْمَاءَ مَصًّا يَمْرَأَكَ أَكْلُكَ ، وَاکْتَحِلْ وَتَرَا يُضِيئُ لَكَ بَصْرُكَ ، وَادَّهِنْ غَبًّا تَتَشَبَّهُ بِسُنَّةِ نَبِيِّكَ .

پیامبر خدا به من فرمودند: «فرزندم! به پشت بخواب تا شکمت کوچک شود ، آب را به مکیدن بنوش تا خوردنت بر تو گوارا آید ، به شمارِ دفعات فرد ، سرمه بکش تا چشمانت روشن شود و یک روز در میان ، روغن بزن تا به سنت پیامبر خویش ، عمل کرده باشی».

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 591 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 300

حدیث - 113

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

مَنْ كَثُرَ هَمُّهُ ، سَقِمَ بَدَنُهُ .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

هر کس اندوه (و دغدغه‌اش) فراوان شود ، بدنش بیمار گردد .

الأمالی للطوسی ، صفحه 512 ، حدیث - 1119

حدیث - 114

امام علی علیه السلام فرمودند:

مَنْ أَكَلَ الطَّعَامَ عَلَى النَّقَاءِ ، وَأَجَادَ الطَّعَامَ تَمَضُّغاً ، وَتَرَكَ الطَّعَامَ وَهُوَ يَشْتَهِيهِ ، وَلَمْ يَحْبِسِ الْغَائِطَ إِذَا أَتَى ؛ لَمْ يَمْرَضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ .

هر کس در گرسنگی کامل ، غذا بخورد ، غذا را خوب بجود ، در حالی که هنوز میل خوردن دارد ، غذا را وا گذارد و چون احساس قضای حاجت کرد ، آن را محبوس ندارد ، به هیچ بیماری ای جز بیماری مرگ ، مبتلا نمی شود .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 314 ، حدیث - 1003 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 422 ، حدیث - 37

حدیث - 115

امام علی علیه السلام فرمودند:

تَوَقَّوْا الْبَرْدَ فِي أَوَّلِهِ ، وَ تَلَقَّوْهُ فِي آخِرِهِ ؛ فَإِنَّهُ يَفْعَلُ فِي الْأَبْدَانِ كَفَعْلِهِ فِي الْأَشْجَارِ ؛ أَوَّلُهُ يُحْرِقُ ، وَ آخِرُهُ يُورِقُ .

از سرما در آغازش پرهیزید و در پایانش استقبال کنید ؛ چه ، سرما با بدن ، همان کاری را می کند که با درختان می کند : در آغازش می سوزاند و در پایانش شاخ و برگ می رویاند .

نهج البلاغه ، حکمت 128 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 271 ، حدیث -
68 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 106

حدیث - 116

امام علی علیه السلام :

الْهَمْ يُذِيبُ الْجَسَدَ .

اندوه ، تن را ذوب می کند .

غرر الحکم ، حدیث - 1039 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 33 ، حدیث

- 595

حدیث - 117

امام علی علیه السلام :

الْهَمْ يُنْجِلُ الْبَدَنُ .

اندوه ، تن را نحیف می کند .

غرر الحکم ، حدیث - 367 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 33 ، حدیث

- 595 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 106

حدیث - 118

امام علی علیه السلام :

الْحُزْنُ يَهْدِمُ الْجَسَدَ .

امام علی علیه السلام :

اندوه ، بدن را فرسوده می کند .

غرر الحکم ، حدیث - 609 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحہ 32 ، حدیث
- 563 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 106

حدیث - 119

رسول الله ﷺ :

بَشِّرِ الْمَحْرُورِينَ بِطَوْلِ الْعُمَرِ .

پیامبر خدا ﷺ :

گرم مزاجان را به درازی عمر ، مزده ده .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحہ 290

حدیث - 120

مَنْ نَظَّفَ ثَوْبَهُ ، قَلَّ هَمُّهُ ؛

هر کس جامه خویش را تمیز کند، اندیشه و اندوهش کم شود .

بحار الأنوار ، جلد 78 ، صفحہ 93 ، حدیث - 104

حدیث - 121

امام علی علیه السلام فرمودند:

غَسَلُ الثِّيَابِ ؛ يُذْهِبُ الْهَمَّ وَالْحُزْنَ ، وَهُوَ طَهْرٌ لِلصَّلَاةِ ؛

شستن جامه ، اندوه و غم را می برد و مایه طهارت برای نماز است .

الخصال ، صفحہ 612 ، حدیث - 10

حدیث - 122

قال الامام الصادق عليه السلام : اَرْبَعَةٌ تُهْرِمُ قَبْلَ اَوَانِ الْهَرَمِ: اَكْلُ الْقَدِيدِ وَ الْقُعُودُ عَلَى النَّدَاوَةِ وَ الصُّعُودُ فِي الدَّرَجِ وَ مُجَامَعَةُ الْعَجُوزِ.

امام صادق عليه السلام : چهار چیز، انسان را پیش از فرا رسیدن هنگام پیری، پیر می کند: خوردن گوشت خشکیده، نشستن بر جای مرطوب، بالا رفتن از پله و آمیزش با پیر زنان.

«تحف العقول، ص 317»

حدیث - 123

قال رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم : مَنْ قَلَّمَ أَظْفَارَهُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يَزِيدُ فِي عُمرِهِ وَ مَالِهِ. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم : هر کس در روز جمعه ناخن هایش را کوتاه کند، عمر و مالش زیاد می شود.

«جامع الأخبار، ص 333»

حدیث - 124

قال رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم : مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَ لَا بَقَاءَ: فَلْيُبَاكِِرِ الْغَدَاءَ وَلْيَجُودِ الْحِذَاءَ وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ وَلْيُقِلِّ مُجَامَعَةَ النِّسَاءِ. قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا خِفَّةُ الرِّدَاءِ؟ قَالَ: قِلَّةُ الدِّينِ.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم : هر کس ماندگاری می خواهد و البته ماندگاری [ابدی] وجود ندارد باید صبحانه را زودتر بخورد، کفش مناسب بپوشد، ردای (بالاپوش)

خود را سبک کند و کمتر با زنان بیامیزد. پرسیدند: ای پیامبر خدا! سبک بودن ردا به چیست؟ فرمودند: به کم بودن بدهی.

«من لا يحضره الفقيه، ج 3، ص 555، ح 4902»

حدیث - 125

قال رسول الله ﷺ: أَرْبَعَةٌ تَزِيدُ فِي الْعُمْرِ: التَّزْوِيجُ بِالْأُبْكَارِ، وَالْإِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الْحَارِّ وَالنَّوْمُ عَلَى الْيَسَارِ وَآكُلُ التُّفَاحِ بِالْأَسْحَارِ.

پیامبر اکرم ﷺ: چهار چیز، بر عمر می افزایند: ازدواج با دختران، شستشو با آب گرم، خوابیدن بر شانه چپ و خوردن سیب در سحرگاهان.

«مواعظ العددیه، ص 211»

حدیث - 126

قال رسول الله ﷺ: بُسَّ الْعَبْدَ الْقَاذِرَةَ.

رسول خدا ﷺ فرمودند: بد بنده ای است، بنده کثیف و لا قید.

«الکافی، ج 6، ص 439»

حدیث - 127

قال رسول الله ﷺ: (لِرَجُلٍ شَعَثَ شَعْرَ رَأْسِهِ، وَسَخَتْ ثِيَابُهُ، سَيِّئَةٌ حَالُهُ): مَنْ الدِّينَ الْمَتَعَةَ وَإِظْهَارَ النِّعْمَةِ.

رسول خدا ﷺ (به مردی که موهای ژولیده و جامه ای چرکین و سر و وضع نامرتبی داشت)، فرمودند: استفاده و آشکار ساختن نعمت، جزو دین است.

«الكافی، ج 6، ص 439»

حدیث - 128

قال رسول الله ﷺ : لا تبيتوا القمامة في بيوتكم وأخرجوها نهرا، فإنها مقعد الشيطان.

رسول خدا ﷺ فرمودند: زباله را شب در خانه های خود نگه ندارید و آن را در روز به بیرون از خانه منتقل کنید، زیرا زباله جایگاه شیطان است.
«من لا يحضره الفقيه، ج 4، ص 5»

حدیث - 129

قال رسول الله ﷺ : بيت الشياطين من بيوتكم بيت العنكبوت.
رسول خدا ﷺ فرمودند: خانه های عنکبوتی که در خانه های شماست، لانه شیاطین است.
«الكافی، ج 6، ص 532»

حدیث - 130

قال رسول الله ﷺ : من اتخذ ثوبا فلينظفه.
رسول خدا ﷺ فرمودند: هر که جامه ای می پوشد، باید آن را پاکیزه نگه دارد.
«الكافی، ج 6، ص 444»

حدیث - 131

قال رسول الله ﷺ : طهروا هذه الأجساد طهرکم الله، فإنه ليس عبد يبيت طاهرا إلا بات معه ملك في شعاره، ولا يتقلب ساعة من الليل إلا قال: اللهم اغفر لعبدك فإنه بات طاهرا.

رسول خدا ﷺ فرمودند: این بدن ها را پاکیزه سازید تا خداوند شما را پاکیزه گرداند، زیرا هیچ بنده ای نیست که شب با بدنی پاکیزه بخوابد مگر این که فرشته ای در میان جامه او با وی می خوابد و هیچ ساعتی از شب از این پهلوی به آن پهلوی نمی چرخد مگر این که آن فرشته گوید: خدایا! بنده ات را بیامرزد، زیرا که با بدنی پاکیزه خوابیده است.

«کنز العمال، ح 26003»

حدیث - 132

قال رسول الله ﷺ : هلك المتقذرون.

رسول خدا ﷺ فرمودند: مردمان کثیف و پلشت به هلاکت در افتند.

«کنز العمال، ح 7422»

حدیث - 133

قال رسول الله ﷺ : تنظفوا بكل ما استطعتم، فإن الله تعالى بنى الإسلام

على النظافة، ولن يدخل الجنة إلا كل نظيف.

رسول خدا ﷺ فرمودند: خودتان را با هر وسیله ای که می توانید پاکیزه کنید، زیرا خدای متعال اسلام را بر پایه پاکیزگی بنا کرده است و هرگز به بهشت نرود مگر کسی که پاکیزه باشد.

«کنز العمال، ح 26002»

حدیث - 134

قال رسول الله ﷺ : إن الإسلام نظيف فتنظفوا، فإنه لا يدخل الجنة إلا نظيف.

رسول خدا ﷺ فرمودند: همانا اسلام پاکیزه است پس شما هم پاکیزه باشید، زیرا جز شخص پاکیزه کسی به بهشت نمی رود.

«کنز العمال، ح 26007»

حدیث - 135

قال رسول الله ﷺ : إن الله يحب الناسك النظيف.

رسول خدا ﷺ فرمودند: همانا خداوند، عابد پاکیزه را دوست دارد.

«کنز العمال، ح 26000»

حدیث - 136

قال رسول الله ﷺ : أن الثوب يسبح، فإذا اتسخ انقطع تسبيحه.

رسول خدا ﷺ فرمودند: همانا لباس تسبیح (خدا) می گوید و هر گاه کثیف شود از تسبیح باز می ایستد.

حدیث - 137

جابر بن عبد الله: أتانا رسول الله ﷺ فرأى رجلا شعنا قد تفرق شعره، فقال: أما كان يجد هذا ما يسكن به شعره؟! و رأى رجلا آخر (و) عليه ثياب وسخة فقال: أما كان هذا يجد ماء يغسل به ثوبه؟

جابر بن عبدالله می گوید: رسول خدا ﷺ به نزد ما آمد و چشمش به مردی افتاد که موهایش ژولیده و درهم بود، پس حضرت فرمودند: آیا این مرد چیزی پیدا نکرد که با آن موهای خود را مرتب کند؟ و مرد دیگری را دید که لباس های چرکین به تن داشت، فرمودند: آیا این مرد آبی پیدا نکرده که با آن لباسش را بشوید؟

«سنن أبی داود، ح 4062»

حدیث - 138

قال رسول الله ﷺ: إن الله طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة. رسول خدا ﷺ فرمودند: خداوند پاک است و شخص پاک را دوست دارد، پاکیزه است و پاکیزگی را دوست دارد.

«صحيح الترمذی، ح 2799»

حدیث - 139

قال الإمام علي عليه السلام : نظفوا بيوتكم من حوك العنكبوت، فإن تركه في البيت يورث الفقر.

امام علی علیه السلام فرمودند: اتاق های خود را از تار عنکبوت تمیز کنید، زیرا باقی گذاشتن آن در خانه فقر می آورد.
«وسائل الشیعه، ج 3، ص 575»

حدیث - 140

قال الإمام علي عليه السلام : لا تَوُوا التراب خلف الباب، فإنه مأوى الشيطان.

امام علی علیه السلام فرمودند: خاکروبه را پشت در (خانه) جمع نکنید، زیرا که جایگاه شیطان می شود.
«وسائل الشیعه، ج 3، ص 572»

حدیث - 141

قال الإمام علي عليه السلام : تنظفوا بالماء من التبن الريح الذي يتأذى به، تعهدوا أنفسكم، فإن الله عزوجل يبغض من عباده القاذورة الذي يتأنف به من جلس إليه.

امام علی علیه السلام فرمودند: خودتان را به وسیله آب از بوی نامطبوعی که مایه آزار دیگران است پاکیزه سازید، به (سر و وضع) خودتان برسید، زیرا خداوند عزوجل از بندگان کثیف و لاقید خود که هر که با او می نشیند از وی بیزار می شود، نفرت دارد.

«الخصال، ص 620، ح 10»

حدیث - 142

قال رسول الله ﷺ: اَلْبَسُوا الْبَيَاضَ فَإِنَّهُ أَطْيَبُ وَأَظْهَرُ.
پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: لباس سفید رنگ بپوشید که پاک و پاکیزه‌تر است.

«وسائل الشيعة، ج 3، ص 355»

حدیث - 143

قال الامام الصادق عليه السلام: اَلْكَتَانُ مِنْ لِبَاسِ الْأَنْبِيَاءِ وَهُوَ يُنْبِتُ اللَّحْمَ.
امام صادق عليه السلام فرمودند: لباس کتانی لباس انبیاء است و آن گوشت را می‌رویاند.

«وسائل الشيعة، ج 3، ص 157»

حدیث - 144

قال الامام الصادق عليه السلام: اَلتَّوْبُ النَّقِيُّ يَكْبِتُ الْعَدُوَّ.
امام صادق عليه السلام فرمودند: لباس پاکیزه دشمن را ذلیل می‌نماید.
«وسائل الشيعة، ج 3، ص 346»

حدیث - 145

قال الامام علی علیه السلام : لا تجتمع الصحّة و النّهم .
امام علی علیه السلام فرمودند: سلامتی و شکم بارگی با هم جمع نمی شوند.
«مستدرک الوسائل، ج 3، ص 82»

حدیث - 146

قال الامام علی علیه السلام للحسن ابنه علیه السلام : یا بُنّیّ ألا أعلمک أربع خصالٍ
تستغنی بها عن الطّب فقال: بلی یا امیرالمؤمنین. قال: لا تجلس علی الطعام إلّا و
أنت جائع و لا تقم عن الطعام إلّا و أنت تشتهیه و
امام علی علیه السلام به فرزندش امام حسن علیه السلام فرمودند: فرزندم! آیا می خواهی
چهار چیز به تو یاد دهم که به وسیله آنها از مراجعه به پزشک بی نیاز شوی؟
عرض کرد: بله یا امیرالمؤمنین! حضرت فرمودند: بر سر سفره منشین مگر آنکه
گرسنه باشی، در حالی که هنوز میل به غذا داری دست از غذا خوردن بکش،
عمل جویدن غذا را به خوبی انجام ده و قبل از خواب، خود را از ادرار و
مدفوع تخلیه نما.
«بحارالانوار، ج 70، ص 187»

حدیث - 147

امام صادق علیه السلام :

لَيْسَ فِيمَا أَصْلَحَ الْبَدَنَ إِسْرَافٌ ... إِنَّمَا الْإِسْرَافُ فِيمَا أَتْلَفَ الْمَالَ وَأَضَرَ بِالْبَدَنِ .
در آنچه بدن را سالم نگه می‌دارد اسراف نیست ... بلکه اسراف در چیزهایی است که مال را تلف کند و به بدن زیان رساند .

بحار الأنوار : 75 / 303 / 6 منتخب میزان الحکمة : 270

حدیث - 148

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ تَرَكَ الْخَمْرَ لَغَيْرِ اللَّهِ سَقَاهُ اللَّهُ مِنَ الرَّحِيقِ الْمَخْتُومِ ، فَقَالَ عَلِيٌّ عليه السلام : لَغَيْرِ اللَّهِ ؟! قَالَ : نَعَمْ وَاللَّهِ ، صِبَاَنَةً لِنَفْسِهِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

هر که برای غیر خدا (هم که شده) شرابخواری را رها کند ، خداوند او را از شراب خالص و مُهر شده بنوشاند . علی علیه السلام عرض کرد : برای غیر خدا ؟ فرمودند: آری ، به خدا قسم ؛ برای حفظ (سلامتی) خویش .

بحار الأنوار : 79 / 150 / 64 منتخب میزان الحکمة : 186

حدیث - 149

پیامبر خدا ﷺ :

إِيَّاكُمْ وَالْجُلُوسَ فِي الشَّمْسِ ؛ فَإِنَّهَا تُبْلَى الثَّوبَ ، وَتُتَنِّ الرِّيحَ ، وَتُظْهِرُ الدَّاءَ الدَّفِينُ .

از نشستن در آفتاب ، حذر کنید ؛ چرا که جامه را کهنه می‌کند ، بوی [بدن] را بد می‌سازد و درد نهفته را آشکار می‌نماید .

المستدرک علی الصحیحین ، جلد 4 ، صفحه 456 ، حدیث - 8264 عن ابن عباس ، کنز العمال ، جلد 9 ، صفحه 139 ، حدیث - 25400 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 490

حدیث - 150

لَا تَتَكَّ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُذِيبُ شَحْمَ الْكُلَيْتَيْنِ ، وَلَا تُسْرَحُ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُرِقُّ الشَّعْرَ . . . وَلَا تَتَدَلَّكَ بِالْخَزَفِ ؛ فَإِنَّهُ يورثُ الْبَرَصَ ، وَلَا تَمْسَحُ وَجْهَكَ بِالْإِزَارِ ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِمَاءِ الْوَجْهِ ؛

در حمام ، تکیه نزن ؛ چرا که چربی کلیه‌ها را ذوب می‌کند . در حمام ، شانه مزن ؛ چرا که مو را باریک می‌کند . سفال (سنگ‌پا) را به تن ممال ؛ چرا که پیسی می‌آورد . لُنگ را نیز بر صورت خود مکش ؛ چرا که آب روی را می‌برد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 501 ، حدیث - 24

حدیث - 151

امام صادق علیه السلام :

إِيَّاكَ وَالتَّمَشُّطَ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُورِثُ وَبَاءَ الشَّعْرِ ؛
از شانه کردن در حمام بیرهیز ؛ چرا که وبای مو می آورد .
علل الشرائع ، صفحه 292 ، حدیث - 1

حدیث - 152

الإمام علي عليه السلام

- كَانَ يَقُولُ: أَلَا لَا يَسْتَلْقِينَ أَحَدُكُمْ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُذِيبُ شَحْمَ الْكُلَيْتَيْنِ ،
وَلَا يَدُلُّكََنَّ رَجُلِيهِ بِالْخَرْفِ ؛ فَإِنَّهُ يُورِثُ الْجُذَامَ .
امام علی علیه السلام :

زنهار! مبادا که کسی در حمام ، به پشت بخوابد ؛ زیرا این کار ، چربی کلیه ها
را ذوب می کند ؛ و مبادا کسی پاهای خود را سفال (سنگ پا) بکشد ؛ زیرا این
کار ، جذام می آورد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 500 ، حدیث - 19 عن عمر بن يزيد عن الإمام
الصادق عليه السلام ، مكارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 134 ، حدیث - 332 وفيه
«رجله» بدل «رجليه» ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 81 ، حدیث - 22
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 496

حدیث - 153

امام رضا علیه السلام :

مَنْ اغْتَسَلَ مِنَ الْمَاءِ الَّذِي قَدْ اغْتَسَلَ فِيهِ فَأَصَابَهُ الْجُذَامُ فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ ؛
هر کس با آبی غسل کند که پیش تر در آن غسل شده است و بدین سبب به
جذام مبتلا شود ، کسی جز خود را نکوهش نکند .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 503 ، حدیث - 38 عن محمد بن علی بن جعفر
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 496

حدیث - 154

امام رضا علیه السلام :

إِذَا أَرَدْتَ أَلَّا يَظْهَرَ فِي بَدَنِكَ بَثْرَةٌ وَلَا غَيْرُهَا ، فَابْدَأْ عِنْدَ دُخُولِ الْحَمَّامِ بِدُهْنٍ
بَدَنِكَ ، بِدُهْنِ الْبَنْفَسَجِ ؛
اگر می خواهی که در بدنت جوش و جز آن رُخ ننماید ، هنگام در آمدن به
حمام ، چرب کردن بدن خود را به روغن بنفشه ، آغاز کن .
طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 31 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 322
وفیه « فدهن » بدل « بدهن » دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 474

حدیث - 155

امام کاظم علیه السلام :

شَعْرُ الْجَسَدِ إِذَا طَالَ قَطَعَ مَاءَ الصُّلْبِ ، وَأَرْخَى الْمَفَاصِلَ ، وَوَرَّثَ الضَّعْفَ ،
وَالسَّلَّ ، وَإِنَّ النُّورَةَ تَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ ، وَتُقَوِّي الْبَدَنَ ، وَتَزِيدُ فِي شَحْمِ الْكُلَيْتَيْنِ
، وَتُسَمِّنُ الْبَدَنَ ؛

موی سر ، چون بلند شود ، آب کمر از جریان می افتد ، مفاصل ، سست
می شوند و ضعف و سِل به دنبال می آورد . اما نوره ، آب کمر را افزون می سازد
، بدن را تقویت می کند ، بر پیه کلیه ها می افزاید و بدن را چاق می کند .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 91 ، حدیث - 12 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 642

حدیث - 156

امام علی علیه السلام :

النُّورَةُ نُشْرَةٌ وَطَهْرٌ لِلْجَسَدِ ؛

نوره ، یک تعویذ (نگه دارنده) و مایه پاکی بدن است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 506 ، حدیث - 7

حدیث - 157

امام صادق علیه السلام :

إِيَّاكَ وَشُرْبَ الْمَاءِ الْبَارِدِ وَالْفَقَّاعِ فِي الْحَمَّامِ ؛ فَإِنَّهُ يُفْسِدُ الْمَعِدَةَ ؛

از نوشیدن آب سرد و فقّاع در حَمّام حذر کن ؛ چرا که معده را تباه می‌کند .
من لایحضره الفقیه ، جلد 1 ، صفحه 113 ، حدیث - 232 ، الأمالی
للصدوق ، صفحه 445 ، حدیث - 595

حدیث - 158

امام رضا علیه السلام :

الْإِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الْبَارِدِ بَعْدَ أَكْلِ السَّمَكِ يُوْرِثُ الْفَالِجَ ؛
غسل کردن با آب سرد پس از خوردن ماهی ، سست اندامی در پی می‌آورد .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321 نقلاً عن طبّ الإمام الرضا علیه السلام ،
صفحه 26 و فيه « فَإِنَّ الْمَاءَ » بدل «الِإِغْتِسَالِ بِالْمَاءِ» دانش نامه احادیث پزشکی
: 1 / 274

حدیث - 159

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

غَسَلَ الْقَدَمَيْنِ بِالْمَاءِ الْبَارِدِ عَقِيبَ الْخُرُوجِ مِنَ الْحَمَّامِ أَمَانٌ مِنَ الصُّدَاعِ ؛
شستن پاها با آب سرد پس از بیرون آمدن از حَمّام ، مایه ایمنی از سردرد
است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 48 ، حدیث - 28300 نقلاً عن أبي نعيم في
الطبّ عن أبي هريرة دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 262

حدیث - 160

امام رضا علیه السلام :

... وَمَنْعَةُ الْحَمَّامِ تُؤَدِّي إِلَى الْإِعْتِدَالِ ، وَيُنَقِّي الدَّرَنَ ، وَيُلَيِّنُ الْعَصَبَ وَالْعُرُوقَ ، وَيُقَوِّي الْأَعْضَاءَ الْكِبَارَ ، وَيُذِيبُ الْفُضُولَ وَالْعُقُونَاتِ .

فایده حمام کردن آن است که به اعتدال می انجامد ، چرک را می زداید ، پی و رگ ها را نرم می سازد ، اندام های بزرگ را تقویت می کند ، و مواد زاید و عفونت ها را نیز ذوب می کند.

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 29 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 322
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 260

حدیث - 161

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

الدَّاءُ ثَلَاثَةٌ وَالِدَوَاءُ ثَلَاثَةٌ ؛ فَأَمَّا الدَّاءُ : فَالدَّمُّ وَالْمِرَّةُ وَالْبَلْغَمُ ؛ فَدَوَاءُ الدَّمِّ الْحِجَامَةُ ، وَدَوَاءُ الْبَلْغَمِ الْحَمَّامُ ، وَدَوَاءُ الْمِرَّةِ الْمَشْيُ ؛

درد ، سه چیز است و درمان نیز سه چیز . اما درد ، عبارت است از : خون ، تلخه و بلغم . درمان خون ، حجامت است ، درمان بلغم ، حمام است ، و داروی تلخه نیز راه رفتن .

بحار الأنوار ، ج 62 ، صفحه 127 ، حدیث - 87 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 462 مقصود از «مشی» در پایان روایت ، هر چیزی است که

مسهل باشد. از آن رو ، مسهل را «مشی» نامیده‌اند که شخص را به راه رفتن و رفتن به سمت آبریزگاه ، وادار می‌سازد .

حدیث - 162

امام کاظم علیه السلام :

الْحَمَّامُ يَوْمٌ وَيَوْمٌ لَا يُكْثِرُ اللَّحْمَ ، وَإِذْمَانُهُ كُلَّ يَوْمٍ يُذِيبُ شَحْمَ الْكُلَيْتَيْنِ ؛
یک روز در میان حمام رفتن انسان را چاق می‌کند و هر روز حمام رفتن چربی کلیه‌ها را آب می‌کند .

مکارم الأخلاق : 1 / 126 / 303

حدیث - 163

امام صادق علیه السلام :

ثَلَاثٌ يَهْدِمْنَ الْبَدَنَ وَرُبَّمَا قَتَلْنَ : أَكْلُ الْقَدِيدِ الْغَابِ ، وَدُخُولُ الْحَمَّامِ عَلَى الْبِطْنَةِ ،
وَنِكَاحُ الْعَجَائِزِ ؛

سه چیز بدن را تباه می‌کند و چه بسا کُشنده است : خوردن آبگوشت شب مانده ، حمام رفتن با شکم پر و نزدیکی کردن با زنان سالخورده .

بحار الأنوار : 19 / 75 / 76

حدیث - 164

امام صادق علیه السلام :

لَا تَدْخُلِ الْحَمَّامَ إِلَّا وَفِي جَوْفِكَ شَيْءٌ يُطْفِئُ عَنْكَ وَهَجَ الْمَعِدَةِ ، وَهُوَ أَقْوَى
لِلْبَدَنِ . وَلَا تَدْخُلْهُ وَأَنْتَ مُمْتَلِئٌ مِنَ الطَّعَامِ ؛

زمانی حمام برو که در معدهات اندک چیزی که حرارت آن را فرو نشاند
باشد . این برای تقویت بدن تو بهتر است . باشکم پر نیز حمام نرو .

مکارم الأخلاق : 1 / 125 / 298 منتخب میزان الحکمة : 166

حدیث - 165

نِعْمَ الْبَيْتُ الْحَمَّامُ ؛ تُذَكِّرُ فِيهِ النَّارُ ، وَيَذْهَبُ بِالْدَّرَنِ .

چه نیکو سرایی است حمام ؛ آتش (دوزخ) را به یاد می آورد و چرک را (از
تن) می برد .

الْفقيه : 1 / 115 / 237 منتخب میزان الحکمة : 166

حدیث - 166

امام رضا علیه السلام :

الْجِمَاعُ بَعْدَ الْجِمَاعِ مِنْ غَيْرِ أَنْ يَكُونَ بَيْنَهُمَا غُسْلٌ ؛ يَوْرَثُ لِلْوَلَدِ الْجُنُونَ ؛
آمیزش پس از آمیزش، بی آن که میان آنها غسلی صورت پذیرفته باشد،
دیوانگی فرزند را در پی می آورد.

طبّ الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 28 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 268

حدیث - 167

امام علی عليه السلام :
مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَلَا بَقَاءَ فَلْيُبَاكِِرِ الْغَدَاءَ ، وَلْيَجُودِ الْحِذَاءَ ، وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ ، وَلْيُقِلَّ
غُشْيَانَ النِّسَاءِ ؛
هر کس طالب ماندن است ، که البته ماندنی در کار نیست ؛ صبح زود صبحانه
بخورد ، کفش خوب بپوشد ، قرض خود را کم کند و با زنان کمتر آمیزش کند .
عیون أخبار الرضا عليه السلام : 2 / 38 / 112 منتخب میزان الحکمة : 408

حدیث - 168

امام علی عليه السلام :
لَا رَزِيَّةَ أَعْظَمُ مِنْ دَوَامِ سُقْمِ الْجَسَدِ ؛
مصیبتی سخت تر از استمرار ناتندرستی نیست .
غرر الحکم ، حدیث - 10726 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 540 ،
حدیث - 9997 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 134

حدیث - 169

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
سَافِرُوا تَصِحُّوا وَتَسْلِمُوا؛

سفر کنید تا تن درست و سالم بمانید.
دانش‌نامه احادیث پزشکی: ج 1 ص 95 ح 82

حدیث - 170

قال رسولُ الله ﷺ :
لَوْلَا أَن أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لَأَمَرْتُهُمْ بِالسَّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ ؛
اگر ترس از سختگیری بر امتم نبود ، دستور می دادم که با هر نمازی مسواک
زنند .
الكافي : 1/22/3 .

حدیث - 171

امام علی علیه السلام فرمودند:
لَا عِيشَ أَهْنًا مِنَ الْعَافِيَةِ ؛
آسایشی گواراتر از عافیت نیست .
غرر الحكم و درر الكلم، حدیث - 10728

حدیث - 172

امام علی علیه السلام فرمودند:
لَا لِبَاسٍ أَجْمَلُ مِنَ السَّلَامَةِ ؛
هیچ لباسی زیباتر از سلامت نیست .
غرر الحكم و درر الكلم، حدیث 10635

حدیث - 173

امام علی علیه السلام فرمودند:

صِحَّةُ الْأَجْسَامِ مِنْ أَهْنَاءِ الْأَقْسَامِ ؛

سلامت جسم از گواراترین بهره‌هاست .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 5812

حدیث - 174

امام علی علیه السلام فرمودند:

شَيْئَانِ لَا يَعْرِفُ فَضْلَهُمَا إِلَّا مَنْ فَقَدَهُمَا ؛ الشَّبَابُ وَ الْعَافِيَةُ ؛

دو نعمت است که قدر آنها را نمی‌داند مگر کسی که از دستشان می‌دهد :

جوانی و تن‌درستی .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 5764

حدیث - 175

امام علی علیه السلام فرمودند:

ثَمَرَةُ الْحَزْمِ السَّلَامَةُ ؛

سلامتی ، میوه دوراندیشی است .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 4590

حدیث - 176

امام علی علیه السلام فرمودند:

تَوَقَّوْا الْبَرْدَ فِي أَوَّلِهِ وَ تَلَقَّوْهُ فِي آخِرِهِ، فَإِنَّهُ يَفْعَلُ فِي الْأَبْدَانِ كَمَا يَفْعَلُ فِي الْأَغْصَانِ أَوَّلُهُ يُحْرِقُ وَ آخِرُهُ يُورِقُ ؛

در آغاز سرما (فصل پاییز) خود را از سرما نگه دارید و در آخرش (فصل بهار) خود را به آن بسپارید ؛ زیرا سرما با تن‌ها همان می‌کند که با شاخه‌های درخت : در آغاز می‌سوزاند و در پایان، به برگ و بار می‌نشانند .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 4551

حدیث - 177

امام علی علیه السلام فرمودند:

بَادِرْ شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَ صِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ ؛

جوانی‌ات را پیش از پیری، و سلامتی‌ات را پیش از بیماری دریاب .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 4381

حدیث - 178

امام علی علیه السلام فرمودند:

بَصِحَّةِ الْمِزَاجِ تُوجَدُ لَذَّةُ الطَّعْمِ ؛

با سلامت مزاج، گوارایی غذا احساس می‌شود .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث 4289

حدیث - 179

حضرت امام موسی کاظم علیه السلام فرمودند:
لا تستغنی شیعتنا عن أربع: خمرۃ یصلی علیها و خاتم یتختم به و سواک
یستاک به و سبحة من طین قبر أبی عبدالله علیه السلام ؛
پیروان ما از چهار چیز بی نیاز نیستند:
؟ - سجاده‌ای که بر روی آن نماز خوانده شود.
؟ - انگشتری که در انگشت باشد.
؟ - مسواکی که با آن دندانها را مسواک کنند.
؟ - تسبیحی از خاک مرقد امام حسین علیه السلام
تهذیب الاحکام، ج ۲، ص ۲۲؟

حدیث - 180

امام صادق علیه السلام :
الحِناء یذهبُ بالسَّهکِ ، ویزیدُ فی ماءِ الوجهِ ، ویطیبُ النِّکَهِةَ ، وُیَحْسِنُ الوَلَدَ ؛
حنا کردن ، بدبویی عرق را از میان می‌برد ، بر طراوت و تازگی چهره
می‌افزاید ، بوی دهان را خوش می‌سازد و فرزند را نکو می‌کند .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 484 ، حدیث - 5

حدیث - 181

پیامبر خدا ﷺ :

اِخْتَضِبُوا بِالْحِنَاءِ ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ ، وَيُطَيِّبُ الرِّيحَ ، وَيُسَكِّنُ الزَّوْجَةَ ؛

به حنا خضاب بندید؛ چرا که دیده را جلا می دهد ، مو بر می رویاند ، بو را خوش می سازد و همسر مرد را آرامش می بخشد.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 483 ، حدیث - 4

حدیث - 182

پیامبر خدا ﷺ :

الْحِنَاءُ خِضَابُ الْإِسْلَامِ ؛ يَزِيدُ فِي الْمُؤْمِنِ عَمَلَهُ ، وَيَذْهَبُ بِالصَّدَاعِ ، وَيُحِدُّ الْبَصَرَ ، وَيَزِيدُ فِي الْوَقَاعِ ، وَهُوَ سَيِّدُ الرِّاحِينَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ؛

حنا، خضاب اسلام است؛ بر [ثواب] عمل مؤمن می افزاید ، سردرد را از میان می برد ، چشم را تیزبین می کند ، قدرت آمیزش را افزون می سازد و مهتر گیاهان خوش بو در دنیا و آخرت است.

طب النبى ﷺ ، ص 10 و مكارم الأخلاق، ج 1، ص 189، ح 558

حدیث - 183

امام علی علیه السلام :

الدَّهْنُ يُلَيِّنُ الْبَشَرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ ، وَيُسَهِّلُ مَجَارِيَ الْمَاءِ ، وَيُذْهِبُ الْقَشْفَ ، وَيُسْفِرُ اللَّوْنَ ؛

روغن ، پوست را نرم می‌کند ، بر توان مغز می‌افزاید ، مجاری آب را در بدن می‌گشاید ، کثافت پوست را از میان می‌برد و رنگ را روشن‌تر می‌کند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 519 ، حدیث - 1 و ح 4

حدیث - 184

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا تُشَقَّقَ شَفَتَاهُ ، وَلَا يَخْرُجَ فِيهَا نَاسُورٌ ، فَلْيُدْهِنْ حَاجِبَيْهِ ؛

هر کس می‌خواهد که لب‌هایش نترکد و از آن ناسور بیرون نزنند ، به ابروهای خود ، روغن بمالد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، ص 40 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 325

حدیث - 185

امام باقر علیه السلام :

دُهْنُ اللَّيْلِ يَجْرِي فِي الْعُرُوقِ ، وَيُرَوِّي الْبَشَرَةَ ، وَيُبَيِّضُ الْوَجْهَ ؛

روغن [مالیدن] شبانه ، در رگ‌ها جریان می‌یابد و پوست را آبیاری و چهره را سفید می‌کند .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 519 ، حديث - 5

حديث - 186

امام رضا عليه السلام :

إِذَا أَرَدْتَ أَلَّا يَظْهَرَ فِي بَدَنِكَ بَشَرَةٌ وَلَا غَيْرُهَا ، فَابْدَأْ عِنْدَ دُخُولِ الْحَمَّامِ بِدُهْنِ بَدَنِكَ ، بِدُهْنِ الْبَنْفَسَجِ ؛

اگر می خواهی که در بدنت جوش و جز آن رخ ننماید ، هنگام در آمدن به حمام ، چرب کردن بدن خود را به روغن بنفشه ، آغاز کن .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، ص 31 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 322

حديث - 187

امام علی عليه السلام :

ادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ وَاتَّذِمُوا بِهِ ؛ فَإِنَّهُ دُهْنَةُ الْأَخْيَارِ ، وَإِدَامُ الْمُصْطَفَيْنِ ؛
به روغن زیتون ، خود را چرب کنید و از آن ، خورش سازید ؛ چرا که آن ،
روغن نیکان و خورش برگزیدگان است .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 331 ، حديث - 4

حديث - 188

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

كُلُوا الزَّيْتَ ، وَادَّهِنُوا بِالزَّيْتِ ؛ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةِ مُبَارَكَةٍ ؛

زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون چرب کنید ؛ چرا که آن ، از درختی
خجسته است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 331 ، حدیث - 1

حدیث - 189

امام صادق علیه السلام :

الْبَنْفَسُجُ سَيِّدُ أَدْهَانِكُمْ ؛

بنفشه ، مهتر همه روغن های شماست .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 521 ، حدیث - 1

حدیث - 190

امام صادق علیه السلام :

فَضْلُ الْبَنْفَسِجِ عَلَى الْأَدْهَانِ كَفَضْلِ الْإِسْلَامِ عَلَى الْأَدْيَانِ . نِعَمَ الدَّهْنُ الْبَنْفَسِجُ ،
لَيَذْهَبُ بِالْدَّاءِ مِنَ الرَّأْسِ وَالْعَيْنَيْنِ ، فَأَدَّهِنُوا بِهِ ؛

برتری بنفشه بر دیگر روغن ها به سان برتری اسلام بر دیگر ادیان است .

بنفشه ، خوب روغنی است! درد را از سر و چشمان می برد . خود را بدان ،

چرب کنید .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 521 ، حدیث - 5

حدیث - 191

امام صادق علیه السلام :

غَسَلَ الرَّأْسَ بِالْخَطْمِ أَمَانٌ مِنَ الصُّدَاعِ وَبَرَاءَةٌ مِنَ الْفَقْرِ، وَطَهْرٌ لِلرَّأْسِ مِنَ الْحَزَازَةِ ؛

شستن سر با خطمی ، مایه ایمنی از سردرد ، برکنار ماندن از فقر ، و پاکیزگی سر از سیوسه است .

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 86 ، حدیث - 1

حدیث - 192

امام کاظم علیه السلام :

إِنَّ شَعْرَ الرَّأْسِ إِذَا طَالَ ضَعَفَ الْبَصَرُ ، وَذَهَبَ بَضْوَاءُ نَوْرِهِ . وَطَمَّ الشَّعْرُ ؛ يُجْلَى الْبَصَرُ ، وَيَزِيدُ فِي ضَوْءِ نَوْرِهِ ؛

موی سر ، اگر بلند شود ، دیده به ضعف می گراید و فروغ نورش می رود؛ اما کوتاه کردن مو ، دیده را جلا می دهد و بر فروغ نور آن می افزاید.

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 85 ، حدیث - 10

حدیث - 193

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ اتَّخَذَ شَعْرًا فَلْيُحْسِنْ وَلَايَتَهُ ، أَوْ لِيَجُزَّهُ ؛

هر کس مو بگذارد باید خوب به آن برسد و گر نه کوتاهش کند .

حدیث - 194

عن ابن سنان :

سألتُ الصادق عليه السلام عن إطالة الشعر ، فقالَ : كانَ أصحابُ رسولِ الله صلى الله عليه وآله مُقَصِّرِينَ ؛ يَعْنِي الطَّمَّ ؛

به نقل از ابن سنان: به امام صادق عليه السلام گفتم : درباره بلند کردن موها چه می فرمایی ؟

فرمود ند: یاران حضرت محمد صلى الله عليه وآله ، موهای خود را می زدند ؛ یعنی کوتاه می کردند .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 139 ، حدیث - 350

حدیث - 195

پیامبر خدا صلى الله عليه وآله :

كَثْرَةُ تَسْرِيحِ الرَّأْسِ تَذْهَبُ بِالْوَبَاءِ ، وَتَجْلِبُ الرِّزْقَ ، وَتَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ؛
فراوان شانه زدن موها ، وبأ را از میان می برد ، روزی می آورد و بر قدرت انسان برای نزدیکی می افزاید .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 489 ، حدیث - 6

حدیث - 196

عن ابن فضال عمّن ذكره عن الإمام الصادق عليه السلام ، قال :
ذَكَرْنَا الْأَخْذَ مِنَ الشَّارِبِ ، فَقَالَ : نُشْرَةٌ ، وَهُوَ مِنَ السُّنَّةِ ؛
به نقل از ابن فضال ، از راوی‌ای که خود از وی نام برده است : [نزد امام
صادق عليه السلام] از کوتاه کردن سبیل سخن به میان آوردیم . فرمودند : این عمل ،
نوعی پیشگیری از بیماری و عمل به سنت پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم است .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 487 ، حدیث - 8

حدیث - 197

امام صادق عليه السلام :
خُذْ مِنْ شَارِبِكَ وَأَظْفَارِكَ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ ؛ فَإِنْ لَمْ يَكُنْ فِيهَا شَيْءٌ فَحُكِّهَا لَا
يُصِيبُكَ جُنُونٌ وَلَا جُذَامٌ وَلَا بَرَصٌ ؛
در هر جمعه ، اندکی از سبیل و ناخن‌های خود را بگیر؛ و اگر هم چیزی
وجود نداشته باشد ، آن را [کمی] بسای ، دیوانگی ، جذام و پیسی به تو
نمی‌رسد .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 490 ، حدیث - 3

حدیث - 198

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ قَلَّمَ أَظْفَارَهُ يَوْمَ السَّبْتِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ وَأَخَذَ مِنْ شَارِبِهِ عَوْفَى مِنْ وَجَعِ
الضَّرْسِ ، وَوَجَعِ الْعَيْنِ ؛

هر کس در روز پنج‌شنبه و شنبه ، ناخن‌های خود را کوتاه کند و قدری از
سبیل خود بگیرد ، از دندان‌درد و درد چشم در امان باشد.

من لا يحضره الفقيه ، جلد 1 ، صفحه 128 ، حدیث - 312

حدیث - 199

پیامبر خدا ﷺ :

لَا يُطَوِّلَنَّ أَحَدُكُمْ شَارِبَهُ ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَتَّخِذُهُ مَخْبَأً يَسْتَتِرُ بِهِ ؛

مبادا که کسی از شما سبیل خود را بلند کند ؛ زیرا شیطان، آن را مخفیگاه
می‌گیرد و در آن، پنهان می‌شود.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 488 ، حدیث - 11

حدیث - 200

امام صادق علیه السلام :

تَسْرِيحُ الرَّأْسِ يَقْطَعُ الْبَلْعَمَ ، وَتَسْرِيحُ الْحَاجِبَيْنِ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ ، وَتَسْرِيحُ
الْعَارِضَيْنِ يَشُدُّ الْأَضْرَاسَ ؛

شانه کردن موی سر ، بلغم را از میان می‌برد ، شانه‌زدن ابروها ، ایمنی از جدام است و شانه‌زدن موی گونه‌ها ، دندان‌ها را استحکام می‌دهد .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 167 ، حدیث - 480

حدیث - 201

امام صادق علیه السلام :
المَشْطُ لِلْحَيَةِ يَشْدُ الْأُضْرَاسَ؛
شانه زدن ریش ، دندان‌ها را استحکام می‌بخشد .
الكافی ، جلد 6 ، صفحه 488 ، حدیث - 1

حدیث - 202

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ ، وَيُحِبُّ أَنْ يَرَى أَثَرَ نِعْمَتِهِ عَلَى عَبْدِهِ ،
وَيُبْغِضُ الْبُؤْسَ وَالتَّبَاؤُسَ؛
خداوند متعال زیباست ، زیبایی را دوست دارد و دوست دارد اثر نعمت خود
را در بنده‌اش ببیند . او فقر و فقرنمایی را دشمن دارد .
كنز العمال : 17166

حدیث - 203

پیامبر خدا ﷺ :

لِيَأْخُذَ أَحَدُكُمْ مِنْ شَارِبِهِ وَالشَّعْرِ الَّذِي فِي أَنْفِهِ ، وَلِيَتَعَاهَدَ نَفْسَهُ ، فَإِنَّ ذَلِكَ يَزِيدُ فِي جَمَالِهِ؛

هر کس از شما باید مقداری از سبیل و موهای بینی خود را بگیرد و به خود برسد ؛ زیرا این کارها بر زیبایی می افزاید .

قرب الإسناد : 67 / 215

حدیث - 204

امام علی علیه السلام :

لِيَتَزَيَّنَ أَحَدُكُمْ لِأَخِيهِ الْمُسْلِمِ إِذَا أَتَاهُ كَمَا يَتَزَيَّنُ لِلْغَرِيبِ الَّذِي يُحِبُّ أَنْ يَرَاهُ فِي أَحْسَنِ الْهَيْئَةِ؛

هر یک از شما ، همان گونه که خود را برای غریبه ای که دوست دارد وی را در بهترین حالت ببیند ، آراسته و مرتب می کند ، برای رفتن نزد برادر مسلمانش نیز خود را بیاراید .

بحار الأنوار : 79 / 298 / 3

حدیث - 205

امام علی علیه السلام :

سُمُونُ الْبَقَرِ شِفَاءٌ؛

روغن گاو ، شفاست .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 335 ، حدیث - 1

حدیث - 206

امام صادق علیه السلام :

اللَّوْبِيَا يَطْرُدُ الرِّيحَ الْمُسْتَبْطِنَةَ ؛

لوییا ، بادهای نهفته درون را دور می‌کند .

الكافی ، ج 6 ، ص 344 ، ح 4

حدیث - 207

امام رضا علیه السلام :

الْإِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الْبَارِدِ بَعْدَ أَكْلِ السَّمَكِ يُوْرِثُ الْفَالِجَ ؛

غسل کردن با آب سرد پس از خوردن ماهی ، سست اندامی در پی می‌آورد.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 208

امام صادق علیه السلام :

الرَّيْحُ الطَّيِّبَةُ تَشُدُّ الْعَقْلَ ، وَ تَزِيدُ فِي الْبَاهِ ؛

بوی خوش ، قلب را استواری می‌بخشد و بر توان جنسی می‌افزاید .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 275

حدیث - 209

امام علی علیه السلام فرمودند:
الطَّيْبُ نُشْرَةٌ؛
بوی خوش، درمانگر است.
نهج البلاغه، حکمت 400

حدیث - 210

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
إِنَّ الرِّيحَ الطَّيِّبَةَ تَشُدُّ الْقَلْبَ ، وَتَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ؛
بوی خوش، قلب را استواری می بخشد و بر توان همبستری می افزاید .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 510 ، حدیث - 3

حدیث - 211

امام کاظم علیه السلام :
لَا يَنْبَغِي لِلرَّجُلِ أَنْ يَدَعَ الطَّيِّبَ فِي كُلِّ يَوْمٍ ، فَإِنْ لَمْ يَقْدِرْ عَلَيْهِ فَيَوْمٌ وَيَوْمٌ لَا ،
فَإِنْ لَمْ يَقْدِرْ ففِي كُلِّ جُمُعَةٍ وَلَا يَدَعُ ؛
شایسته است که مرد هر روز از بوی خوش استفاده کند ؛ اگر هر روز
نتوانست ، یک روز در میان عطر زند و چنانچه این هم مقدورش نبود جمعه ها
را ترک نکند .
الکافی : 4 / 510 / 6

حدیث - 212

امام رضا علیه السلام :

الطَّيِّبُ مِنْ أَخْلَاقِ الْأَنْبِيَاءِ؛

عطر زدن از اخلاق پیامبران است .

الكافی : 6 / 510 / 1

حدیث - 213

امام رضا علیه السلام :

ثَلَاثٌ مِنْ سُنَنِ الْمُرْسَلِينَ : الْعَطْرُ ، وَأَخْذُ الشَّعْرِ ، وَكَثْرَةُ الطَّرِيقَةِ؛

از سنت‌های پیامبران است : عطر زدن ، کوتاه کردن مو و فراوانی آمیزش .

الكافی ، جلد 5 ، صفحه 320 ، حدیث - 3

حدیث - 214

امام علی علیه السلام :

إِسْتِجَادَةُ الْحِذَاءِ ؛ وَفَايَةُ اللَّبَدَنِ ، وَ عَوْنٌ عَلَى الصَّلَاةِ وَالطَّهْوَرِ؛

کفش خوب به پا کردن ، مایه نگهداری بدن است و یاری‌دهنده‌ای است بر

نماز و طهارت .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 462 ، حدیث - 1

حدیث - 215

امام علی علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَلَا بَقَاءَ فَلْيُبَاكِِرِ الْغَدَاءَ ، وَلْيُجَوِّدِ الْحِذَاءَ ، وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ .
هر کس طالب ماندن است ، که البته ماندنی در کار نیست ؛ صبح زود صبحانه
بخورد ، کفش خوب بپوشد ، قرض خود را کم کند .
عیون أخبار الرضا علیه السلام : 2 / 38 / 112

حدیث - 216

امام صادق علیه السلام :

وَطِئَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الرَّمْضَاءَ فَأَحْرَقَتْهُ ، فَوَطِئَ عَلَى الرَّجْلَةِ ؛ وَهِيَ الْبَقْلَةُ
الْحَمَقَاءُ ، فَسَكَنَ عَنْهُ حَرُّ الرَّمْضَاءِ ، فَدَعَا لَهَا وَكَانَ يُحِبُّهَا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَيَقُولُ : مِنْ بَقْلَةٍ
مَا أَبْرَكَهَا ؛

پیامبر خدا بر زمین سوخته‌ای پا نهاد و آن زمین ، پایش را سوزاند . پس ،
پای خویش را بر خُرفه نهاد و در نتیجه ، سوزش حاصل از زمین سوخته ، فرو
نشست . از آن پس ، پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خُرفه را دوست داشت ، برای آن دعا می‌کرد
و می‌گفت : چه گیاه پُر برکتی است !

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 367

حدیث - 217

امام حسین علیه السلام :

قالَ لى رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : يا بُنَيَّ . . . وَاسْتَجِدِ النَّعَالَ ؛ فَإِنَّهَا خَلَاخِيلُ الرِّجَالِ ؛

پیامبر خدا به من فرمودند: فرزندم! . . . کفش خوب به پا کن که کفش ،
خلخال (زینت پای) مردان است .

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 591

حدیث - 218

پیامبر خدا ﷺ :

دُمُ عَلَى الطَّهَارَةِ يُوسَّعُ عَلَيْكَ فِي الرِّزْقِ؛

پیوسته در حال طهارت و پاکیزگی باش، روزیت افزایش می یابد.

کنز العمال : 44154

حدیث - 219

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

الْخِلَالُ بَعْدَ الطَّعَامِ ؛ يَشُدُّ اللَّثَاتِ ، وَيَجْلِبُ الرِّزْقَ ، وَيُطَيِّبُ النَّكْهَةَ؛

خلال کردن پس از [خوردن] غذا ، لثه ها را محکم می کند، روزی می آورد و

بوی دهان را خوش می سازد.

إحقاق الحق ، جلد 12 ، صفحه 283

حدیث - 220

عن أحمد بن عبد الله الأسدي عن رجل عن الإمام الصادق عليه السلام :

ناول النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ جَعْفَرَ بْنَ أَبِي طَالِبٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ خِلَالاً ، فَقَالَ لَهُ :

يا جَعْفَرُ ، تَخَلَّلْ ؛ فَإِنَّهُ مَصْلَحَةٌ لِلْفَمِ - أَوْ قَالَ : لِلثَّتَةِ - ، وَمَجْلَبَةٌ لِلرِّزْقِ ؛
به نقل از احمد بن عبد الله اسدی، از مردی، از امام صادق عليه السلام : پیامبر
خدا، خلالی به جعفر بن ابی طالب دادند و فرمودند: ای جعفر! خلال کن ، که این
کار، موجب بهداشت دهان (یا فرمودند: لثه) و سبب جلب روزی است.
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 376 ، حدیث - 4

حدیث - 221

پیامبر خدا ﷺ می فرماید :
تَخَلَّلُوا عَلَى أَثَرِ الطَّعَامِ ؛ فَإِنَّهُ صِحَّةٌ لِلنَّابِ وَالنَّوَاجِدِ ، وَيَجْلِبُ عَلَى الْعَبْدِ الرِّزْقَ ؛
در پی غذا خوردن ، خلال کنید؛ چرا که مایه سلامت دندان‌های نیش و
نواجِد (آسیا) است و برای انسان ، جلب روزی می‌کند.
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 331 ، حدیث - 1061

حدیث - 222

قالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ أَبِي يَعْفُورٍ لِلصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ : جُعِلْتُ فِدَاكَ ! يُقَالُ : مَا اسْتُنْزِلَ
الرِّزْقُ بِشَيْءٍ مِثْلِ التَّعْقِيبِ فِيمَا بَيْنَ طُلُوعِ الْفَجْرِ إِلَى طُلُوعِ الشَّمْسِ .
فَقَالَ : أَجَلْ ، وَلَكِنْ أُخْبِرُكَ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكَ ، أَخَذِ الشَّارِبِ وَتَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ يَوْمَ
الْجُمُعَةِ ، وَتَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ يَوْمَ الْخَمِيسِ يَدْفَعُ الرَّمْدَ ؛

عبد الله بن ابي يعفور به امام صادق (عليه السلام) گفت: فدایت شوم! گفته می شود هیچ چیز به اندازه تعقیبات میان طلوع سپیده و طلوع خورشید ، سبب نزول روزی نشده است.

امام صادق (عليه السلام) فرمودند: آری؛ اما تو را از بهتر از این آگاه سازم: گرفتن سیل و کوتاه کردن ناخن در روز جمعه. کوتاه کردن ناخن ها در روز پنجشنبه نیز چشم درد را دور می کند.

من لا يحضره الفقيه ، جلد 1 ، صفحه 127 ، حدیث - 310

حدیث - 223

امام کاظم (عليه السلام) نیز می فرمایند:
غَسَلُ الرَّأْسِ بِالسِّدْرِ يَجْلِبُ الرِّزْقَ جَلْبًا ؛
شستن سر با سدر ، روزی آور است .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 504 ، حدیث - 6

حدیث - 224

قال الصادق (عليه السلام) :
لِتَزِينَ أَحَدَكُمْ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يَغْتَسِلُ وَيُطَيِّبُ وَيَسْرَحُ لِحِيَّتَهُ وَيَلْبَسُ أَنْظَفَ ثِيَابِهِ
وَلِيَتَهَيَّأَ لِلْجُمُعَةِ وَلِيَكُنْ عَلَيْهِ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ السَّكِينَةُ وَالْوَقَارُ ؛
باید هر یک از شما در روز جمعه خود را بیاراید (رعایت چهار نوع نظافت
(:
1 - غسل کند.

2 - عطر بزنند

3 - ریش و موهای خود را شانه کند.

4 - پاکیزه ترین جامه هایش را بپوشد و برای نماز جمعه آماده شود، البته باید آرامش و وقار در رفتار او نمایان باشد.
(فروع کافی، ج 3، ص 417).

حدیث - 225

فِي الشَّمْسِ أَرْبَعُ خِصَالٍ: تَغْيِيرُ اللَّوْنِ، وَتُنْتِنُ الرِّيحَ، وَتُخْلِقُ الثِّيَابَ، وَتُورِثُ الدَّاءَ.

در آفتاب، چهار چیز است: رنگ را دیگرگون می‌سازد، بوی [بدن] را بد می‌کند، جامه را کهنه می‌نماید، و بیماری بر جای می‌نهد.

الخصال، صفحه 249، حدیث - 111 عن موسى بن إبراهيم المروزي عن الإمام الكاظم عليه السلام، روضة الواعظین، صفحه 340، بحار الأنوار، جلد 76، صفحه 183، حدیث - 2 دانش نامه احادیث پزشکی: 1 / 492

حدیث - 226

امام علی عليه السلام:

إِذَا جَلَسَ أَحَدُكُمْ فِي الشَّمْسِ فَلْيَسْتَدْبِرْهَا بِظَهْرِهِ؛ فَإِنَّهَا تُظْهِرُ الدَّاءَ الدَّفِينِ.
هر گاه کسی از شما در زیر آفتاب می‌نشیند، پشت به خورشید قرار گیرد؛ چرا که آفتاب، بیماری‌های نهفته را آشکار می‌سازد.

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 183 ، حدیث - 3 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 492

حدیث - 227

امام علی علیه السلام :

مَنْ كَثُرَ أَكْلُهُ قَلَّتْ صِحَّتُهُ ، وَثَقُلَتْ عَلَى نَفْسِهِ مُؤَنَّتُهُ .

هر کس خوردنش بسیار شود ، تن درستی اش کاهش می یابد و هزینه اش بر وی سنگین می گردد .

غرر الحکم ، حدیث - 8903 ، عیون الحکم والمواعظ ، صفحه 434 ،

حدیث - 7500 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 46

حدیث - 228

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَشْتَكَى مَثَانَتَهُ ، فَلَا يَحْبِسِ الْبَوْلَ وَلَوْ عَلَى ظَهْرِ دَابَّتِهِ .

هر کس می خواهد مثانه اش به عارضه ای گرفتار نشود ، پیشاب خود را نگه ندارد ، حتی اگر که بر پشت مرکب خویش نشسته باشد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 35 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 323

دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 586

حدیث - 229

امام رضا علیه السلام :

أَدْخُلِ الْخَلَاءَ لِحَاجَةِ الْإِنْسَانِ ، وَالْبَثُ فِيهِ بِقَدَرٍ مَا تَقْضِي حَاجَتَكَ ، وَلَا تُطِيلْ فِيهِ ؛ فَإِنَّ ذَلِكَ يورثُ الدَّاءَ الدَّفِينُ .

برای قضای حاجت ، به آبریزگاه برو و در آن جا به همان اندازه که قضای حاجت کنی ، بمان و آن را به درازا مکشان ؛ چرا که این کار ، درد نهفته را در پی می آورد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 317 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 438 در بحار الأنوار به جای «الداء الدفين (درد نهفته در داخل انسان)» عبارت «داء الفيل (پاخره و پافیلی)» آمده است . علامه مجلسی ، در توضیح روایت می گوید : به وجود آمدن پاخره در اثر زیاد نشستن در آبریزگاه ، شاید به خاطر موادی باشد که از قسمت های بالای بدن به طرف پاها سرازیر شده و موجب ضعف و سستی آنها می شود.

حدیث - 230

امام کاظم علیه السلام :

السَّوَاكُ فِي الْخَلَاءِ يورثُ الْبَخْرَ .

مسواک زدن در آبریزگاه ، بد بویی دهان را در پی می آورد .

کتاب من لا یحضره الفقیه ، جلد 1 ، صفحه 52 ، حدیث - 110 دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 396

حدیث - 231

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ الْأَكْلُ مِنْ غَيْرِ جَوْعٍ ، وَالنَّوْمُ مِنْ غَيْرِ سَهَرٍ .
 خوردن بدون گرسنگی و خوابیدن بدون بیداری کشیدن [و احساس نیاز به
 خواب] ، نزد خداوند ، گناهی سهمگین است .
 الفردوس ، جلد 3 ، صفحه 306 ، حدیث - 4920 عن عبد الله بن عمرو ،
 كنز العمال ، جلد 16 ، صفحه 80 ، حدیث - 44011 دانش نامه احادیث
 پزشکی : 2 / 84

حدیث - 232

پیامبر خدا ﷺ :
 إِذَا نَامَ أَحَدُكُمْ وَفِي يَدِهِ رِيحٌ غَمَرٍ ، فَلَمْ يَغْسِلْ يَدَهُ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ ، فَلَا يَلُومَنَّ
 إِلَّا نَفْسَهُ .
 اگر کسی از شما در حالی خوابید که در دستانش بوی گوشت بود و آن را
 نشست و آن گاه عارضه‌ای به وی رسید ، مباد جز خویش را نکوهش کند .
 كنز العمال ، جلد 15 ، صفحه 243 ، حدیث - 40768 دانش نامه احادیث
 پزشکی : 2 / 66

حدیث - 233

امام کاظم علیه السلام :
 عَلَامَاتُ الدَّمِ أَرْبَعٌ : الْحِكَّةُ ، وَالْبَثْرَةُ وَالنُّعَاسُ ، وَالذُّورَانُ .
 خون (غلبه خون) را چهار نشانی است : خارش ، جوش ، چرت‌زدگی و
 سرگیجه .

الخصال ، صفحه 250 ، حدیث - 115 عن یونس بن عبدالرحمن ، روضة
الواعظین ، صفحه 340 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 97 ، حدیث - 12
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 458

حدیث - 234

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَشْتَكَى أُذُنُهُ ، فَلْيَجْعَلْ فِيهَا عِنْدَ النَّوْمِ قُطْنَةً .

هر کس می خواهد گوش هایش درد نگیرد ، به هنگام خواب در آنها پنبه
بگذارد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 37 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324
وفیه «یؤلّمه» بدل «یشتکی» دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 318

حدیث - 235

امام حسین علیه السلام :

قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَا بُنَيَّ ، نَمِ عَلَى قَفَاكَ يَخْمَصُ بَطْنُكَ ، وَاشْرَبِ
الْمَاءَ مَصًّا يَمْرَأَكَ أَكُلَكَ ، وَاکْتَحِلْ وَتَرَا يُضِيئُ لَكَ بَصْرُكَ ، وَادَّهِنْ غَبَا تَشَبَّهَ بِسُنَّةِ
نَبِيِّكَ .

پیامبر خدا به من فرمودند: «فرزندم! به پشت بخواب تا شکمت کوچک شود
، آب را به مکیدن بنوش تا خوردنت بر تو گوارا آید ، به شمار دفعات فرد ،
سرمه بکش تا چشمانت روشن شود و یک روز در میان ، روغن بزن تا به سنت
پیامبر خویش ، عمل کرده باشی.»

دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 164 ، حدیث - 591 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 300

حدیث - 236

امام صادق علیه السلام :

السُّنَّةُ فِي النُّورَةِ فِي كُلِّ خَمْسَةِ عَشَرَ يَوْمًا ، فَإِنْ أَتَتْ عَلَيْكَ عَشْرُونَ يَوْمًا
وَلَيْسَ عِنْدَكَ فَاسْتَقْرِضْ عَلَى اللَّهِ .

سنت در مورد نوره ، آن است که هر پانزده روز یک بار انجام شود . اگر
بیشتر روز بر تو گذشت و این کار را انجام ندادی و هیچ چیز هم برای خرید
آن نداشتی ، به حساب خداوند ، قرض کن .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 506 ، حدیث - 9

حدیث - 237

امام صادق علیه السلام :

التَّنَظُّفُ بِالْمُوسَى فِي كُلِّ سَبْعٍ ، وَبِالنُّورَةِ فِي كُلِّ خَمْسَةِ عَشَرَ يَوْمًا ؛

زدودن موها با تیغ در هر هفت روز ، و با نوره در هر پانزده روز ، پسندیده
است .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 138 ، حدیث - 346 ، بحار الأنوار ، جلد

76 ، صفحه 83 ، حدیث - 1

حدیث - 238

امام علی علیه السلام :

أَحَبُّ لِلْمُؤْمِنِ أَنْ يَطْلِيَ فِي كُلِّ خَمْسَةِ عَشَرَ يَوْمًا ؛

برای مؤمن ، این را دوست دارم که در هر پانزده روز یک بار ، موزدایی کند

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 506 ، حدیث - 8

حدیث - 239

امام کاظم علیه السلام :

غَسَلَ الرَّأْسَ بِالسِّدْرِ يَجْلِبُ الرِّزْقَ جَلْبًا ؛

شستن سر با سدر ، روزی آور است .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 504 ، حدیث - 6

حدیث - 240

قال رسول الله ﷺ :

السواك شطر الوضوء ؛

مسواک کردن جزئی از وضو است .

(محجة البيضاء، ج 1، ص 297)

حدیث - 241

پیامبر خدا ﷺ :

الماء الذى تُسَخِّنُهُ الشَّمْسُ لَا تَوَضَّؤُوا بِهِ ، وَلَا تَغْتَسِلُوا بِهِ ، وَلَا تَعَجِّنُوا بِهِ ؛
فَإِنَّهُ يورثُ البرَصَ ؛

با آبی که به آفتاب گرم شده است ، نه وضو سازید ، نه غسل کنید و نه خمیر
بسازید ؛ چرا که پیسی می آورد .

الکافی ، جلد 3 ، صفحه 15 ، حدیث - 5

حدیث - 242

امام علی علیه السلام :

قِيَامُ اللَّيْلِ مَصَحَّةُ الْبَدَنِ ؛

شب زنده داری ، مایه تن درستی است .

تهذیب الأحکام ، جلد 2 ، صفحه 121 ، حدیث - 457 ، بحار الأنوار ،

جلد 62 ، صفحه 267 ، حدیث - 48

حدیث - 243

پیامبر خدا ﷺ :

نَظَّفُوا طَرِيقَ الْقُرْآنِ ، قِيلَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، وَمَا طَرِيقُ الْقُرْآنِ ؟ قَالَ : أَفْوَاهُكُمْ ،

قِيلَ : بِمَاذَا ؟ قَالَ : بِالسَّوَاكِ ؛

گذرگاه قرآن را نظافت کنید. عرض شد: ای رسول خدا، گذرگاه قرآن چیست؟ فرمودند: دهانهایتان. عرض شد: با چه تمیزش کنیم؟ فرمودند: با مسواک زدن .

بحار الأنوار : 92 / 213 / 11 منتخب میزان الحکمة : 460

حدیث - 244

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند:
خَمْسٌ مِنْ سُنَنِ الْمُرْسَلِينَ: الْحَيَاءُ وَالْحِلْمُ وَالْحِجَامَةُ وَالسَّوَاكُ وَالتَّعَطُّ؛
پنج چیز از سنت پیغمبران است: حیا، بردباری، حجامت کردن، و مسواک و
عطر زدن.

نهج الفصاحه، ح 1463

حدیث - 245

امام رضا علیه السلام فرمودند:
مِنْ أَخْلَاقِ النَّبِيَاءِ التَّنَظُّفُ؛
پاکیزگی از اخلاق پیامبران است.
کافی، ج 5، ص 567، ح 50

حدیث - 246

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
النَّظَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ؛

پاکیزگی از ایمان است.

نهج الفصاحه

حدیث - 247

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

النَّظَرُ إِلَى الْخَضِرَةِ يَزِيدُ فِي الْبَصَرِ؛

به سبزه نگریستن بینائی را افزون می کند.

نهج الفصاحه

حدیث - 248

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

مَا جَاءَنِي جِبْرِيلُ قَطًّا إِلَّا أَمَرَنِي بِالسَّوَاكِ حَتَّى لَقَدْ خَشِيتُ أَنْ أَحْفَى مَقْدَمَ

فمى؛

هر وقت جبریل پیش من آمد مرا به مسواک کردن فرمان داد تا آنجا که

ترسیدم جلو دهان خود را ببرم.

نهج الفصاحه

حدیث - 249

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

فِي السَّوَاكِ ثَمَانِيهِ خِصَالٍ: يَطْيِبُ الْفَمَ، وَ يَشُدُّ اللَّثَّةَ، وَ يَجْلُو الْبَصَرَ، وَ يَذْهَبُ

الْبَلْغَمَ، وَ يَفْرَحُ الْمَلَائِكَةُ، وَ يَرْضَى الرَّبُّ، وَ يَزِيدُ فِي الْحَسَنَاتِ، وَ يَصْحَحُ الْمَعْدَةَ؛

در مسواک کردن هشت فائده هست: دهان را پاکیزه کند، و لثه را محکم کند،
و چشم را روشن کند، و بلغم ببرد، و فرشتگان را خوشحال کند، و پروردگار را
خشنود کند، و اعمال خوب را بیفزاید، و معده را به صلاح آرد.
نهج الفصاحه

حدیث - 250

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
غسل الإِناء و طهاره الفناء یورثان الغنی؛
شستن ظرفها و پاکیزگی حیاط، مایه غناست.
نهج الفصاحه

حدیث - 251

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
علیکم بالسّواک فنعم الشیء السّواک یشدّ اللّٰه و یذهب بالبخر و یصلح
المعده و یزید فی درجات الجنّه و یرضی الرّبّ و یسخط الشیطان؛
مسواک کنید که مسواک خوب چیزی است، لثه را محکم کند و بوی دهان
ببرد و معده را به صلاح آورد و درجات بهشت بیفزاید و پروردگار را خشنود
کند و شیطان را به خشم آرد.
نهج الفصاحه

حدیث - 252

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
علیکم بالسّواک فإنّه مطیبه للفم مرضاه للرّب؛
مسواک کنید که مایه پاکیزگی دهان و رضای خداست.
نهج الفصاحه

حدیث - 253

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
طیبوا أفواهکم بالسّواک؛
دهانهای خویش را به مسواک پاکیزه کنید.
نهج الفصاحه

حدیث - 254

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
السّواک من الفطره؛
مسواک کردن اقتضای فطرت است.
نهج الفصاحه

حدیث - 255

السَّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاءٌ لِلرَّبِّ وَ مَجْلَاهُ لِلْبَصَرِ؛
مسواک کردن موجب پاکی دهان و رضایت پروردگار و روشنی چشم است.
نهج الفصاحه

حدیث - 256

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
السَّوَاكُ يَزِيدُ الرَّجُلَ فَصَاحَةً؛
مسواک کردن فصاحت مرد را افزون می کند.
نهج الفصاحه

حدیث - 257

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
السَّوَاكُ نِصْفُ الْإِيمَانِ وَ الْوُضُوءُ نِصْفُ الْإِيمَانِ؛
مسواک کردن یک نیمه ایمان است، و وضو گرفتن یک نیمه ایمان است.
نهج الفصاحه

حدیث - 258

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

رکعتان بسواک أفضل من سبعین رکعه بغیر سواک و دعوه فی السرّ أفضل من سبعین دعوه فی العلانیه و صدقه فی السرّ أفضل من سبعین صدقه فی العلانیه؛
دو رکعت نماز با مسواک بهتر از هفتاد رکعت بدون مسواک است و یک
دعای نهان بهتر از هفتاد دعای آشکار است و یک صدقه نهان بهتر از هفتاد
صدقه آشکار است.

نهج الفصاحه

حدیث - 259

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

خمس من سنن المرسلین: الحیاء و الحلم و الحجامه و السّواک و التّعطّر؛
پنج چیز از سنت پیغمبران است حیا و حلم و حجامت و مسواک و عطر
زدن.

نهج الفصاحه

حدیث - 260

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

حبذا المتخلّلون من امتی فی الوضوء و الطّعام؛
چه نیکند از امت من آنها که در وضو و غذا مسواک می کنند.

نهج الفصاحه

حديث - 261

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

ثلاث یجلین البصر: النظر إلى الخضره و إلى الماء الجاری و إلى الوجه الحسن؛

سه چیز چشم را قوت می دهد: دیدن سبزه و آب جاری و روی خوب.
نهج الفصاحه

حديث - 262

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

ثلاث حقّ علی کلّ مسلم: الغسل یوم الجمعة و السّواک و الطّیب؛
سه چیز است که بر هر مسلمانی لازم است: غسل جمعه و مسواک زدن و استعمال بوی خوش.
نهج الفصاحه

حديث - 263

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم می فرمایند:

تنظّفوا بکلّ ما استطعتم فإنّ الله تعالی بنی الإسلام علی النظّافه و لن یدخل الجنّه إلّا کلّ نظیف؛

هر چه می توانید پاکیزه باشید زیرا خداوند اسلام را بر پاکیزگی نهاده و جز مردم پاکیزه کسی به بهشت نمی رود.

نهج الفصاحه

حدیث - 264

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تخلَّلُوا فَإِنَّهُ نَظَافَةٌ وَ النَّظَافَةُ تَدْعُو إِلَى الْإِيمَانِ وَ الْإِيمَانُ مَعَ صَاحِبِهِ فِي الْجَنَّةِ؛
دندانها را تمیز کنید زیرا مایه نظافت است و نظافت باعث ایمان است و ایمان با صاحب خود در بهشت است.

نهج الفصاحه

حدیث - 265

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

الْإِسْلَامُ نَظِيفٌ فَتَنْظَّفُوا فَإِنَّهُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا نَظِيفٌ؛
اسلام پاکیزه است شما نیز پاکیزه باشید زیرا به جز پاکیزگان کسی به بهشت نمی رود.

نهج الفصاحه

حدیث - 266

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى طَيِّبٌ يَحِبُّ الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يَحِبُّ النَّظَافَةَ، كَرِيمٌ يَحِبُّ الْكَرَمَ، جَوَادٌ يَحِبُّ الْجُودَ فَتَنْظِفُوا أَفْنِيَتَكُمْ وَ لَا تَشَبَّهُوا بِالْيَهُودِ.

خداوند خوشبو است و بوی خوش را دوست دارد، پاکیزه است و پاکیزگی را دوست دارد، بزرگوار است و بزرگواری را دوست دارد، بخشنده است و بخشش را دوست دارد پس جلو خانه های خویش را پاکیزه سازید و مانند یهودان مباشید.

نهج الفصاحه

حدیث - 267

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَمِيلٌ يَحِبُّ الْجَمَالَ سَخِيٌّ يَحِبُّ السَّخَاءَ، نَظِيفٌ يَحِبُّ النَّظَافَةَ؛ خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد، بخشنده است و بخشش را دوست دارد، پاکیزه است و پاکیزگی را دوست دارد.

نهج الفصاحه

حدیث - 268

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ الْإِسْلَامَ نَظِيفٌ فَتَنْظِفُوا فَإِنَّهُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا نَظِيفٌ؛

اسلام پاکیزه است، شما نیز پاکیزه باشید که هر کس پاکیزه نیست به بهشت نمی رود.

نهج الفصاحه

حدیث - 269

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
إِنْ أَفْوَاحَكُمْ طَرَقَ لِلْقُرْآنِ فَطَيَّبُوهَا بِالسَّوَاكِ؛
دهانهای شما معبر قرآن است آن را با مسواک پاکیزه کنید.
نهج الفصاحه

حدیث - 270

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
أَمَرْتُ بِالسَّوَاكِ حَتَّى خَفْتُ عَلَى أَسْنَانِي؛
مرا آن قدر به مسواک زدن فرمان دادند که بر دندانهای خود بیمناک شدم.
نهج الفصاحه

حدیث - 271

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
أَمَرْتُ بِالسَّوَاكِ حَتَّى خَشِيتُ أَنْ يَكْتَبَ عَلَيَّ؛
مرا آن قدر به مسواک زدن فرمان دادند که ترسیدم مسواک زدن بر من واجب شود.

حدیث - 272

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

اللّهُمَّ عافني في بدني. اللّهُمَّ عافني في سمعي. اللّهُمَّ عافني في بصری. اللّهُمَّ
إني أعوذ بك من الكفر و الفقر. اللّهُمَّ إني أعوذ بك من عذاب القبر، لا إله إلا
أنت؛

خدایا تن مرا سالم دار خدایا گوش مرا سالم دار خدایا چشم مرا سالم دار
خدایا از کفر و فقر به تو پناه می برم، خدایا از عذاب قبر به تو پناه می برم،
خدائی جز تو نیست.

نهج الفصاحه

حدیث - 273

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

اللّهُمَّ إني أسألك صحّة في إيمان و إيمانا في حسن خلق و نجاحا يتبعه
فلاح؛

خدایا من از تو صحتی می خواهم که قرین ایمان باشد و ایمانی که با نیک
خوئی همراه باشد و موفقیتی که رستگاری دنبال آن باشد.

نهج الفصاحه

حدیث - 274

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

أَفْشُوا السَّلَامَ تَسْلَمُوا؛

سلام را آشکار سازید تا سلامت مانید.

نهج الفصاحه

حدیث - 275

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

اغسلوا ثيابكم و خذوا من شعوركم و استاكوا و تزيّنوا و تنظّفوا فإنّ بنى

إسرائيل لم يكونوا يفعلون ذلك فزنت نساؤهم؛

لباسهای خود را تمیز کنید و موهای خود را کم کنید، مسواک بزنید و آراسته

و پاکیزه باشید زیرا یهودان چنین نکردند و زنانشان زناکار شدند.

نهج الفصاحه

حدیث - 276

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

أَطْلَبُ الْعَافِيَةَ لَغَيْرِكَ تَرْزُقُهَا فِي نَفْسِكَ؛

عافیت را برای دیگران بخواه تا نصیب تو شود.

نهج الفصاحه

حدیث - 277

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
إذا استکنتم فاستاکوا عرضاً؛
وقتی مسواک می کنید، مسواک را به عرض دهان بکشید.
نهج الفصاحه

حدیث - 278

قال الإمامُ الحَسَنُ المُجَتَّبِيُّ عليه السلام :
غَسْلُ الْيَدَيْنِ قَبْلَ الطَّعَامِ يُنْفِي الْفَقْرَ، وَبَعْدَهُ يُنْفِي الْهَمَّ؛
امام حسن مجتبیٰ علیہ السلام فرمودند:
شستن دست ها قبل از طعام فقر و تنگدستی را می زداید و بعد از آن
ناراحتی ها و آفات را از بین می برد.
کلمة الإمام الحسن علیہ السلام ، ص 46

حدیث - 279

قال الإمامُ الحَسَنُ المُجَتَّبِيُّ عليه السلام :
تَرَكُ الزَّنا، وَكُنْسُ الْفِئاءِ، وَغَسْلُ الْاِنااءِ مَجْلِبَةٌ لِلْغِنااءِ؛
امام حسن مجتبیٰ علیہ السلام فرمودند:
انجام ندادن زنا، جاروب و نظافت کردن راهرو و درب منزل، و شستن
ظروف سبب رفاه و بی نیازی می گردد.

کلمة الإمام حسن عليه السلام ، ص 212

حدیث - 280

قَالَتْ فَاطِمَةُ الزَّهْرَاءُ عليها السلام : لَا يُلُومَنَّ امْرَأٌ إِلَّا نَفْسَهُ، يَبِيتُ وَفِي يَدِهِ رِيحُ غَمَرٍ

؛

حضرت فاطمه زهرا عليها السلام فرمودند: کسی که بعد از خوردن غذا، دست های خود را نشوید دست هایش آلوده باشد، چنانچه ناراحتی برایش بوجود آید کسی جز خودش را سرزنش نکند.

کنز العمال، ج 15، ص 242، ح 40759

حدیث - 281

امام صادق عليه السلام می فرمایند:

طهر قلبک بالتقوى و اليقين عندطهارة جوارحك بالماء؛
در وقت پاکیزه نمودن اعضای خود با آب ، دل خویش را به پرهیزگاری و یقین پاک گردان .

(بحار الانوار، ج 80، ص 239)

حدیث - 282

حضرت علی علیه السلام فرمودند :

در بامداد و عصر که هوا خنک است راه پیمایی کن و در وسط روز که هوا گرم است مردم را (برای استراحت و آسایش) باز دار و آهسته بران (تا ناتوانان نیز بتوانند همراه توانایان بیایند).

نهج البلاغه فیض الاسلام : نامه 12 / 856

حدیث - 283

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند :

طوبی لمن اسلم وکان عیشه کفافاً وقواه شداداً؛

خوشبخت کسی است که اسلام را پذیرفته و به قدر معاش خود در آمد دارد و قوای بدنش نیرومند است.

بحار الانوار : 67 / 72

حدیث - 284

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند :

ان الله يحب الرجل القوی؛

خداوند متعال انسان قوی و نیرومند را دوست دارد.

بحار الانوار : 184 / 64

حدیث - 285

امام صادق علیه السلام توصیه فرمودند :
ولاتسمنوا تسمن الخنازیر للذبح؛
از چاق شدن همانند خوکهایی که برای ذبح نگهداری می شوند، پرهیزید.
الکافی : 6 / 270

حدیث - 286

حضرت علی علیه السلام فرمودند :
من يعمل یزدد قوةً ، من یقصر فی العمل یزدد فتره؛
هر کس کار (بدنی) کند قوی تر شده، و هر کس در کار کردن کوتاهی نماید،
ضعیف تر خواهد شد .
غرر الحکم : 5 / 204

حدیث - 287

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:
الْحِمِیَّةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ ، وَالْمَعِدَّةُ بَیْتُ الدَّاءِ ، وَعَوَّدُوا كُلَّ جِسْمٍ مَا اعْتَادَ؛
پرهیز، سرآمد درمان، و معده، خانه درد است . هر بدنی را به همان که بدان
خو می گیرد، عادت دهید .
الأحكام النبویة ، جلد 2 ، صفحه 7

حدیث - 288

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

لَا تَدْعُوا آيَتَكُمْ بِغَيْرِ غِطَاءٍ ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ إِذَا لَمْ تُغَطَّ الْآيَةُ بَزَقَ فِيهَا ، وَأَخَذَ مِمَّا فِيهَا مَا شَاءَ ؛

ظرفهای خود را بدون در پوش نگذارید ؛ زیرا هر گاه روی ظرفها پوشیده نباشد ، شیطان در آنها آب دهان می اندازد و هر چه بخواهد از آنها بر می دارد .

مستدرک الوسائل : 8 / 295 / 9485

حدیث - 289

امام علی علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ صِحَّةَ الْجِسْمِ مِنْ قَلَّةِ الطَّعَامِ ، وَقَلَّةِ الْمَاءِ .

سلامت تن ، از کمی غذا و کمی آب است .

تحف العقول ، صفحه 172

حدیث - 290

امام علی علیه السلام می فرمایند:

قَلَّةُ الْغِذَاءِ أَكْرَمُ لِلنَّفْسِ ، وَأَدْوَمُ لِلصَّحَّةِ .

کم خوری، مایه گرامی داشتن بیشتر خویش است و سلامت را بیشتر استمرار می بخشد .

غرر الحکم ، حدیث - 6819

حدیث - 291

پیامبر ﷺ :

مَنْ قَلَّ طَعْمُهُ صَحَّ بَدَنُهُ وَ مَنْ كَثُرَ طَعْمُهُ سَقَمَ بَدَنُهُ وَ قَسَا قَلْبُهُ؛

هر کس کم بخورد، سالم می ماند و هر کس زیاد بخورد تنش بیمار می شود و قساوت قلب پیدا می کند.

نهج الفصاحه، ح 2779.

حدیث - 292

رسول خدا ﷺ می فرمایند:

بلا همانند قنديل ها بين آسمان و زمين آویزان است، هرگاه بنده عافیت را از پروردگارش بخواهد، خدای متعال بلا را از او برگرداند، [حتی] در حالی که برای او قطعی شده باشد.

(کنز العمال : ج 7 ص 825 ح 21560)

حدیث - 293

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :

اِغْتَنِمُوا بَرْدَ الرَّبِيعِ فَإِنَّهُ يَفْعَلُ بِأَبْدَانِكُمْ مَا يَفْعَلُ بِأَشْجَارِكُمْ وَ اجْتَنِبُوا بَرْدَ الْخَرِيفِ فَإِنَّهُ يَفْعَلُ بِأَبْدَانِكُمْ مَا يَفْعَلُ بِأَشْجَارِكُمْ ؛

غنیمت بدانید هوای بهار را، زیرا که با بدن‌های شما همان می‌کند که با درختان می‌کند و خودتان را از هوای پائیز بیوشانید که با شما همان می‌کند که با درختان می‌کند.

بحارالأنوار، ج 59، ص 271، ح 69.

حدیث - 294

امام رضا علیه السلام می‌فرمایند:

هر کس می‌خواهد مثانه‌اش به بیماری‌ای مبتلا نشود، ادرار خود را نگه ندارد.
طب الرضا علیه السلام ، ص 35 .

حدیث - 295

امام علی علیه السلام می‌فرمایند:

شُرْبُ الدَّوَاءِ لِلْجَسَدِ كَالصَّابُونِ لِلثَّوْبِ، يُنْقِيهِ وَلَكِنْ يُخْلِقُهُ؛
نوشیدن دارو برای بدن، همانند صابون (پودر شوینده) برای لباس است که آن را تمیز می‌کند، اما فرسوده‌اش هم می‌کند.
شرح نهج البلاغه، ابن ابی‌الحدید، ج 20، ص 300، ح 422 .

حدیث - 296

امام رضا علیه السلام می‌فرمایند: إِذَا جُعْتَ فَكُلْ وَإِذَا عَطِشْتَ فَاشْرَبْ وَإِذَا هَاجَ بِكَ الْبَوْلُ قَبْلَ، وَلَا تُجَامِعْ إِلَّا مِنْ حَاجَةٍ، وَإِذَا نَعَسْتَ فَنَمْ، فَإِنَّ ذَلِكَ مَصْحَةٌ لِلْبَدَنِ؛

چون گرسنه شدی بخور، چون تشنه شدی بنوش، چون ادرار بر تو فشار آورد، ادرار کن، جز از سر نیاز، با همسرت نزدیکی مکن و چون احساس خواب‌آلودگی کردی، بخواب، که اینها مایه تن درستی است.
 فقه الرضا، ص 340 .

حدیث - 297

امام حسین علیه السلام می فرمایند:
 فَبَادِرُوا بِصِحَّةِ الْأَجْسَامِ فِي مُدَّةِ الْأَعْمَارِ؛
 در مدت عمر، در حفظ سلامت تن بکوشید.
 تحف العقول، ص 239.

حدیث - 298

امام علی علیه السلام می فرمایند:
 الصِّحَّةُ أَفْضَلُ النَّعَمِ؛
 سلامتی بهترین نعمت است.
 غررالحکم، ح 1050.

حدیث - 299

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند:
 عَلَيْكُمْ بِالسَّوَاكِ فَنِعَمَ الشَّيْءُ السَّوَاكُ يَشُدُّ اللَّثَّةَ وَ يَذْهَبُ بِالْبَخَرِ وَ يُصْلِحُ الْمِعْدَةَ
 وَ يَزِيدُ فِي دَرَجَاتِ الْجَنَّةِ وَ يُسْخِطُ الشَّيْطَانَ؛

مسواک بزنید؛ چرا که مسواک چیز خوبی است؛ لثه را محکم می‌کند، بوی دهان را می‌برد، معده را اصلاح می‌کند، بر درجات انسان در بهشت می‌افزاید و شیطان را ناخرسند می‌نماید.
نهج الفصاحه، ح 1975.

حدیث - 300

شُرْبُ الْمَاءِ الْبَارِدِ عَقِيبَ الشَّيْءِ الْحَارِّ وَ عَقِيبَ الْحَلَاوَةِ يَذْهَبُ بِالْأَسْنَانِ... وَ مَنْ أَرَادَ أَلَّا يَفْسُدَ أَسْنَانُهُ فَلَا يَأْكُلْ حُلُوهَا إِلَّا بَعْدَ كَسْرَةِ خُبْزٍ؛
خوردن آب سرد بعد از چیزهای گرم و شیرینی، دندان‌ها را از بین می‌برد ...
هر کس می‌خواهد دندان‌هایش فاسد نشود، شیرینی نخورد، مگر پس از خوردن لقمه‌ای نان.

بحار الأنوار، ج 62، ص 321، ح 325.

حدیث - 301

امام کاظم علیه السلام می‌فرمایند :
السَّوَّاکُ فِي الْخَلَاءِ يُوْرِثُ الْبَخْرَ؛
مسواک زدن در توالت، دهان را بدبو می‌کند.
من لا يحضره الفقيه، ج 1، ص 52، ح 110.

حدیث - 302

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

إِذَا قُمْتَ بِاللَّيْلِ فَاسْتَكِرْ فَإِنَّ الْمَلَكَ يَأْتِيكَ فَيَضَعُ فَاَهُ عَلَى فَيْكَ فَلَيْسَ مِنْ حَرْفٍ تَتْلُوهُ وَتَنْطِقُ بِهِ إِلَّا صَعِدَ بِهِ إِلَى السَّمَاءِ فَلْيَكُنْ فَوْكَ طَيِّبَ الرِّيحِ؛
شب‌انگاه که (برای نماز) برخاستی، مسواک بزن چرا که فرشته‌ای نزد تو می‌آید و دهانش را بر دهانت می‌گذارد و آنگاه هیچ حرفی از قرآن و نماز و دعا نمی‌خوانی مگر آن‌که آن را به آسمان بالا می‌برد، پس باید که دهانت خوشبو باشد.

وسائل الشیعة، ج 1، ص 357.

حدیث - 303

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

الْحِنَاءُ يَذْهَبُ بِالسَّهَكِ وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الْوَجْهِ وَيُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ؛
حنا، بوی بد عرق را از بین می‌برد و چهره را شاداب، دهان را خوشبو و فرزند را زیبا می‌کند.

کافی، ج 6، ص 484، ح 5 .

حدیث - 304

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

طَهَّرُوا أَفْوَاهَكُمْ فَإِنَّهَا مَسَالِكُ التَّسْبِيحِ؛

دهان‌های خود را پاکیزه کنید که راه‌های تسبیح خداوند است.
مکارم الاخلاق، ص 51.

حدیث - 305

امام صادق علیه السلام می فرمایند :
الْخِلَالُ بَعْدَ الطَّعَامِ، يَشْدُ الثَّلَاثَ وَ يَجْلِبُ الرِّزْقَ وَ يُطَيِّبُ النِّكَهَةَ؛
خلال کردن بعد از غذا، لثه‌ها را محکم، روزی را زیاد و دهان را خوشبو
می‌کند.

احقاق الحق، ج 12، ص 283 .

حدیث - 306

رسول اکرم صلی الله علیه و آله :
تَخَلَّلُوا فَإِنَّهُ لَيْسَ شَيْءٌ أَبْغَضَ إِلَى الْمَلَائِكَةِ مِنْ أَنْ يَرَوْا فِي أَسْنَانِ الْعَبْدِ طَعَامًا؛
خلال کنید که بدترین چیز نزد فرشتگان این است که لای دندان‌های بنده،
مانده غذا ببینند.

مکارم الاخلاق، ص 153 .

حدیث - 307

امام صادق علیه السلام می فرمایند :
... وَ السَّعْتَرُ وَ الْمِلْحُ ... يُطَيِّبَانِ النِّكَهَةَ؛
آویش و نمک، دهان را خوشبو می‌کنند.

مکارم الاخلاق، ج 1، ص 416، ح 1410.

حدیث - 308

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

اَلْكُحْلُ بِاللَّيْلِ يُطَيِّبُ الْفَمَ وَ مَنْفَعَتُهُ إِلَى أَرْبَعِينَ صَبَاحًا؛

سرمه کشیدن در شب، دهان را خوشبو می‌کند و آثار آن تا چهل روز ادامه دارد.

مکارم الاخلاق، ص 46.

حدیث - 309

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

رَحِمَ اللَّهُ الْمُتَخَلِّلِينَ مِنْ أُمَّتِي فِي الْوُضُوءِ وَالطَّعَامِ؛

خداوند رحمت کند خلال کنندگان امتم را در هنگام وضو گرفتن و بعد از غذا خوردن.

مکارم الاخلاق، ص 153.

حدیث - 310

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

هر کس هر روز دو بار مسواک بزند: سنت پیامبران را ادامه داده است و برای هر نمازی که بخواند خداوند پاداش صد رکعت برایش می‌نویسد و از فقر نجات می‌یابد و دهانش خوشبو، حافظه‌اش تقویت، فهمش زیاد، غذایش گوارا و درد

دندان و بیماری‌اش برطرف می‌شود و فرشتگان به خاطر نوری که در او مشاهده می‌کنند، با او دست می‌دهند و دندان‌هایش تمیز می‌شود.
جامع الأخبار، ص 151، ح 340 .

حدیث - 311

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند :
ثَلَاثٌ يُذْهِبْنَ النَّسِيَانَ وَيُحْدِثْنَ الذِّكْرَ: قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ، وَالسَّوَاكُ وَالصَّيَّامُ؛
سه چیز، فراموشی را از بین می‌برد و حافظه را زیاد می‌کند: خواندن قرآن،
مسواک زدن و روزه گرفتن.
دعائم الاسلام، ج 2، ص 137، ح 481.

حدیث - 312

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند :
مَا أَدْرَتْ عَلَيْهِ لِسَانَكَ فَأَخْرَجْتَهُ فَأَبْلَعَهُ وَمَا أَخْرَجْتَهُ بِالْخَلَالِ فَأَرَمَ بِهِ؛
بعد از غذا زبان را دور دهان بگردان، هرچه با زبان درآمد فرو ببر، و آنچه را
با خلال بیرون آوردی از دهان بیرون افکن.
مکارم الأخلاق، ص 152 .

حدیث - 313

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

السَّوَّاکُ یَزِیدُ الرَّجُلَ فَصَاحَةً؛

مسواک بر شیوایی سخن انسان می افزاید.

مکارم الاخلاق، ص 48.

حدیث - 314

امام باقر علیہ السلام می فرمایند :

السَّوَّاکُ یَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَ یَزِیدُ فِی الْعَقْلِ؛

مسواک بلغم و رطوبات معده را از بین می برد و عقل را زیاد می کند.

ثواب الاعمال، ص 18.

حدیث - 315

السَّوَّاکُ یَجْلُو الْبَصَرَ وَ یُنْبِتُ الشَّعْرَ وَ یَذْهَبُ بِالْذَّمَّةِ؛

مسواک زدن، نور چشم و رشد مو را زیاد و آبریزش چشم را برطرف

می کند.

بحار الأنوار، ج 76، ص 137.

حدیث - 316

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

ثَلَاثٌ حَقٌّ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ: الْغُسْلُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَالسَّوَاكُ وَالطَّيِّبُ؛

سه چیز بر هر مسلمانی لازم است: غسل جمعه، مسواک زدن و عطر.

نهج الفصاحه، ح 1256 .

حدیث - 317

امام باقر علیّه السلام می فرمایند :

لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي السَّوَاكِ لَابَاتُوهُ مَعَهُمْ فِي لِحَافٍ؛

اگر مردم خاصیت مسواک را می دانستند (هرگز آن را از خود جدا نمی کردند

و حتی) آن را شب به بستر خود می بردند.

بحار الأنوار، ج 76، ص 130، ح 17 .

حدیث - 318

امام علی علیّه السلام می فرمایند :

تَتَنَفَّوْا بِالْمَاءِ مِنَ النَّتَنِ الرَّيْحِ الَّذِي يُتَأَذَّى بِهِ وَتَعْهَدُوا أَنْفُسَكُمْ، فَإِنَّ اللَّهَ

عَزَّوَجَلَّ يُبْغِضُ مَنْ عِبَادِهِ الْقَاذِرَةَ الَّتِي يَتَأَنَّفُ بِهَا مَنْ جَلَسَ إِلَيْهِ؛

خودتان را با آب، از بوی بدی که دیگران را آزار می دهد، پاک کنید و این

کار را پیوسته انجام دهید؛ چرا که خداوند، از بنده آلوده ای که هر کس با او

بنشیند، بینی اش را از [بوی بد] وی می گیرد، نفرت دارد.

خصال، ص 620، ح 10.

حدیث - 319

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :

مَالِي أَرَأَيْكُمْ تَدْخُلُونَ عَلَيَّ قُلُوحًا مُرْغًا؟ مَالَكُمْ لَا تَسْتَكُونُ؟

شما را چه شده است وقتی بر من وارد می شوید، می بینمتان که دندان هایتان جرم گرفته و زرد و موهایتان ژولیده است. چرا مسواک نمی زنید.
محاسن، ج 2، ص 561، ح 943 .

حدیث - 320

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :

يَسْأَلُ أَحَدُكُمْ عَنُ خَبَرِ السَّمَاءِ وَهُوَ يَدْعُ أَظْفَارُهُ كَأَظْفَارِ الطَّيْرِ، يَجْتَمِعُ فِيهَا الْجَنَابَةُ وَالْخَبَثُ وَالتَّفَثُ ؛

بعضی از شما از خبر آسمان می پرسند، در حالی که ناخن های خود را به مانند چنگال پرندگان، وا می گذارند که در آنها جنابت، آلودگی و چرک، جای می گیرد.

کنز العمال، ح 17260.

حدیث - 321

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

إِنَّ لِكُلِّ ثَمَرَةٍ سَمًّا فَإِذَا أَتَيْتُمْ بِهَا فَمَسَّوْهَا بِالْمَاءِ أَوْ أَغَمِسُوهَا فِي الْمَاءِ؛

هر میوه ای سمی دارد، هرگاه میوه به دستتان رسید، آن را با آب بشویید و یا در آب فرو برید.

کافی، ج 6، ص 350، ح 4.

حدیث - 322

امام رضا علیه السلام می فرمایند :

عَلَيْكَ بِالْإِثْمِدِ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ وَ يُنْبِتُ الْأَشْفَارَ وَ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَ يَزِيدُ فِي

الباه؛

سرمه سیاه بکشید، چرا که دیده را جلا می دهد، مژه ها را می رویاند، دهان را خوشبو می کند و بر توان جنسی می افزاید.
مکارم الاخلاق، ص 46 .

حدیث - 323

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند :

مَنْ اتَّخَذَ شَعْرًا فَلْيُحْسِنْ وَلَا يَتَهُ، أَوْ لِيَجْزَهُ؛

هر کس مو می گذارد، آن را خوب نگه دارد و گرنه کوتاهش کند.
کافی، ج 6، ص 485، ح 2.

حدیث - 324

امام علی علیه السلام می فرمایند :
نِعْمَ الْبَيْتُ الْحَمَامُ تَذْكُرُ فِيهِ النَّارَ وَ يَذْهَبُ بِالْدَّرَنِ؛
چه خوب جایگاهی است حمام، یادآور دوزخ است و چرک را از میان
می برد.

من لایحضره الفقیه، ج 1، ص 115، ح 237.

حدیث - 325

امام باقر علیه السلام می فرمایند :
أَنَّمَا قُصَّ الْأَطْفَارُ، لِأَنَّهَا مَقِيلُ الشَّيْطَانِ وَ مِنْهُ يَكُونُ النَّسِيَانُ؛
کوتاه کردن ناخن، از آن رو لازم است که پناهگاه شیطان است و فراموشی
می آورد.

کافی، ج 6، ص 490، ح 6 .

حدیث - 326

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم :
غَسَلُ الْإِنَاءِ وَ طَهَارَةُ الْفِنَاءِ يورِثَانِ الْغِنَى؛
شستن ظرف ها و پاکیزگی حیاط خانه مایه غناست.
نهج الفصاحه، ح 2031.

حدیث - 327

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :

لَا يُطَوَّلَنَّ أَحَدُكُمْ شَارِبَهُ وَلَا شَعْرَ إِبْطَيْهِ وَلَا عَانَتَهُ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَتَّخِذُهَا مَخْبَأً يَسْتَتِرُ بِهَا؛

کسی از شما موهای سبیل و موهای زیر بغل و موی زیر شکم خود را بلند نکند؛ چرا که شیطان (میکروب) این نقاط را پناهگاه خود قرار داده، و زیر موها پنهان می شود.

وسائل الشیعه، ج 1، ص 422، ح 6.

حدیث - 328

رسول اکرم ﷺ :

تَنْظَّفُوا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى بَنَى الْإِسْلَامَ عَلَى النَّظَافَةِ وَلَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلَّا كَلٌّ نَظِيفٌ؛

خودتان را با هر وسیله ای که می توانید پاکیزه کنید، زیرا که خدای متعال اسلام را بر پایه پاکیزگی بنا کرده است و هرگز به بهشت نمی رود، مگر کسی که پاکیزه باشد.

نهج الفصاحه، ح 1182.

حدیث - 329

پیامبر اکرم ﷺ :

أَحِبُّوْا الْمَعْرُوفَ وَ أَهْلَهُ فَوَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ إِنَّ الْبَرَكَهَ وَالْعَافِيَةَ مَعَهُمَا؛
نیکی و نیکوکاران را دوست بدارید. سوگند به آن که جانم به دست اوست،
برکت و تندرستی، با نیکی و نیکوکاران است.

کنز العمال، ح 15974

حدیث - 330

امام علی علیه السلام می فرمایند:

سلامت در تائی و پر حوصله بودن است.
(غررالحکم ، باب تائی)

حدیث - 331

رسول خدا ﷺ می فرمایند:

لباس های خود را تمیز کنید و موهای خود را کم کنید ، مسواک بزنید و
آراسته و پاکیزه باشید ؛ زیرا یهودیان چنین نکردند و زناشان زناکار شدند.
(نهج الفصاحه ، حدیث - 377)

حدیث - 332

امام علی علیه السلام می فرمایند:

پر خوری و خواب زیاد، بدن را تباه کند و زیان به بار آورد.

غررالحکم ، باب خوردن

حدیث - 333

امام علی علیه السلام می فرمایند:

میوه دور اندیشی سلامت (و تندرستی) است.

غررالحکم ، باب دور اندیشی

حدیث - 334

امام علی علیه السلام می فرمایند:

خود را حفظ کنید از سرما در آغاز فصل سرما و برخوردار شوید از آن در

پایان آن ، که در بدن های شما آن کاری را کند که در شاخه های درختان کند ،

آغازش بسوزاند ، و پایانش برگ برویاند.

غررالحکم ، باب سرما

حدیث - 335

امام علی علیه السلام می فرمایند:
حُسْنُ الظَّنِّ رَاحَةُ الْقَلْبِ وَ سَلَامَةُ الدِّينِ؛
خوش گمانی، مایه آسایش قلب و سلامت دین است.
غررالحکم، ح 4816

حدیث - 336

امام صادق علیه السلام می فرمایند:
النَّوْمُ رَاحَةٌ لِلْجَسَدِ وَ النَّطْقُ رَاحَةٌ لِلرُّوحِ وَ السُّكُوتُ رَاحَةٌ لِلْعَقْلِ؛
خواب مایه آسایش جسم، سخن مایه آسایش جان و سکوت مایه آسایش
عقل است.
من لایحضره الفقیه، ج 4، ص 402.

حدیث - 337

امام صادق علیه السلام می فرمایند:
خَمْسُ خِصَالٍ مَنْ فَقَدَ وَاحِدَةً مِنْهُنَّ لَمْ يَزَلْ نَاقِصَ الْعَيْشِ زَائِلَ الْعَقْلِ مَشْغُولَ
الْقَلْبِ، فَأَوَّلُهَا: صِحَّةُ الْبَدَنِ وَ الثَّانِيَّةُ: الْأَمْنُ وَ الثَّالِثَةُ: السَّعَةُ فِي الرِّزْقِ، وَ الرَّابِعَةُ:
الْأُنَيْسُ الْمُوَافِقُ (قال الراوی:) قُلْتُ: وَ مَا الْأُنَيْسُ الْمُوَافِقُ؟ قال: الزَّوْجَةُ الصَّالِحَةُ،
وَ الْوَلَدُ الصَّالِحُ، وَ الْخَلِيطُ الصَّالِحُ وَ الْخَامِسَةُ: وَ هِيَ تَجْمَعُ هَذِهِ الْخِصَالُ: الدَّعَةُ؛

پنج چیز است که هر کس یکی از آنها را نداشته باشد، همواره در زندگی‌اش کمبود دارد و کم خرد و دل نگران است: اول، تندرستی، دوم امنیت، سوم روزی فراوان، چهارم همراهِ همراهی. راوی پرسید: همراهِ همراهی کیست؟ امام فرمودند: همسر و فرزند و همنشین خوب و پنجم که در برگرفته همه اینهاست، رفاه و آسایش است.

خصال، ص 284.

حدیث - 338

پیامبر اکرم ﷺ وسلم می فرمایند :
 مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُنْسَلَهُ فِي عُمْرِهِ وَيُوسَعَ لَهُ فِي رِزْقِهِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ وَلْيَصِلْ رَحِمَهُ؛
 هر کس دوست دارد که عمرش طولانی و روزی‌اش زیاد شود، تقوای الهی
 پیشه کند و صله رحم نماید.
 بحارالأنوار ، ج 74، ص 102، ح 56 .

حدیث - 339

امام رضا علیه السلام می فرمایند:
 خود را با کار مداوم خسته نکنید و برای خود تفریح و تنوع قرار دهید ولی از
 کاری که در آن اسراف باشد یا شما را در اجتماع سبک کند پرهیز کنید .
 (بحار الانوار ، ج 78 ، ص 346)

حدیث - 340

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

مَنْ سَاءَ خُلُقُهُ عَذَّبَ نَفْسَهُ وَ مَنْ كَبَرَ هَمُّهُ سَقَمَ بَدَنُهُ؛

هر کس بد اخلاق باشد، خودش را عذاب می دهد و هر کس غم و غصه اش

زیاد شود، تنش رنجور می گردد.

نهج الفصاحه، ح 3002

حدیث - 341

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

نِعْمَتَانِ مَكْفُورَتَانِ الْأَمْنُ وَالْعَافِيَةُ؛

دو نعمت است که شکر آنها گزارده نمی شود: امنیت و سلامتی.

الخصال، ص 34

حدیث - 342

امام علی علیه السلام فرمودند:

الْحَسَدُ يَضْنِي الْجَسَدَ؛

حسد، بدن را فرسوده و علیل می کند.

غررالحکم، ح 943

حدیث - 343

امام علی علیه السلام فرمودند:
لا لباسَ أجملُ منَ السَّلامَةِ؛
هیچ لباسی زیباتر از سلامتی نیست.
(عیون الحکم والمواعظ، ح 9891)

حدیث - 344

امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:
صِحَّهَ الجَسَدِ مِن قِلَّةِ الحَسَدِ
سلامت بدن نشانه کمی حسد است.
(جهاد با نفس، ح 553)

حدیث - 345

امام صادق علیه السلام فرمودند:
الرَّغْبَةُ فِي الدُّنْيَا تَوْرَثُ الْغَمَّ وَالْحُزْنَ وَالزُّهْدُ فِي الدُّنْيَا رَاحَةُ الْقَلْبِ وَ
الْبَدَنِ.
رغبت و تمایل به دنیا مایه غم و اندوه و زهد و بی میلی به دنیا سبب
راحتی قلب و بدن است.
(تحف العقول، ص 358)

حدیث - 346

امام صادق علیه السلام :

الرَّضَاعُ وَاحِدٌ وَعِشْرُونَ شَهْرًا، فَمَا نَقَصَ فَهُوَ جَوْرٌ عَلَى الصَّبِيِّ؛

شیرخواری ، 21 ماه است . پس هر چه کم شود ، ظلم بر کودک است .

کافی ، ج 6، ص 40، ح 3 .

حدیث - 347

امام رضا علیه السلام :

لَا تَقْرَبِ النِّسَاءَ فِي أَوَّلِ اللَّيْلِ لَا شِتَاءً وَلَا صَيْفًا وَ ذَلِكَ أَنَّ الْمَعِدَةَ وَالْعُرْوَقَ
تَكُونُ مُمْتَلِئَةً وَ هُوَ غَيْرُ مَحْمُودٍ ، يُتَخَوَّفُ مِنْهُ الْقَوْلَنْجُ وَ الْفَالِجُ ، وَ اللَّقْوَةُ وَ
النَّقْرَسُ ، وَ الْحَصَاةُ وَ التَّقْطِيرُ ، وَ الْفَتْقُ وَ ضَعْفُ الْبَصَرِ وَ الدِّمَاغِ ، فَإِذَا أُريدَ ذَلِكَ
فَلْيَكُنْ فِي آخِرِ اللَّيْلِ؛ فَإِنَّهُ أَصَحُّ لِلْبَدَنِ ، وَ أَرْجَى لِلْوَلَدِ ، وَ أَذْكَى لِلْعَقْلِ فِي الْوَلَدِ
الَّذِي يُقْضَى بَيْنَهُمَا؛

آغاز شب ، چه در زمستان و چه در تابستان ، با زنان آمیزش مکن ، این
بدان جهت است که معده و رگ‌ها پُرند و این وضعیت مناسبی [برای آمیزش]
نیست و بیم قولنج و فلج و لقوه چانه و نقرس و سنگ [کلیه] و تقطیر (چکایش)
بول و فتق و ضعف در بینایی و ذهن می‌رود . پس اگر قصد آمیزش دارد ، باید
در پایان شب انجام دهد، که برای بدن ، صحت‌افزاتر و برای فرزنددار شدن
امیدبخش‌تر و برای باهوش شدن فرزندی که در این میان پدید می‌آید ، بهتر
است .

طب الامام الرضا عليه السلام ، ص 64.

حدیث - 348

پیامبر ﷺ وسلم :

مَنْ قَلَّمَ أَظْفَارَهُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يَزِيدُ فِي عُمُرِهِ وَ مَالِهِ؛

هر کس در روز جمعه ناخن هایش را کوتاه کند، عمر و مالش زیاد می شود.

جامع الأخبار ، ص 333 .

حدیث - 349

پیامبر ﷺ :

مَنْ أَرَادَ الْبَقَاءَ وَ لَا بَقَاءَ: فَلْيُبَاكِرِ الْغَدَاءَ وَلْيَجِدِ الْحِذَاءَ وَلْيُخَفِّفِ الرِّدَاءَ وَلْيُقِلِّ مُجَامَعَةَ النِّسَاءِ. قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا خِفَّةُ الرِّدَاءِ؟ قَالَ: قِلَّةُ الدِّينِ ؛

هر کس ماندگاری می خواهد و البته ماندگاری [ابدی] وجود ندارد باید صبحانه را زودتر بخورد، کفش مناسب بپوشد، ردای (بالاپوش) خود را سبک کند و کمتر با زنان پیامزد. پرسیدند: ای پیامبر خدا! سبک بودن ردا به چیست؟ فرمودند: به کم بودن بدهی.

من لا يحضره الفقيه ، ج 3، ص 555، ح 4902 .

حدیث - 350

امام صادق عليه السلام :

إِغْسِلُوا أَيْدِيَكُمْ قَبْلَ الطَّعَامِ وَ بَعْدَهُ فَإِنَّهُ يَنْفِي الْفَقْرَ وَ يَزِيدُ فِي الْعُمُرِ؛

دست‌هایتان را قبل و بعد از غذا خوردن بشویید، که فقر را می‌برد و بر عمر می‌افزاید.

محاسن ، ج 2، ص 202، ح 1594 .

حدیث - 351

پیامبر خدا ﷺ :

أَجْمِرُوهَا [الْمَسَاجِدَ] فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ .

هر هفته ، مسجدها را با بوی خوش ، بخور دهید .

بحار الأنوار : ج 83 ص 349 ح 2 .

بیماریها، دارو و روش درمان

حدیث - 1

الإمام الصادق عليه السلام :

الْمَحْمُومُ يُغْسَلُ لَهُ السَّوِيقُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ وَيُعْطَاهُ ؛ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِالْحُمَّى ، وَيُنَشِّفُ
الْمِرَارَ وَالْبَلْغَمَ ، وَيُقَوِّي السَّاقَيْنِ .

امام صادق عليه السلام :

به تبتدار ، سه بار سويق شسته شده ، داده می شود . این ، تب را می برد ، تلخه
و بلغم را می خشکاند و ساق پاها را تقویت می کند .

مستدرک الوسائل ، جلد 16 ، صفحه 337 ، حدیث - 20077 دانش نامه
احادیث پزشکی : 1 / 566

حدیث - 2

امام کاظم عليه السلام :

أَطْعِمُوا الْمَحْمُومَ لَحْمَ الْقَبَاجِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي السَّاقَيْنِ ، وَيَطْرُدُ الْحُمَّى طَرْدًا .
به تبتدار ، گوشت کبک بخورانید ؛ چرا که پاها را نیرو می دهد و تب را کاملاً
دور می کند .

بحار الأنوار ، جلد 65 ، صفحه 43 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث پزشکی
: 1 / 566

حدیث - 3

الإمام الرضا عليه السلام :

الماءُ المُسَخَّنُ إِذَا غَلَّيْتَهُ سَبْعَ غَلَيَاتٍ وَقَلَبْتَهُ مِنْ إِنَاءٍ إِلَى إِنَاءٍ ، فَهُوَ يَذْهَبُ بِالْحُمَّى ، وَيُنْزِلُ الْقُوَّةَ فِي السَّاقَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ .

امام رضا عليه السلام :

آب گرم ، چنانچه آن را هفت جوش بجوشانی و از ظرفی به ظرف دیگر درآوری ، تب را می برد و نیرو را به ساق پاها و قسمت پایین تر از مچ ، سرازیر می کند .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 451 ، حدیث - 16 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 566

حدیث - 4

امام علی عليه السلام :

مَنْ كَتَمَ الْأَطِبَّاءَ مَرَضَهُ خَانَ بَدَنَهُ .

کسی که بیماری خود را از پزشکان پوشیده بدارد ، به بدن خود خیانت کرده است .

غرر الحكم : 8545

حدیث - 5

امام علی علیه السلام :

مَنْ كَتَمَ مَكْنُونَهُ دَأْبَهُ عَجَزَ طَبِيبُهُ عَنْ شِفَائِهِ .

کسی که درد نهفته خود را کتمان کند ، طبیبش را از درمان خویش ناتوان سازد .

غرر الحکم : 8612

حدیث - 6

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

مِنْ كُنُوزِ الْبِرِّ كِتْمَانُ الْمَصَائِبِ ، وَالْأَمْرَاضِ ، وَالصَّدَقَةِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

یکی از گنج‌های نیکی ، پوشیده داشتن مصیبت‌ها ، بیماری‌ها و صدقه است .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 299 ، حدیث - 6643 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 162

حدیث - 7

الإمام علی علیه السلام :

إِخْفَاءُ الْفَاقَةِ وَالْأَمْرَاضِ مِنَ الْمُرُوءَةِ .

امام علی علیه السلام :

پوشیده داشتن تهی‌دستی و بیماری‌ها از مردانگی است .

غرر الحکم ، حدیث - 1146 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 166

حدیث - 8

رسول الله ﷺ :

لِلْمَرِيضِ أَرْبَعُ خِصَالٍ : يُرْفَعُ عَنْهُ الْقَلَمُ ، وَيَأْمُرُ اللَّهُ الْمَلَكَ يَكْتُبُ لَهُ كُلَّ فَضْلٍ
كَانَ يَعْمَلُهُ فِي صِحَّتِهِ ، وَيَتَّبَعُ مَرَضُهُ كُلَّ عُضْوٍ فِي جَسَدِهِ فَيَسْتَخْرِجُ ذُنُوبَهُ مِنْهُ ،
فَإِنْ مَاتَ مَاتَ مَغْفُوراً لَهُ ، وَإِنْ عَاشَ عَاشَ مَغْفُوراً لَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

برای بیمار ، چهار ویژگی است : قلم تکلیف از او برداشته می شود ؛ خداوند
به فرشته فرمان می دهد همه پاداش آنچه را در دوران تن درستی خویش انجام
می داده است ، بنویسید ؛ بیماری وی بر همه اندام هایش گذر می کند و گناهانش
را از آن بیرون می برد . پس اگر بمیرد ، آمرزیده شده می میرد و اگر زنده بماند ،
آمرزیده شده زندگی می کند .

بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه 184 ، حدیث - 35 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 156

حدیث - 9

الإمام الباقر عليه السلام :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ إِذَا كَانَ مِنْ أَمْرِهِ أَنْ يُكْرِمَ عَبْدًا وَلَهُ ذَنْبٌ ؛ ابْتَلَاهُ بِالسُّقْمِ .

امام باقر عليه السلام :

آن‌گاه که خداوند عز و جل اراده کرده باشد بنده‌ای را که گناهی دارد ،
گرامی بدارد ، وی را به بیماری گرفتار می‌سازد .
بحارالأنوار ، جلد 81 ، صفحه 198 ، حدیث - 54 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 150

حدیث - 10

رسول الله ﷺ :
عَجِبْتُ مِنَ الْمُؤْمِنِ وَجَزَعَهُ مِنَ السُّقْمِ ، وَلَوْ يَعْلَمُ مَا لَهُ فِي السُّقْمِ مِنَ الثَّوَابِ ؛
لَأَحَبَّ أَلَّا يَزَالَ سَقِيمًا حَتَّى يَلْقَى رَبَّهُ عَزَّ وَجَلَّ .
پیامبر خدا ﷺ :
از مؤمن و این که از بیماری بی‌تابی کند ، در شگفتم . اگر او می‌دانست که
در بیماری چه پاداشی دارد ، دوست داشت پیوسته بیمار باشد تا آن هنگام که
به لقای پروردگار خویش پیوندد .
بحارالأنوار ، جلد 81 ، صفحه 206 ، حدیث - 12 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 150

حدیث - 11

رسول الله ﷺ :
لَوْ يَعْلَمُ الْمُؤْمِنُ حَالَهُ فِي السُّقْمِ ، مَا أَحَبَّ أَنْ يُفَارِقَ السُّقْمَ أَبَدًا .
پیامبر خدا ﷺ :

اگر مؤمن از حال خویش در ناتن درستی آگاه بود ، هرگز دوست نداشت که از این ناتن درستی جدا شود .

إرشاد القلوب ، صفحه 42 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 150

حدیث - 12

رسول الله ﷺ :

المرضى أحباء الله .

پیامبر خدا ﷺ :

بیماران ، دوستان خداوند .

الفردوس ، جلد 3 ، صفحه 157 ، حدیث - 4424 عن دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 148

حدیث - 13

رسول الله ﷺ :

الأمراض هدايا من الله عز و جل للعبد ، فأحبُّ العبادِ إلى الله أكثرهم هديةً .

پیامبر خدا ﷺ :

بیماری ، هدیه‌هایی از جانب خداوند عز و جل به بنده است. پس

محبوب‌ترین بندگان نزد خداوند ، کسی است که بیشترین هدیه به وی رسیده باشد .

الفردوس ، جلد 1 ، صفحه 123 ، حدیث - 422 عن أبي أمانة دانش نامه

احادیث پزشکی : 1 / 148

حدیث - 14

الامام الصادق علیه السلام

فی دُعَائِهِ لَمَّا اشْتَكَى : اللَّهُمَّ اجْعَلْهُ أَدَبًا لَا غَضَبًا .

امام صادق علیه السلام

در دعای خویش آن هنگام که بیمار شده بودند: خداوندا! این را نه [نشان] غضب ، بلکه [مایه] ادب قرار ده .

بحار الأنوار ، جلد 95 ، صفحه 18 ، حدیث - 18 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 140

حدیث - 15

إِنَّ الرَّجُلَ لَيَكُونُ لَهُ الدَّرَجَةُ عِنْدَ اللَّهِ لَا يَبْلُغُهَا بِعَمَلِهِ ؛ حَتَّى يُبْتَلَى بِبَلَاءٍ فِي جَسَمِهِ ، فَيَبْلُغُهَا بِذَلِكَ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

انسان ، گاه دارای مرتبه‌ای در پیشگاه خداوند است که با عمل خویش ، بدان نمی‌رسد تا آن هنگام که به ابتلای در جسم خود ، آزموده شود و بدین واسطه ، بدان مرتبت برسد .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 335 ، حدیث - 6822 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 148

حدیث - 16

رسول الله ﷺ :

الْمَرِيضُ تَحَاتُ خَطَايَاهُ كَمَا يَتَحَاتُ وَرَقُ الشَّجَرِ .

پیامبر خدا ﷺ :

گناهان شخص بیمار ، همچون برگ درخت ، می ریزد .

الترغیب والترہیب : 4 / 293 / 56 منتخب میزان الحکمة : 510

حدیث - 17

رسول الله ﷺ :

ساعاتُ الوجع ، يُذهِبْنَ ساعاتِ الخطايا .

پیامبر خدا ﷺ :

لحظه های درد ، [آثار] لحظه های گناه را از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 67 ، صفحه 244 ، حدیث - 83، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 140

حدیث - 18

رسول الله ﷺ :

إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَا يُوجَرُ فِي مَرَضِهِ ، وَلَكِنْ يُكْفَرُ عَنْهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

مؤمن در بیماری اش پاداش داده نمی شود ؛ اما گناه او فرو پوشانده می شود .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 312 ، حدیث - 6711 ، دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 140

حدیث - 19

رسول الله ﷺ :
إِنَّ الْمُؤْمِنَ إِذَا أَصَابَهُ السُّقْمُ ، ثُمَّ أَعْفَاهُ اللَّهُ مِنْهُ ، كَانَ كَفَّارَةً لِمَا مَضَى مِنْ ذُنُوبِهِ
وَمَوْعِظَةً لَهُ فِيمَا يَسْتَقْبِلُ .
پیامبر خدا ﷺ :

انسان مؤمن ، چون بیماری به وی برسد و خداوند ، او را عافیت دهد ، این
بیماری ، کفاره گناهان گذشته او و مایه اندرز برای آینده اوست .
کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 307 ، حدیث - 6686 ، دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 140

حدیث - 20

رسول الله ﷺ :
إِنَّ اللَّهَ لَيَبْتَلِي عَبْدَهُ بِالسُّقْمِ ، حَتَّى يُكَفِّرَ ذَلِكَ عَنْهُ كُلَّ ذَنْبٍ .
پیامبر خدا ﷺ :
خداوند ، گاه بنده خویش را به ناتن درستی گرفتار می کند تا این ناتن درستی
، کفاره هر گناه وی شود .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 335 ، حدیث - 6820 ، دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 142

حدیث - 21

رسول الله ﷺ :

إِذَا رَأَيْتُمُ الرَّجُلَ أَلَمَ اللَّهُ بِهِ الْفَقْرَ وَالْمَرَضَ ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُرِيدُ أَنْ يُصَافِيَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

چون کسی را دیدید که خداوند ، او را به ناداری و بیماری در میان گرفته ،
[بدانید که] خداوند متعال ، اراده کرده است که او را پاک کند .

کنز العمال ، جلد 6 ، صفحه 472 ، حدیث - 16602 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 144

حدیث - 22

الإمام عليّ عليه السلام :

إِذَا ابْتَلَى اللَّهُ عَبْدًا أَسْقَطَ عَنْهُ مِنَ الذُّنُوبِ بِقَدْرِ عِلَّتِهِ .

امام علی علیه السلام :

اگر خداوند ، بنده‌ای را گرفتار [بیماری] سازد ، به اندازه بیماری‌اش از
گناهان او فرو می‌کاهد .

دعائم الإسلام ، جلد 1 ، صفحه 218 ، بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه 176 ،

حدیث - 13 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 146

حدیث - 23

الإمام زين العابدين عليه السلام

لَمْرِيضٍ قَدْ بَرَأَ: يَهْنُكَ الطَّهْرُ مِنَ الذُّنُوبِ، إِنَّ اللَّهَ قَدْ ذَكَرَكَ فَادْكُرْهُ،
وَأَقَالَكَ فَاشْكُرْهُ .

امام سجّاد عليه السلام

خطاب به بیماری که بهبود یافته بود: پاک شدن از گناهان ، بر تو مبارک باد! خداوند ، تو را یاد کرده است . او را یاد کن ، و از تو در گذشته است . او را سپاس گوی .

تحف العقول ، صفحه 280 ، بحار الأنوار ، جلد 78 ، صفحه 138 ، حدیث -
10، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 146

حدیث - 24

الإمام عليّ عليه السلام

- فِي الْمَرْأَةِ يَمُوتُ وَلَدُهَا فِي بَطْنِهَا فَيَتَخَوَّفُ عَلَيْهَا - : لَا بَأْسَ أَنْ يَدْخُلَ
الرَّجُلُ يَدَهُ فَيَقْطَعَهُ ، إِذَا لَمْ تَرَفَقْ بِهِ النِّسَاءُ .

امام علی عليه السلام

درباره زنی که فرزندش در شکمش می میرد و آن گاه ، بیم جان خود او می رود - : اشکال ندارد که مردی دست خویش را به درون [رَحِم] ببرد و بچه را قطعه قطعه کند ، البته اگر زنان را یارای این کار نباشد .

الكافي ، جلد 3 ، صفحه 206 ، حديث - 2 ، تهذيب الأحكام ، جلد 1 ،
صفحه 344 ، حديث - 176

حديث - 25

رسول الله ﷺ :

مَنْ تَطَبَّبَ وَلَمْ يَكُنْ بِالطَّبِّ مَعْرُوفًا ، فَأَصَابَ نَفْسًا فَمَا دُونَهَا ، فَهُوَ ضَامِنٌ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در حالی که به طبابت شناخته شده نیست ، عهده دار آن گردد و
موجب فوت کسی یا صدمه ای کمتر از آن شود ، ضامن است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 32 ، حديث - 28222 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 68

حديث - 26

الإمام زين العابدين عليه السلام :

مَنْ لَمْ يُعْرِفْ دَاوُءَهُ ، أَفْسَدَهُ دَوَاؤُهُ .

امام سجّاد عليه السلام :

کسی که بیماری اش تشخیص داده نشود ، دارویش او را تباه می سازد .
بحار الأنوار ، جلد 78 ، صفحه 160 ، حديث - 21 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 68

حدیث - 27

امیر المؤمنین علیؑ :

مَنْ تَطَبَّبَ أَوْ تَبَيَّطَرَ فَلْيَأْخُذِ الْبِرَاءَةَ مِنْ وَلِيِّهِ، وَإِلَّا فَهُوَ لَهُ ضَامِنٌ .

امام علیؑ :

طبيب و دامپزشک هنگام مداوای مریض یا حیوان ، باید از سرپرست (مریض) و صاحب آن (حیوان) براءت نامه (و اجازه) بگیرد و گرنه در قبال (صدمه دیدن یا تلف شدن مال و جان) او ضامن است .

مستدرک الوسائل: 14 / 37 / 16038 منتخب میزان الحکمه : 340

حدیث - 28

الإمام الرضاؑ :

مَنْ أَرَادَ دَفَعَ الزُّكَّامَ فِي الشِّتَاءِ أَجْمَعَ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ ثَلَاثَ لُقَمٍ شَهْدٍ . . .

وَلْيَشُمَّ النَّرْجِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَأْمَنُ الزُّكَّامَ ، وَكَذَلِكَ الْحَبَّةُ السَّودَاءُ .

وَإِذَا جَاءَ الزُّكَّامُ فِي الصَّيْفِ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ خِيَارَةً وَاحِدَةً ، وَلْيَحْذَرْ الْجُلُوسَ

فِي الشَّمْسِ .

امام رضاؑ :

هر کس می خواهد در همه زمستان از زکام ایمن بماند ، هر روز ، سه لقمه

عسل با موم آن بخورد . . . و نرگس ببوید ؛ چرا که از زکام ، ایمنی می دهد .

سیاه دانه نیز چنین است .

اما اگر زکام در تابستان پیش آید ، در هر روز ، یک خیار بخورد و از نشستن در آفتاب ، خودداری ورزد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 37 وص 38 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 334

حدیث - 29

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

ما من إنسان إلا وفي رأسه عرقٌ من الجُذامِ ، فَيَبِعُ اللَّهُ عَلَيْهِ الزُّكَّامَ فَيُذِيهِ ، وإذا وَجَدَ أَحَدُكُمْ فَلْيَدْعُهُ وَلَا يُدَاوِيهِ ، حَتَّى يَكُونَ اللَّهُ يُدَاوِيهِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

هیچ انسانی نیست ، مگر این که در سر او رگی از جذام هست . پس خداوند ، زکام را به نابودی آن بر می انگیزد و زکام آن را می سوزاند . هر گاه کسی از شما زکام یافت ، آن را واگذارد و درمان نکند ، تا آن که خداوند خود ، آن را درمان سازد .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 54 ، حدیث - 28334 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 504

حدیث - 30

لَوْلَا ثَلَاثٌ فِي ابْنِ آدَمَ مَا طَاطَأَ رَأْسُهُ شَيْءٌ : الْمَرَضُ ، وَالْفَقْرُ ، وَالْمَوْتُ ، كُلُّهُمْ فِيهِ ، وَإِنَّهُ مَعَهُنَّ لَوَتَّابٌ !

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

اگر سه چیز در آدمیزاد نبود ، هیچ چیز سر او را فرو نمی آورد : بیماری ،
تهی دستی و مرگ . اینها همه در انسان هست و با این حال ، انسان ، همچنان
گستاخ است .

بحار الأنوار ، جلد 72 ، صفحه 53 ، حدیث - 82 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 138

حدیث - 31

امام علی علیه السلام :

لَا رَزِيَّةَ أَعْظَمُ مِنْ دَوَامِ سُقْمِ الْجَسَدِ .

مصیبتی سخت تر از استمرار ناتن درستی نیست .

غرر الحکم ، حدیث - 10726 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 134

حدیث - 32

الإمام الرضا علیه السلام :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ لَمْ يَبْتَلِ الْبَدَنَ بِدَاءٍ ؛ حَتَّى جَعَلَ لَهُ دَوَاءً يُعَالِجُ بِهِ ، وَلِكُلِّ
صِنْفٍ مِنَ الدَّاءِ صِنْفٌ مِنَ الدَّوَاءِ ، وَتَدْبِيرٌ وَنَعْتُ .

امام رضا علیه السلام :

خداوند عز و جل بدن را به هیچ بیماری ای گرفتار نساخت ، مگر آن هنگام
که برایش دارویی قرارداد که بدان ، درمان شود ؛ و برای هر نوع دردی ، نوعی
درمان است و چاره ای و نسخه ای .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 309 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 48

حدیث - 33

امیر المؤمنین علیؑ :
لِكُلِّ دَاءٍ ، لِكُلِّ عِلَّةٍ دَوَاءٌ .
امام علیؑ :

هر زنده‌ای را دردی هست و هر بیماری‌ای را درمانی است .
غرر الحکم ، حدیث - 7274 و 7275 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /
48

حدیث - 34

رسول الله ﷺ :
لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ .
پیامبر خدا ﷺ :

هر دردی را درمانی است . پس چون دارو به درد برسد ، به اذن خداوند عز
و جل بهبود یابد .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 6 ، حدیث - 28086 ؛ بحار الأنوار ، جلد
62 ، صفحه 76 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 46

حدیث - 35

الإمام الباقرؑ :
الْجَسَدُ إِذَا لَمْ يَمْرُضْ أَشْرَ ، وَلَا خَيْرَ فِي جَسَدٍ يَأْشُرُ .

امام باقر علیه السلام :

جسم اگر بیمار نشود، سرمست می شود و در بدنی که به بیماری دچار نشود
و سرمست شود ، خیری نیست .

مشكاة الأنوار : 280 منتخب میزان الحکمه: 512

حدیث - 36

الإمام علی علیه السلام :

المَرِیضُ فِی سِجْنِ اللَّهِ - مَا لَمْ یَشْکُ إِلَى عُوَادِهِ - تُمَحِی سَیِّئَاتُهُ .

امام علی علیه السلام :

بیمار ، تا آن هنگام که نزد عیادت کنندگان خویش شکوه نکرده ، در زندان
خداوند است و گناهانش محو می شوند .

بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه 211 ، حدیث - 29 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 170

حدیث - 37

امیر المؤمنین علی علیه السلام :

مَنْ كَتَمَ وَجَعًا أَصَابَهُ ثَلَاثَةُ أَيَّامٍ مِنَ النَّاسِ وَشَكَاَ إِلَى اللَّهِ ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ
أَنْ يُعَافِيَهُ مِنْهُ .

امام علی علیه السلام :

هر کس دردی را که به او رسیده است ، سه روز از مردم پنهان بدارد و به خدا
شکایت برَد ، بر خداست که او را از آن درد بهبود بخشد .

حدیث - 38

رسول الله ﷺ :

يُكْتَبُ أَنْبَى الْمَرِيضِ ، فَإِنْ كَانَ صَابِرًا كُتِبَ حَسَنَاتٍ ، وَإِنْ كَانَ جَزَعًا كُتِبَ هَلُوعًا لَا أَجْرَ لَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

نالہ بیمار ، نوشته می شود . پس اگر شکبیا باشد ، [این ناله] حسنه نوشته می شود و اگر بی تاب باشد ، ناشکیبا و بی پاداش نوشته می شود .

کنز العمال ، جلد 3 ، صفحه 311 ، حدیث - 6706 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 168

حدیث - 39

رسول الله ﷺ :

مَنْ مَرَضَ يَوْمًا وَلَيْلَةً فَلَمْ يَشْكُ إِلَى عُوَادِهِ ، بَعَثَهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مَعَ خَلِيلِهِ إِبْرَاهِيمَ خَلِيلِ الرَّحْمَنِ عَلَيْهِ السَّلَامُ ، حَتَّى يَجُوزَ الصَّرَاطَ كَالْبَرْقِ اللَّامِعِ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس یک شبانه روز بیمار شود و نزد عیادت کنندگانش شکوه نکند ، خداوند ، او را در روز قیامت ، با خلیل خویش ، ابراهیم خلیل الرحمان ، برمی انگیزد ، تا به سان برقی پُر درخشش ، از صراط بگذرد .

بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه 177 ، حدیث - 17 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 170

حدیث - 40

رسول الله ﷺ :

قال الله عز و جل : مَنْ مَرِضَ ثَلَاثًا فَلَمْ يَشْكُ إِلَى أَحَدٍ مِنْ عَوَادِهِ أَبَدَلْتُهُ لَحْمًا خَيْرًا مِنْ لَحْمِهِ وَدَمًا خَيْرًا مِنْ دَمِهِ ، فَإِنْ عَافَيْتُهُ عَافَيْتُهُ وَلَا ذَنْبَ لَهُ ، وَإِنْ قَبَضْتُهُ قَبَضْتُهُ إِلَى رَحْمَتِي .

پیامبر خدا ﷺ :

خداوند عز و جل فرمود : هر که سه روز بیمار شود و از آن به هیچ یک از عیادت کنندگانش شکوه نکند ، گوشت و خونی بهتر از آن گوشت و خونی که دارد جایگزینش کنم . پس ، اگر او را عافیت بخشم ، عافیتی بدون گناهش دهم و اگر جاننش را بستانم ، او را به جوار رحمت خود برم .

الکافی : 3 / 115 / 1

حدیث - 41

الإمام الكاظم عليه السلام :

إِذَا مَرِضَ الْمُؤْمِنُ أَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَى صَاحِبِ الشِّمَالِ : لَا تَكْتُبْ عَلَى عَبْدِي مَا دَامَ فِي حَبْسِي وَوَتَّاقِي ذَنْبًا . وَيُوحَى إِلَى صَاحِبِ الْيَمِينِ أَنْ اكْتُبْ لِعَبْدِي مَا كُنْتُ تَكْتُبُهُ فِي صِحَّتِهِ مِنَ الْحَسَنَاتِ .

امام کاظم عليه السلام :

هرگاه مؤمن بیمار شود ، خداوند عز و جل به فرشته دست چپ او وحی فرماید که برای بندهام ، تا زمانی که در زندان و بند من است ، گناهی منویس و به فرشته دست راست او وحی می فرماید که همان حسناتی را که در زمان سلامتی بندهام می نوشتی ، برایش بنویس .

الکافی : 3 / 114 / 7

حدیث - 42

امام صادق علیه السلام :

المَعْرُوفُ زَكَاةُ النَّعْمِ ، وَالشَّفَاعَةُ زَكَاةُ الْجَاهِ ، وَالْعِلَلُ زَكَاةُ الْأَبْدَانِ ، وَالْعَفْوُ زَكَاةُ الظُّفْرِ ، وَمَا أُدِّيتَ زَكَاتُهُ فَهُوَ مَأْمُونُ السَّلْبِ .

نیکی ، زکات نعمتهاست و وساطت کردن ، زکات مقام و موقعیت ، و بیماریها زکات بدنها ، و گذشت زکات پیروزی ، و هر چیزی که زکاتش را بدهی ، از خطر نابودی در امان است .

بحار الأنوار : 78 / 268 / 182

حدیث - 43

الامام علی علیه السلام

فِي الْمَرَضِ يُصِيبُ الصَّبِيَّ: كَفَّارَةٌ لَوَالِدَيْهِ .

امام علی علیه السلام

درباره بیماری کودکان فرمودند : کفاره گناهان پدر و مادر آنهاست .

بحار الأنوار : 81 / 186 / 40

حدیث - 44

پیامبر خدا ﷺ :

حُمِی لَیْلَةُ کَفَّارَةٍ سَنَةٍ .

یک شب تب داشتن ، کفاره یک سال (گناه) است .

بحار الأنوار : 81 / 186 / 39

حدیث - 45

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ لَا يَتَدَاوَى مِنَ الزُّكَّامِ ، وَيَقُولُ : «مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَبِهِ عِرْقٌ مِنَ الْجُذَامِ ، فَإِذَا أَصَابَهُ الزُّكَّامُ قَمَعَهُ» .

امام صادق علیه السلام :

پیامبر خدا ، زکام را درمان نمی‌کردند و می‌فرمودند: «هیچ کس نیست که رگی از جذام در او نباشد ؛ و چون زکام به شخص برسد ، این رگ را درهم می‌کوبد» .

الکافی ، جلد 8 ، صفحه 382 ، حدیث - 579 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،

صفحه 185 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 332

حدیث - 46

رسول الله ﷺ :

الزُّكَّامُ جُنْدٌ مِنْ جُنُودِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ ، يَبْعُهُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ عَلَى الدَّاءِ فَيُزِيلُهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

زُکام ، سربازی از سربازان خداوند عز و جل است که خدای عز و جل ، آن را به سرکوب درد بر می انگیزد و درد را از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 184 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 332

حدیث - 47

رسول الله ﷺ :

الْعُنَابُ يَذْهَبُ بِالْحُمَّى .

پیامبر خدا ﷺ :

عُنَاب ، تب را می برد .

طب النبى ﷺ ، صفحه 9 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 232 ، حدیث

- 1

حدیث - 48

الإمام الرضا عليه السلام :

الْهِنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنْ أَلْفِ دَاءٍ ، مَا مِنْ دَاءٍ فِي جَوْفِ ابْنِ آدَمَ إِلَّا قَمَعَهُ الْهِنْدَبَاءُ .

امام رضا عليه السلام :

کاسنی ، درمان هزار درد است . هیچ دردی در درون آدمی زاده نیست ، مگر این که کاسنی ، آن را در هم می کوبد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 209 ، حدیث - 23 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 504

حدیث - 49

الإمام الصادق عليه السلام :

مَنْ بَاتَ وَفَى جَوْفِهِ سَبْعُ طَاقَاتٍ مِنَ الْهِنْدَبَاءِ ، أَمِنَ مِنَ الْقَوْلَنْجِ لَيْلَتَهُ تِلْكَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ .

امام صادق عليه السلام :

هر کس در حالی بخوابد که در درون او ، هفت تاکه کاسنی باشد ، به خواست خداوند ، آن شب از قولنج ، در امان است .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 208 ، حدیث - 15 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 502

حدیث - 50

الإمام الصادق عليه السلام :

مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَكْثَرَ مَأْوُهُ وَوَلَدُهُ ؛ فَلْيُدْمِنْ أَكْلَ الْهِنْدَبَاءِ .

امام صادق عليه السلام :

هر کس دوست دارد آب (منی) او و فرزندانش فراوان شود ، بر خوردن کاسنی ، مداومت ورزد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 207 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 504

حدیث - 51

الإمام الصادق عليه السلام :

الْغُبِرَاءُ لَحْمُهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَعَظْمُهُ يُنْبِتُ الْعَظْمَ ، وَجِلْدُهُ يُنْبِتُ الْجِلْدَ ، وَمَعَ ذَلِكَ ؛ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ ، وَيَدْبَغُ الْمَعِدَةَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْبَوَاسِيرِ وَالتَّقْتِيرِ ، وَيُقَوِّى السَّاقَيْنِ ، وَيَقِى مَعَ عِرْقِ الْجُذَامِ .

امام صادق عليه السلام :

سنجد ، گوشتش گوشت می‌رویاند ، استخوانش استخوان را رشد می‌دهد و پوستش پوست را می‌پرورد . علاوه بر این ، سنجد ، کلیه‌ها را گرم می‌کند ، معده را پاک می‌سازد ، مایه ایمنی از بواسیر و تقطیر البول است ، ساق پا را قوی می‌کند و رگ جذام را به کلی قطع می‌نماید .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 361 ، حدیث - 1 ، دانش نامه احادیث پزشکی :

414 / 2

حدیث - 52

الإمام الحسين عليه السلام :

دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَلَى عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ عليه السلام وَهُوَ مَحْمُومٌ ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْغُبِرَاءِ .

امام حسین عليه السلام :

پیامبر خدا بر علی بن ابی طالب عليه السلام وارد شد ، در حالی که وی تب داشت . پیامبر ﷺ او را به خوردن سنجد ، سفارش کرد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 188 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 414

حدیث - 53

الإمام الباقر عليه السلام

فی حزقیل النَّبِیِّ عليه السلام : خَرَجَتْ قَرَحَةٌ عَلَى كَبِدِهِ فَأَذَتْهُ فَخَشَعَ لِلَّهِ وَتَذَلَّلَ وَقَعَدَ عَلَى الرَّمَادِ ، فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ : أَنْ خُذْ لَبَنَ التَّيْنِ فَحُكَّهُ عَلَى صَدْرِكَ مِنْ خَارِجٍ ، فَفَعَلَ فَسَكَنَ عَنْهُ ذَلِكَ .

امام باقر عليه السلام

درباره حزقیل عليه السلام : زخمی بر کبد او رسید و او را آزار می داد . وی بر درگاه خداوند ، زاری و خشوع کرد و بر خاکستر نشست . پس خداوند به وی وحی فرستاد که : «شیر انجیر بردار و از بیرون ، بر سینه خویش بمال» . او نیز چنین کرد و آن عارضه از وی برطرف شد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 185 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 446

حدیث - 54

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

إِيَّاكُمْ وَالشُّبْرُمَ ؛ فَإِنَّهُ حَارٌّ يَارُّ ، وَعَلَيْكُمْ بِالسَّنَا فَتَدَاوُوا بِهِ ، فَلَوْ دَفَعَ شَيْءٌ الْمَوْتَ لَدَفَعَهُ السَّنَا .

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

از شُبْرُم (گاو کُشک) حذر کنید ؛ چرا که سرد و بار است ، و بر شما باد سِیا .
با آن ، درمان کنید ؛ چرا که اگر بنا بود چیزی مرگ را دور کند ، سِیا آن را دور
می‌کرد .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 219 ، حدیث - 4 و ص 274 دانش نامه
احادیث پزشکی : 2 / 372

حدیث - 55

الإمام الصادق عليه السلام :

لَوْ عَلِمَ النَّاسُ مَا فِي السَّنَا لَبَلَّغُوا كُلَّ مِثْقَالٍ مِنْهُ بِمِثْقَالَيْنِ مِنْ ذَهَبٍ ! أَمَا إِنَّهُ أَمَانٌ
مِنَ الْبَهَقِ وَالْبَرَصِ وَالْجُذَامِ وَالْجُنُونِ وَالْفَالَجِ وَاللَّقْوَةِ .

امام صادق عليه السلام :

اگر مردم از آنچه در گیاه سِیا هست ، آگاهی داشتند ، هر مثقال آن را با دو
مثقال طلا به چنگ می‌آوردند . زنه‌ار که این گیاه ، مایه ایمنی از : بهک ، پیسی
، جذام ، دیوانگی ، سست‌اندami و کژدهانی است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 218 ، حدیث - 3 دانش نامه احادیث
پزشکی : 2 / 370

حدیث - 56

الإمام الكاظم عليه السلام :

كَانَ دَوَاءُ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ السَّعْتَرُ ، وَكَانَ يَقُولُ : إِنَّهُ يَصِيرُ لِلْمَعِدَةِ خَمَلًا ،
كَخَمَلِ الْقَطِيفَةِ .

امام کاظم علیه السلام :

داروی امیرمؤمنان علیه السلام ، آویشن بود . ایشان می فرمودند: «آویشن برای معده ، پُرسی همانند پُرس پارچه های مخمل می شود» .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 244 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 430

حدیث - 57

الإمام کاظم علیه السلام :

قَصَبُ السُّكَّرِ يَفْتَحُ السَّدُودَ ، وَلَا دَاءَ فِيهِ وَلَا غَائِلَةَ .

امام کاظم علیه السلام :

نیشکر ، گرفتگی های مجاری و رگ ها را باز می کند و هیچ بیماری و بدی ای در آن نیست .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 189 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 238

حدیث - 58

الإمام الرضا علیه السلام :

اسْتَكْتَرُوا مِنَ اللَّبَانِ وَاسْتَبَقَوْهُ وَامْضَعُوهُ ، وَأَحْبَبُّهُ إِلَى الْمَضْغِ ؛ فَإِنَّهُ يَنْزِفُ بَلْغَمَ
الْمَعِدَةِ وَيُنَظِّفُهَا ، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ ، وَيُمِرُّ الطَّعَامَ .

امام رضا علیه السلام :

فراوان کُنْدُر بخورید ، آن را در دهان نگه دارید و بجوید. برای من ، جویدن آن ، دوست داشتنی تر است؛ بلغمِ معده را می زداید و آن را تمیز می کند ، عقل را استحکام می بخشد و غذا را می گوارد.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 444 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 248

حدیث - 59

رسول الله ﷺ :
 مَنْ أَكَلَ السَّدَابَ وَنَامَ عَلَيْهِ ؛ أَمِنَ مِنَ الدُّوَارِ وَذَاتِ الْجَنْبِ .
 پیامبر خدا ﷺ :

هر کس سُداب بخورد و بر آن بخوابد ، از سرگیجه و ذات الجنب ، ایمن باشد .

طب النبى ﷺ ، صفحه 11 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 300 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 348 معنای سداب در ج 1 ، ص 247 آمد .

حدیث - 60

رسول الله ﷺ :
 السَّدَابُ جَيِّدٌ لَوَجَعِ الْأُذُنِ .
 پیامبر خدا ﷺ :

سُداب برای درد گوش ، مفید است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 144 ، حدیث - 2 ، دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 318 . در الکافی آمده است : روایت شده که آن ، برای درد
گوش ، مفید است .

حدیث - 61

الإمام الصادق عليه السلام :
إِنْ خَرَجَ بِالرَّجُلِ مِنْكُمْ الْخُرَاجُ أَوْ الدَّمْلُ فَلْيَرْبِطْهُ، وَلْيَتَدَاوِ بِزَيْتٍ أَوْ سَمْنٍ.
امام صادق عليه السلام :
اگر از بدن کسی از شما ، جوش یا آماسه‌ای بیرون زد ، آن را ببندد و با
روغن زیتون یا روغن حیوانی ، درمان کند .
الکافی ، جلد 4 ، صفحه 359 ، حدیث - 6 ، دانش نامه احادیث پزشکی :
330 / 2

حدیث - 62

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :
كُلُوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِهِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً مِنْهَا الْجُذَامُ .
پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :
روغن زیتون بخورید و خود را با آن ، چرب کنید ؛ زیرا در آن ، درمان
هفتاد درد است که جذام ، از جمله آنهاست .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 48 ، حدیث - 28299 نقلاً عن أبي نعیم فی
الطبّ عن أبي هريرة دانش نامه احادیث پزشکی : 330 / 2

حدیث - 63

الإمام الصادق عليه السلام :

تَأْخُذُ دُهْنٌ بِنَفْسٍ فِي قُطْنَةٍ فَاحْتَمَلَهُ فِي سِفْلَتِكَ عِنْدَ مَنَامِكَ ؛ فَإِنَّهُ نَافِعٌ لِلزُّكَّامِ
إِنْ شَاءَ اللَّهُ تَعَالَى .

امام صادق عليه السلام :

پنبه‌ای را به روغن بنفشه آغشته می‌کنی و به هنگام خفتن در نشیمنگاهت
می‌گذاری . به خواست خداوند ، برای زکام ، سودمند است .

مکارم الأخلاق ، جلد 2 ، صفحه 210 ، حدیث - 2533 ، بحار الأنوار ،
جلد 62 ، صفحه 184 ، حدیث - 4 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 334

حدیث - 64

الإمام الصادق عليه السلام :

شُرْبُ السَّوِيقِ بِالزَّيْتِ يُنَبِّتُ اللَّحْمَ ، وَيَشْدُّ الْعَظْمَ ، وَيُرِقُّ الْبَشَرَةَ ، وَيَزِيدُ فِي
الْبَاهِ .

امام صادق عليه السلام :

نوشیدن سویقی که با روغن زیتون فراهم آمده باشد ، گوشت را می‌رویاند ،
استخوان را استحکام می‌بخشد ، پوست را نازک می‌کند و بر توان جنسی
می‌افزاید .

بحار الأنوار ، جلد 104 ، صفحه 80 ، حدیث - 15 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 480

حدیث - 65

الإمام الصادق عليه السلام - إذا هاجَ الدَّمُ بِأَحَدٍ مِنْ حَشَمِهِ قَالَ لَهُ: إِشْرَبْ مِنْ سَوِيقِ الْعَدَسِ؛ فَإِنَّهُ يُسَكِّنُ هَيْجَانَ الدَّمِ وَيُطْفِئُ الْحَرَارَةَ.

امام صادق عليه السلام هنگامی که خون کسی از خدمتگزارانش جوش می آمد، به وی می فرمودند: قدری سویق عدس بخور؛ چرا که جوشش خون را آرام می کند و حرارت را فرو می نشاند.

الكافي، جلد 6، صفحه 307، حدیث - 1، مكارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 421، حدیث - 1427، بحار الأنوار، جلد 66، صفحه 282، حدیث - 27 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 460

حدیث - 66

الإمام الكاظم عليه السلام :
السَّوِيقُ وَمَرَقُ لَحْمِ الْبَقَرِ يَذْهَبَانِ بِالْوَضَحِ .
امام کاظم عليه السلام :

سویق و آب گوشتی که با گوشت گاو فراهم آمده باشد، پیسی را از میان می برد.

الكافي، جلد 6، صفحه 311، حدیث - 7 عن يحيى بن مساور دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 514

حدیث - 67

الإمام الصادق عليه السلام :

السَّوِيقُ الْجَافُ يَذْهَبُ بِالْبَيَاضِ .

امام صادق عليه السلام :

سویق خشک ، سفیدی را از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 279 ، حدیث - 17 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 512

حدیث - 68

الإمام الصادق عليه السلام :

ثَلَاثُ رَاحَاتٍ سَوِيقٍ جَافٍ عَلَى الرِّيقِ يُنَشِّفُ الْبَلْغَمَ وَالْمِرَّةَ ، حَتَّى لَا يَكَادَ يَدْعُ شَيْئًا .

امام صادق عليه السلام :

[خوردن] سه کف دست ، سویق خشک در حالت ناشتا ، بلغم و تلخه را

خشک می کند ، تا جایی که تقریباً چیزی را از آن بر جای نمی گذارد .

بحار الأنوار ، ج 66 ، صفحه 278 ، حدیث - 11 دانش نامه احادیث

پزشکی : 2 / 386

حدیث - 69

الإمام الصادق عليه السلام :

ما أَعْرِفُ لِلْسُّمُومِ دَوَاءً أَفْعَ مِنْ سَوِيقِ التُّفَّاحِ .

امام صادق عليه السلام :

برای مسمومیت ، دارویی سودمندتر از سویق سیب ، سراغ ندارم .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 356 ، حدیث - 7 دانش نامه احادیث پزشکی : 2

384 /

حدیث - 70

امام علی عليه السلام :

الْمُضْمَضَةُ وَالِاسْتِنْشَاقُ سُنَّةٌ وَطَهْرٌ لِلْفَمِ وَالْأَنْفِ ، وَالشُّعُوطُ مَصَحَّةٌ لِلرَّأْسِ ،
وَتَنْقِيَةٌ لِلْبَدَنِ وَسَائِرُ أَوْجَاعِ الرَّأْسِ .

شستشوی دهان و بینی ، سنت و مایه پاکی دهان و بینی است و انفییه کردن ،

مایه سلامت سر و پاکسازی بدن و همه انواع سردرد است .

بحار الأنوار ، جلد 10 ، صفحه 90 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 264

حدیث - 71

الإمام الصادق عليه السلام :

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا اشْتَكَى رَأْسَهُ اسْتَعَطَ بِذَهْنِ الْجُلْجُلَانِ - وَهُوَ السَّمْسِمُ .

امام صادق عليه السلام :

پیامبر خدا ، چون سردرد می کرد ، به روغن کُنجد ، انفییه می کرد .
بحار الأنوار ، جلد 16 ، صفحه 290 ، حدیث - 153 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 264

حدیث - 72

رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :

الْحِنَاءُ خِضَابُ الْإِسْلَامِ ؛ يَزِيدُ فِي الْمُؤْمِنِ عَمَلَهُ ، وَيَذْهَبُ بِالصُّدَاعِ ، وَيُجِدُّ الْبَصَرَ ، وَيَزِيدُ فِي الْوِقَاعِ ، وَهُوَ سَيِّدُ الرِّيَاحِينَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ .
پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :

حنا ، خضاب اسلام است؛ بر [ثواب] عمل مؤمن می افزاید ، سردرد را از میان می برد ، چشم را تیزبین می کند ، قدرت آمیزش را افزون می سازد و مهتر گیاهان خوش بو در دنیا و آخرت است .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 299؛ دانش نامه احادیث پزشکی : 1 /

حدیث - 73

امام صادق علیه السلام :

مَنْ ظَهَرَ صِحَّتَهُ عَلَى سَقَمِهِ فَيُعَالِجُ بِشَيْءٍ فَمَاتَ ، فَأَنَا إِلَى اللَّهِ مِنْهُ بَرِيءٌ .
هر کس تن درستی اش بر بیماری اش غلبه داشته باشد و خود را به چیزی
درمانی کند و پس از آن بمیرد ، من در پیشگاه خداوند ، از او بیزاری می جویم .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 64 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 92

حدیث - 74

الإمام الصادق علیه السلام :

مَنْ ظَهَرَ صِحَّتَهُ عَلَى سَقَمِهِ فَشَرِبَ الدَّوَاءَ ؛ فَقَدْ أَعَانَ عَلَى نَفْسِهِ .
امام صادق علیه السلام :
هر کس تن درستی اش بر بیماری اش چیرگی داشته باشد و دارو بنوشد ، به
زیان خویش ، اقدام کرده است .
طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 61 عن سالم بن أبي خيثمة ، بحار الأنوار ،
جلد 62 ، صفحه 65 ، حدیث - 8 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 92

حدیث - 75

امیر المؤمنین علی علیه السلام :

لَا يَتَدَاوَى الْمُسْلِمُ ؛ حَتَّى يَغْلِبَ مَرَضُهُ صِحَّتَهُ .

امام علی علیه السلام :

مسلمان به دارو توسّل نمی‌جوید ، مگر آن هنگام که بیماری‌اش بر
تن‌درستی‌اش چیرگی یابد .

الخصال ، صفحه 620 ، حدیث - 10 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 70 ،
حدیث - 24 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 90

حدیث - 76

امیر المؤمنین علی علیه السلام :

إِمْشِ بِدَائِكَ مَا مَشَى بِكَ .

امام علی علیه السلام :

با درد خویش ، تا آن هنگام که با تو مدارا می‌کند ، مدارا کن .

نهج البلاغة ، الحکمة 27 ، بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه 204 ، حدیث -
7 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 90

حدیث - 77

امیر المؤمنین علی علیه السلام :

لَا يَتَدَاوَى الْمُسْلِمُ حَتَّى يَغْلِبَ مَرَضُهُ صِحَّتَهُ .

امام علی علیه السلام :

مسلمان خود را مداوا نکند مگر آن‌گاه که بیماری او بر سلامتی‌اش چیره
گردد .

الخصال : 620 / 10

حدیث - 78

رسول الله ﷺ :

مَنْ اسْتَقْلَّ بِدَائِهِ فَلَا يَتَدَاوِينَ ؛ فَإِنَّهُ رُبَّ دَوَاءٍ يُوْرِثُ الدَّاءَ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس می‌تواند با بیماری خود ، سر کند ، از درمان پرهیزد ؛ زیرا بسا دارویی که خود ، بیماری بر جای می‌نهد .

نثر الدرّ ، جلد 1 ، صفحه 181 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 90

حدیث - 79

رسول الله ﷺ :

مَنْ غَلَبَتْ صِحَّتُهُ مَرَضَهُ فَلَا يَتَدَاوَى .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس سلامت تنش بر بیماری‌اش چیرگی دارد ، مداوا نکند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 66 ، حدیث - 14 ، دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 90

حدیث - 80

رسول الله ﷺ :

تَجَنَّبِ الدَّوَاءَ مَا احْتَمَلَ بَدَنُكَ الدَّاءَ ، فَإِذَا لَمْ يَحْتَمِلِ الدَّاءُ فَالدَّوَاءُ .

پیامبر خدا ﷺ :

تا زمانی که بدنت بیماری را تحمل می‌کند ، از مصرف دارو بپرهیز و هرگاه
آن را تحمل نکرد ، آن‌گاه به دارو روی آر .

بحار الأنوار : 81 / 211 / 30

حدیث - 81

رسول الله ﷺ :

الدَّوَاءُ مِنَ الْقَدَرِ ، وَهُوَ يَنْفَعُ مَنْ يَشَاءُ بِمَا شَاءَ .

پیامبر خدا ﷺ :

درمان ، از تقدیر [خداوند] است و هر کس را که او بخواهد ، به همان‌گونه که
بخواهد ، سود می‌رساند .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 5 ، حدیث - 28082 نقلاً عن ابن السنی عن
ابن عباس دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 50

حدیث - 82

رسول الله ﷺ :

الدَّوَاءُ مِنَ الْقَدَرِ ، وَقَدْ يَنْفَعُ بِإِذْنِ اللَّهِ .

پیامبر خدا ﷺ :

درمان ، از تقدیر [خداوند] است و ممکن است به اذن خداوند ، نافع باشد .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 5 ، حدیث - 28081 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 50

حدیث - 83

الإمام الصادق عليه السلام :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ يَجْعَلْ فِي شَيْءٍ مِّمَّا حَرَّمَ شِفَاءً وَلَا دَوَاءً .

امام صادق عليه السلام :

خداوند ، در هیچ چیز از آنچه حرام کرده ، نه شفایی قرار داده است و نه دوايي .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 86 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 82

حدیث - 84

الإمام الصادق عليه السلام :

لَيْسَ فِي حَرَامٍ شِفَاءٌ .

امام صادق عليه السلام :

در هیچ حرامی ، شفایی نیست .

الكافي ، جلد 8 ، صفحه 193 ، حدیث - 229 ، دانش نامه احادیث پزشکی

: 1 / 82

حدیث - 85

الإمام الصادق عليه السلام :

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الدَّوَاءِ الْخَبِيثَةِ أَنْ يُتَدَاوَى بِهِ .

امام صادق علیه السلام :

پیامبر خدا از مداوا کردن با داروی ناپاک ، نهی فرمودند .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 87 ، حدیث - 13 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 80

حدیث - 86

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ تَدَاوَى بِحَرَامٍ ، لَمْ يَجْعَلِ اللَّهُ فِيهِ شِفَاءً .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

هر کس به حرام درمان جوید ، خداوند در آن شفایی قرار نمی دهد .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 52 ، حدیث - 28318

حدیث - 87

الإمام الكاظم علیه السلام :

ادفعوا مُعَالَجَةَ الْأَطِبَّاءِ مَا اندَفَعَ الدَّاءُ عَنْكُمْ ؛ فَإِنَّهُ بِمَنْزِلَةِ الْبِنَاءِ قَلِيلُهُ يَجْرُ إِلَى كَثِيرِهِ .

امام کاظم علیه السلام :

تا زمانی که بیماری ، به جد با شما درگیر نشده است ، درگیر معالجه طیبیان
نشوید ، که درمان به مانند ساختمان است که مقدار کمی از آن ، شخص را به
مقدار فراوانش می کشاند .

علل الشرائع ، صفحه 465 ، حدیث - 17 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه
63 ، حدیث - 4 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 92

حدیث - 88

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:
قَوْلُ: «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ» فِيهِ شِفَاءٌ مِنْ تِسْعَةِ وَتِسْعِينَ دَاءً ، أَذْنَاهَا الْهَمُّ
جمله «لا حول ولا قوة الا بالله» نود و نه درد را شفا می دهد که ساده ترین
آنها اندوه است .

قرب الإسناد : 76 / 244 ، منتخب میزان الحکمه: 148

حدیث - 89

امام علی علیه السلام فرمودند:
إِذَا اشْتَكَى أَحَدُكُمْ عَيْنَيْهِ فَلْيَقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ ، وَلْيُضْمِرْ فِي نَفْسِهِ أَنَّهَا تَبْرَأُ ؛ فَإِنَّهُ
يُعَافَى إِنْ شَاءَ اللَّهُ .

اگر کسی از شما چشمانش ناراحت بود ، آیه الکرسی بخواند و در دل ، نیت
شفا کند . به خواست خداوند ، بهبود خواهد یافت .

مکارم الأخلاق ، جلد 2 ، صفحه 205 ، حدیث - 2528 ، بحار الأنوار ،
جلد 92 ، صفحه 262 ، حدیث - 4 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 312

حدیث - 90

الإمام الصادق عليه السلام :

يُسْتَحَبُّ لِلْمَرِيضِ أَنْ يُعْطِيَ السَّائِلَ بِيَدِهِ ، وَيَأْمُرَ السَّائِلَ أَنْ يَدْعُوَ لَهُ .

امام صادق عليه السلام :

مستحب است بیمار به دست خود ، صدقه‌ای به سائل بدهد و از او بخواهد برای وی ، دعا کند .

الكافي ، جلد 4 ، صفحه 4 ، حدیث - 9 ، بحار الأنوار ، جلد 81 ، صفحه

209 ، حدیث - 25 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 174

حدیث - 91

الإمام الرضا عليه السلام :

مَنْ أَرَادَ أَلَّا تُحْرِقَهُ السَّوْدَاءُ ، فَعَلَيْهِ بِالْقَيِّءِ ، وَفَصْدِ الْعُرُوقِ ، وَالْإِطْلَاعِ بِالنُّورَةِ .

امام رضا عليه السلام :

هر کس می‌خواهد سودا او را نسوزاند ، بر او بادقی کردن ، رگ زدن و نوره کشیدن .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 42 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 325

وفیه ومداومة النورة، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 464

حدیث - 92

الإمام الباقر عليه السلام :

مَنْ تَقَيَّأَ قَبْلَ أَنْ يَتَقَيَّأَ كَانَ أَفْضَلَ مِنْ سَبْعِينَ دَوَاءً ، وَيُخْرِجُ الْقَيْءَ عَنْ هَذَا السَّبِيلِ كُلِّ دَاءٍ وَعِلَّةٌ .

امام باقر عليه السلام :

هر کس پیش از آن که خود به خود ، حالش به هم بخورد ، عمداً قی کند ، [این کار] از هفتاد دارو بهتر است و این نوع قی کردن ، هر درد و بیماری ای را [که در او هست ، از تنش] بیرون می آورد .

طبّ الأئمّة لابن بسطام ، صفحہ 67 عن حمزة الثمالي ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحہ 123 ، حدیث - 53 .

حدیث - 93

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

عَلَيْكُمْ بِالْحِجَامَةِ فِي جَوْزَةِ الْقَمَحْدُوءَةِ ؛ فَإِنَّهُ دَوَاءٌ مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ دَاءً ، وَخَمْسَةَ أَدْوَاءٍ مِنَ الْجُنُونِ ، وَالْجُذَامِ ، وَالْبَرَصِ ، وَوَجَعِ الْأَضْرَاسِ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

بر شما باد حجامت در استخوان پس سر ؛ چرا که درمان 72 بیماری است و درمان پنج بیماری ، از جمله : دیوانگی ، جذام ، پستی و دندان درد است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحہ 14 ، حدیث - 28133 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 486

حدیث - 94

رسول الله ﷺ :

مَنْ احْتَجَمَ يَوْمَ الثَّلَاثَاءِ لِسَبْعِ عَشْرَةَ أَوْ تِسْعَ عَشْرَةَ أَوْ لِأَحَدَى وَعِشْرِينَ مِنَ الشَّهْرِ ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ مِنْ أَدْوَاءِ السَّنَةِ كُلِّهَا ، وَكَانَتْ لِمَا سِوَى ذَلِكَ شِفَاءٌ مِنْ وَجَعِ الرَّأْسِ وَالْأَضْرَاسِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَالْبَرَصِ .
پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم :

هر کس در روز سه شنبه هفدهم یا نوزدهم یا بیست و یکم ماه ، حجامت کند ، این حجامت برای وی شفای همه دردهای سال خواهد بود و افزون بر آن ، شفای سردرد ، دندان درد ، دیوانگی ، جذام و پیسی نیز خواهد بود .
الخصال ، صفحه 385 ، حدیث - 68 عن أبي سعيد الخدري ، بحار الأنوار ، جلد 59 ، صفحه 38 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 402

حدیث - 95

رسول الله ﷺ :

الْحِجَامَةُ فِي الرَّأْسِ شِفَاءٌ مِنْ سَبْعٍ إِذَا مَا نَوَى صَاحِبُهَا : مِنَ الْجُنُونِ ، وَالْجُذَامِ ، وَالْبَرَصِ ، وَالنُّعَاسِ ، وَوَجَعِ الضُّرْسِ ، وَالصُّدَاعِ ، وَظُلْمَةِ يَجِدُهَا فِي عَيْنَيْهِ .
پیامبر خدا ﷺ :

حجامت در سر ، شفای از هفت چیز است ، آن گاه که بر شخص ، عارض شود : دیوانگی ، جذام ، پیسی ، چرت آلودگی ، دندان درد ، سردرد و تیرگی ای که شخص در چشم احساس می کند .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 13 ، حدیث - 28128 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 308

حدیث - 96

رسول الله ﷺ

مِنْ وَصِيَّتِهِ لِعَلِيٍّ عَلَيْهِ السَّلَامُ : يَا عَلِيُّ ، تِسْعَةُ أَشْيَاءَ تَوَرَّثَ النَّسِيَانُ : أَكْلُ التُّفَّاحِ الْحَامِضِ ، وَأَكْلُ الْكُزْبُرَةِ ، وَالْجُبْنِ ، وَسُورِ الْفَأْرَةِ ، وَقِرَاءَةُ كِتَابَةِ الْقُبُورِ ، وَالْمَشْيُ بَيْنَ امْرَأَتَيْنِ ، وَطَرْحُ الْقَمَلَةِ ، وَالْحِجَامَةُ فِي النُّقْرَةِ ، وَالْبَوْلُ فِي الْمَاءِ الرَّائِدِ .

پیامبر خدا ﷺ

در سفارش‌های ایشان به علی علیه السلام : ای علی! نه چیز است که فراموشی می‌آورد: خوردن سیب ترش ، خوردن گشنیز ، پنیر و پس‌مانده موش ، خواندن نوشته‌های روی قبر ، راه رفتن میان دو زن ، افکندن شپش ، حجامت در گودی پس سر ، و ادرار کردن در آب راکد.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 245 ، حدیث - 2 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 254

حدیث - 97

رسول الله ﷺ :

الدَّاءُ ثَلَاثَةٌ وَالِدَوَاءُ ثَلَاثَةٌ ؛ فَأَمَّا الدَّاءُ : فَالدَّمُّ وَالْمِرَّةُ وَالْبَلْغَمُ ؛ فَدَوَاءُ الدَّمِّ الْحِجَامَةُ ، وَدَوَاءُ الْبَلْغَمِ الْحَمَّامُ ، وَدَوَاءُ الْمِرَّةِ الْمَشْيُ .

پیامبر خدا ﷺ :

درد ، سه چیز است و درمان نیز سه چیز . اما درد ، عبارت است از : خون ، تلخه و بلغم . درمان خون ، حجامت است ، درمان بلغم ، حمّام است ، و داروی تلخه نیز راه رفتن .

بحار الأنوار ، ج 62 ، صفحه 127 ، حدیث - 87 ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 462 مقصود از «مشی» در پایان روایت ، هر چیزی است که مسهل باشد. از آن رو ، مسهل را «مشی» نامیده‌اند که شخص را به راه رفتن و رفتن به سمت آبریزگاه ، وادار می‌سازد .

حدیث - 98

رسول الله ﷺ :

إِنَّ الْحِجَامَةَ فِي الرَّأْسِ دَوَاءٌ مِنْ دَاءِ الْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَالْعَشَا وَالْبَرَصِ وَالصُّدَاعِ .

پیامبر خدا ﷺ :

حجامت در سر ، درمانی برای دیوانگی ، جذام ، شب‌کوری ، پیسی و سردرد است.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 126 ، حدیث - 81 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 266

حدیث - 99

الإمام الرضا عليه السلام :

أَكْلُ الْمَمْلُوحَةِ وَاللَّحْمَانِ الْمَمْلُوحَةِ وَأَكْلُ السَّمَكِ الْمَمْلُوحِ ، بَعْدَ الْحِجَامَةِ وَالْفَصْدِ لِلْعُرُوقِ ، يُؤَلِّدُ الْبَهَقَ وَالْجَرَبَ .

امام رضا علیه السلام :

خوردن غذای نمک‌سود ، گوشت نمک‌سود و خوردن ماهی نمک‌سود ، پس
از رگزنی و حجامت ، بَهِک و گری ایجاد می‌کند .
طبّ الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 64 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321
دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 494

حدیث - 100

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

إِنَّ أَفْضَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحُقْنَةُ ، وَهِيَ تُعْظَمُ الْبَطْنَ ، وَتُنَقَّى دَاءَ الْجَوْفِ ، وَتُقَوِّي
الْبَدْنَ .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

بهترین درمانی که به کار می‌گیرید ، تنقیه کردن است . شکم را بزرگ می‌کند
، درد درون را می‌شوید و بدن را قوی می‌کند .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 114 ، حدیث - 19 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 434

حدیث - 101

الإمام الصادق علیه السلام :

مَنْ قَالَ بَعْدَ صَلَاةِ الصُّبْحِ قَبْلَ أَنْ يَتَكَلَّمَ : «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» ، لَا حَوْلَ
وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ» يُعِيدُهَا سَبْعَ مَرَّاتٍ ، دَفَعَ اللَّهُ عَنْهُ سَبْعِينَ نَوْعاً مِنْ

أنواع البلاء، وَمَنْ قَالَهَا إِذَا صَلَّى الْمَغْرِبَ قَبْلَ أَنْ يَتَكَلَّمَ، دَفَعَ اللَّهُ عَنْهُ سَبْعِينَ
نَوْعاً مِنْ أَنْوَاعِ الْبَلَاءِ؛ أَهْوَنُهَا الْجُذَامُ وَالْبَرَصُ.

امام صادق عليه السلام :

هر کس پس از نماز صبح و پیش از آن که با کسی سخن بگوید، هفت بار
بگوید: «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ»،
خداوند، هفتاد گونه بلا را از او دفع کند؛ و هر کس این [ذکر] را پس از نماز
مغرب و پیش از آن که با کسی سخن بگوید، بر زبان آورد، خداوند، هفتاد
گونه بلا را که کمترین آنها جذام و پیسی است، از او دور کند.

بحار الأنوار، جلد 86، صفحه 95، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی: 1 / 490

حدیث - 102

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم

لِأَنْسٍ: أَلَا أَعْلَمُكُمْ دُعَاءَ تَدْعُو بِهِ كُلَّمَا صَلَّيْتَ الْغَدَاةَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ دَفَعَ اللَّهُ
عَنْكَ الْجُذَامَ وَالْبَرَصَ وَالْفَالِجَ وَالْعَمَى فِي الدُّنْيَا؟ قُلْ :

«اللَّهُمَّ اهْدِنِي مِنْ عِنْدِكَ، وَأَفِضْ عَلَيَّ مِنْ فَضْلِكَ، وَأَسْبِغْ عَلَيَّ مِنْ رَحْمَتِكَ
، وَأَنْزِلْ عَلَيَّ مِنْ بَرَكَاتِكَ» .

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

خطاب به انس: آیا نمی‌خواهی دعایی به تو بیاموزم که هر گاه نماز صبح
گزاردی، آن را سه بار بگویی تا خداوند، جذام، پیسی، سست‌اندami و کوری
را از تو دور کند؟ بگو: «خداوندا! از پیشگاه خویش، مرا راه نمای، از فضل

خود ، بر من فرو بار ، از رحمت خویش ، نعمتی سرشارم ده ، و از برکات خود ، بر من نازل فرمای.».

کنز العمال ، جلد 2 ، صفحه 145 ، حدیث - 3520 نقلاً عن أبي الشيخ في الثواب عن أنس دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 274

حدیث - 103

الإمام عليّ عليه السلام :

مَرَضْتُ فَعَادَنِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ ، فَقَالَ :

قُلْ : «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ تَعْجِيلَ عَافِيَّتِكَ ، وَصَبْرًا عَلَيَّ لِيَّتِكَ ، وَخُرُوجًا إِلَى رَحْمَتِكَ».

فَقُلْتُهَا ، فَقُمْتُ كَأَنَّمَا نَشَطْتُ مِنْ عِقَالٍ .

امام علی علیه السلام :

بیمار شدم و پیامبر خدا به عیادتم آمد و فرمودند: «بگو : خداوندا! از تو می‌خواهم عافیتی را که می‌دهی ، پیش اندازی ، بر امتحان خویش ، بردباری‌ام بخشی ، و مرا به سوی رحمت خویش ببری» .

من ، این دعا را خواندم و پس از آن [دعا] ، از بستر بیماری برخاستم ، گویا که از بندی رسته باشم .

کنز العمال ، جلد 2 ، صفحه 190 ، حدیث - 3698 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 174

حدیث - 104

رسول الله ﷺ

فِي وَصَايَاهُ لِعَلِيِّ عَلَيْهِ السَّلَامُ : يَا عَلِيُّ ، لَا تُجَامِعِ امْرَأَتَكَ فِي أَوَّلِ الشَّهْرِ وَوَسَطِهِ
وَأَخِيرِهِ ؛ فَإِنَّ الْجُنُونَ وَالْجُذَامَ وَالْخَبَلَ لَيُسْرِعُ إِلَيْهَا وَإِلَى وَلَدِهَا .

پیامبر خدا ﷺ

در سفارش‌های ایشان به امام علی علیه السلام فرمودند: ای علی! در آغاز ، میان
و پایان ماه با همسرت همبستری مکن؛ چه ، [در این صورت] دیوانگی ، جذام و
تباه‌مغزی به سوی وی و فرزندش خواهد شتافت.

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 281 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 268

حدیث - 105

الْجِمَاعُ بَعْدَ الْجِمَاعِ مِنْ غَيْرِ أَنْ يَكُونَ بَيْنَهُمَا غُسْلٌ ؛ يُوْرَثُ لِلْوَلَدِ الْجُنُونَ .
امام رضا علیه السلام :

آمیزش پس از آمیزش ، بی آن که میان آنها غسلی صورت پذیرفته باشد ،
دیوانگی فرزند را در پی می‌آورد.

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 28 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 268

حدیث - 106

رسول الله ﷺ :

يُكْرَهُ لِلرَّجُلِ أَنْ يَغْشَى الْمَرْأَةَ وَقَدْ احْتَلَمَ ، حَتَّى يَغْتَسِلَ مِنْ احْتِلَامِهِ الَّذِي رَأَى ؛ فَإِنْ فَعَلَ وَخَرَجَ الْوَلَدُ مَجْنُونًا فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ .

پیامبر خدا ﷺ :

برای مرد ، مکروه است که پس از احتلام ، با زن همبستری کند ، مگر آن که از احتلام پیشین ، غسل کرده باشد ؛ چه ، اگر چنین کند و فرزندش دیوانه زاده شود ، جز خویش را نکوهش نکند .

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 283 ، حدیث - 3

حدیث - 107

رسول الله ﷺ :

مَنْ احْتَجَمَ يَوْمَ الثَّلَاثَاءِ لِسَبْعِ عَشْرَةَ أَوْ تِسْعِ عَشْرَةَ أَوْ لِأَحَدِي وَعِشْرِينَ مِنَ الشَّهْرِ ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ مِنْ أَدْوَاءِ السَّنَةِ كُلِّهَا ، وَكَانَتْ لِمَا سِوَى ذَلِكَ شِفَاءٌ مِنْ وَجَعِ الرَّأْسِ وَالْأُضْرَاسِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَالْبَرَصِ .

پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در روز سه شنبه هفدهم یا نوزدهم یا بیست و یکم ماه ، حجامت کند ، این حجامت برای وی شفای همه دردهای سال خواهد بود و افزون بر آن ، شفای سردرد ، دندان درد ، دیوانگی ، جذام و پیسی نیز خواهد بود .

بحار الأنوار ، جلد 59 ، صفحه 38 ، حدیث - 6 دانش نامه احادیث

پزشکی : 1 / 402

حدیث - 108

رسول الله ﷺ :

شُمُوا التَّرْجِسَ وَ لَوْ فِي الْيَوْمِ مَرَّةً ، وَ لَوْ فِي الْأُسْبُوعِ مَرَّةً ، وَ لَوْ فِي الشَّهْرِ مَرَّةً ، وَ لَوْ فِي السَّنَةِ مَرَّةً ، وَ لَوْ فِي الدَّهْرِ مَرَّةً ؛ فَإِنَّ فِي الْقَلْبِ حَبَّةً مِنَ الْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَالْبَرَصِ وَ شَمُّهُ يَدْفَعُهَا .

پیامبر خدا ﷺ :

[كُل] نرگس را بویید ، هرچند در روز یک بار ، هر چند در هفته یک بار ، هر چند در ماه یک بار ، هر چند در سال یک بار ، و هر چند در همه عمر ، یک بار؛ چراکه در قلب ، هسته‌ای از دیوانگی ، جذام و پیسی وجود دارد و بوییدن نرگس ، آن را دور می‌کند.

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 299

حدیث - 109

رسول الله ﷺ :

لِعَلِيٍّ عَلَيْهِ السَّلَامُ : يَا عَلِيُّ ، افْتَتِحْ طَعَامَكَ بِالْمِلْحِ وَ اخْتِمِ بِالْمِلْحِ ؛ فَإِنَّ مَنْ افْتَتَحَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ وَ خَتَمَ بِالْمِلْحِ عَوَفَى مِنْ اثْنَيْنِ وَسَبْعِينَ نَوْعاً مِنْ أَنْوَاعِ الْبَلَاءِ ، مِنْهُ الْجُذَامُ ، وَالْجُنُونُ ، وَالْبَرَصُ .

پیامبر خدا ﷺ :

در سفارش‌های ایشان به امام علی علیه السلام فرمودند: ای علی! غذا را با نمک ، آغاز کن و با نمک ، پایان ده؛ چه ، هر کس غذای خویش را با نمک آغاز کند و با نمک پایان دهد ، از هفتاد و دو نوع از انواع بلا که جذام ، دیوانگی و پیسی از آن جمله است ، به دور باشد.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 326 ، حدیث - 2

حدیث - 110

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

الحِجَامَةُ فِي الرَّأْسِ شِفَاءٌ مِنْ سَبْعٍ إِذَا مَا نَوَى صَاحِبُهَا : مِنَ الْجُنُونِ ، وَالْجُذَامِ ، وَالْبَرَصِ ، وَالنُّعَاسِ ، وَوَجَعِ الضَّرْسِ ، وَالصُّدَاعِ ، وَظُلْمَةِ يَجِدُهَا فِي عَيْنَيْهِ .
پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

حجامت در سر ، شفای از هفت چیز است ، آن‌گاه که بر شخص ، عارض شود : دیوانگی ، جذام ، پیسی ، چرت‌آلودگی ، دندان‌درد ، سردرد و تیرگی‌ای که شخص در چشم احساس می‌کند .

المعجم الكبير ، جلد 11 ، صفحه 24 ، حدیث - 10938 عن ابن عباس ،
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 13 ، حدیث - 28128 دانش نامه احادیث
پزشکی : 1 / 308

حدیث - 111

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم :

السَّوَاكُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ ، وَالسَّامُ : الْمَوْتُ .

پیامبر خدا ﷺ :

مسواک ، شفاى هر دردى است ، مگر سام ، و سام ، مرگ است .
إتحاف السادة المتقين ، جلد 2 ، صفحه 350 عن عائشة ، كنز العمال ، جلد 9 ،
صفحه 311 ، حديث - 26264 نقلاً عن الفردوس دانش نامه احاديث
پزشكى : 1 / 372

حديث - 112

الإمام الصادق عليه السلام :

ثَلَاثٌ يُذْهِبْنَ النَّسيَانَ وَيُحْدِثْنَ الذِّكْرَ : قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ ، وَالسَّوَاكُ ، وَالصَّيَّامُ .
امام صادق عليه السلام :
سه چيز ، فراموشى را از ميان مى برد و حافظه به بار مى آورد : قرائت قرآن ،
مسواک زدن و روزه گرفتن .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 266 ، حديث - 39 وص 275 ، دانش نامه
احاديث پزشكى : 1 / 376 . در السرائر به جاى «حافظه به بار مى آورد» ،
عبارت «فكر را تيز مى كند» آمده است .

حديث - 113

رسول الله ﷺ :

مَنْ قَلَّمَ أَظْفَارَهُ يَوْمَ السَّبْتِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ وَأَخَذَ مِنْ شَارِبِهِ عَوْفَى مِنْ وَجَعِ
الضَّرْسِ ، وَوَجَعَ الْعَيْنِ .
پیامبر خدا ﷺ :

هر کس در روز پنج‌شنبه و شنبه ، ناخن‌های خود را کوتاه کند و قدری از سبیل خود بگیرد ، از دندان درد و درد چشم در امان باشد.

بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 120 ، حدیث - 7 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 286

حدیث - 114

الإمام الباقر عليه السلام :

مَنْ أَدْمَنَ أَخَذَ أَظْفَارِهِ كُلَّ خَمِيسٍ لَمْ تَرْمَدْ عَيْنُهُ .

امام باقر عليه السلام :

هر کس به گرفتن ناخن در هر پنج‌شنبه مداومت ورزد ، چشم درد نمی‌گیرد.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 491 ، حدیث - 14 ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 121 ، حدیث - 10 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 286

حدیث - 115

الإمام الصادق عليه السلام :

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يُؤْمِنُ مِنَ الْجُذَامِ ، وَالْبَرَصِ ، وَالْعَمَى ، وَإِنْ لَمْ تَحْتَجْ فَحُكَّهَا .

امام صادق عليه السلام :

کوتاه کردن ناخن‌ها در روز جمعه از جذام و پستی و کوری ایمنی می‌دهد ؛ اگر هم نیازی به کوتاه کردن نبود ، آنها را [کمی] بسای .

الكافي، جلد 6، صفحه 490، حديث - 2، بحار الأنوار، جلد 76،
صفحه 110، حديث - 6 دانش نامه احاديث پزشکی: 1 / 554

حديث - 116

الإمام عليّ عليه السلام :
العسلُ شفاءٌ من كلِّ داءٍ ولا داءَ فيه ؛ يُقِلُّ البلغمَ ، ويَجْلُو القلبَ .
امام علي عليه السلام :
عسل ، شفای هر بیماری ای است و بیماری ای هم در آن نیست؛ بلغم را کم
می کند و دل را جلا می دهد.

مكارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 359، حديث - 1172، بحار الأنوار،
جلد 66، صفحه 294، حديث - 18 دانش نامه احاديث پزشکی: 1 / 234

حديث - 117

امام علي عليه السلام :
كُلُّ داءٍ مِنَ التُّخْمَةِ ما خلا الحُمَّى ؛ فَإِنَّهَا تَرِدُّ وَرُوداً .
هر بیماری ای از پُر خوری است ، مگر تب ، که ناگاه به بدن درمی آید .
الكافي، جلد 6، صفحه 269، حديث - 8، المحاسن، جلد 2، صفحه
232، حديث - 1711، بحار الأنوار، جلد 66، صفحه 336، حديث - 29
دانش نامه احاديث پزشکی: 2 / 46

حدیث - 118

عن الامام علی علیه السلام قال: الْعَنَابُ يَذْهَبُ بِالْحُمَّى .
امام علی علیه السلام فرمودند: عناب تب را برطرف می کند.
«مکارم الاخلاق، ص 182»

حدیث - 119

عن امیرالمؤمنین علیه السلام قال: الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَ لَا دَاءَ فِيهِ يَقِلُّ الْبَلْغَمَ وَ
يَجْلُو الْقَلْبَ .
امام علی علیه السلام فرمودند: عسل شفای هر دردی است و هیچ درد و آسیبی در
آن نیست. خوردن آن صفرا را تقلیل داده و کار قلب را آسان می سازد.
«وسائل الشیعه، ج 17، ح 7»

حدیث - 120

قال امیرالمؤمنین علیه السلام : اِشْرَبُوا مَاءَ السَّمَاءِ فَإِنَّهُ طَهُورٌ لِلْبَدَنِ وَ يَدْفَعُ الْأَسْقَامَ .
امام علی علیه السلام فرمودند: آب باران بیاشامید؛ زیرا که پاک کننده بدن از
امراض و ناراحتی ها است.
«مکارم الاخلاق، ص 161»

حدیث - 121

سمعت الامام أبا عبدالله عليه السلام يقول في الغبيرا: إِنَّ لَحْمَهُ يُنْبِتُ اللَّحْمُ وَ عَظْمُهُ يُنْبِتُ الْعَظْمَ وَ جِلْدُهُ يُنْبِتُ الْجِلْدَ وَ مَعَ ذَلِكَ فَإِنَّهُ يُسَخِّنُ الْكُلَيْتَيْنِ وَ يَدْبِغُ الْمِعْدَةَ وَ هُوَ أَمَانٌ مِنَ الْبُواسيرِ وَ التَّقْطِيرِ وَ يُقَوِّى السَّاقَيْنِ وَ يَقْمَعُ عِرْقَ الْجُذَامِ.

از امام صادق عليه السلام شنیدم که درباره سنجد می فرمودند: پوست سنجد برای پوست بدن و قسمت وسط آن برای گوشت و هسته آن برای استخوان مفید است و در عین حال کلیه ها را گرم و معده را ضد عفونی و باز دارنده از بواسیر و تسلسل بول است و نیز ساق پاها را تقویت و جذام را از بدن ریشه کن می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 182»

حدیث - 122

عن الامام الصادق عليه السلام قال: الْهَنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنَ الْفِ دَاءٍ، وَ مَا مِنْ دَاءٍ فِى جَوْفِ الْإِنْسَانِ إِلَّا قَمَعَهُ الْهَنْدَبَاءُ.

امام صادق عليه السلام فرمودند: کاسنی شفای هزار درد است و هر مرضی که در درون انسان باشد آن را ریشه کن می کند.

«مکارم الاخلاق، ص 184»

حدیث - 123

عن الامام الصادق عليه السلام قال: مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّبَنِ.

امام صادق عليه السلام فرمودند: کسی که در قلب یا بدنش ضعفی عارض شده، گوشت گوسفند را به همراه شیر بخورد.

«مکارم الاخلاق، ص 163»

حدیث - 124

قال الامام الرضا عليه السلام : في القرآن شفاءٌ من كل داءٍ و قال داوودا مرضاكم بالصدقه و استشفوا بالقرآن فمن لم يشفه القرآن فلا شفاء له.

امام رضا عليه السلام فرمود: در قرآن دواى هر دردى است، و (سپس) فرمود: مرض هاى خود را با صدقه مداوا و آنها را با قرآن شفا دهيد، پس كسى را كه قرآن شفا ندهد، پس هيچ شفائى براى او نيست.

«مستدرک الوسائل، ج 2، ص 98»

حدیث - 125

قال الامام الصادق عليه السلام : شكا رجلٌ الى النبی صلی الله علیه و آله و سلم وجعاً فی صدره فقال صلی الله علیه و آله و سلم استشف بالقرآن فان الله عزوجل يقول و شفاء لما فی الصدور.

امام صادق علیه السلام فرمود: مردی به پیامبر از درد سینه شکایت کرد، پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: از قرآن شفا بجوی زیرا که خدای عز و جل می فرماید: قرآن شفا است برای آن چه در سینه ها است.

«الکافی، ج 6، ص 390»

حدیث - 126

امام صادق علیه السلام :

كَانَ أَبِي عليه السلام يَكْرَهُ أَنْ يَتَدَاوَى بِالْمَاءِ الْمُرِّ، وَبِمَاءِ الْكَبْرِيتِ، وَكَانَ يَقُولُ :
 إِنَّ نُوحًا عليه السلام لَمَّا كَانَ الطُّوفَانُ دَعَا الْمِيَاهَ فَأَجَابَتْهُ كُلُّهَا إِلَّا الْمَاءَ الْمُرَّ، وَمَاءَ
 الْكَبْرِيتِ، فَدَعَا عَلَيْهِمَا وَلَعَنَهُمَا .

پدرم خوش نداشت به آب تلخ و آب گوگردار ، درمان کند . او می فرمود :
 «نوح ، آن هنگام که توفان به پا شده بود ، آبها را فرا خواند و همه آنها به او
 پاسخ دادند ، مگر آبهای تلخ و آبهای گوگردار. پس ، این آبها را نفرین
 کرد» .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 390 ، حدیث - 4 ، بحار الأنوار ، جلد 66 ،
 صفحه 481 ، حدیث - 5 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 120

حدیث - 127

امام صادق علیه السلام :

نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صلی الله علیه و آله و سلم عَنِ الْإِسْتِشْفَاءِ بِالْحَمَّاتِ ؛ وَ هِيَ الْعُيُونُ الْحَارَّةُ الَّتِي
 تَكُونُ فِي الْجِبَالِ الَّتِي تَوْجَدُ فِيهَا رَائِحَةُ الْكَبْرِيتِ .

پیامبر خدا، از درمان با چشمه‌های آب گرم، نهی فرموده است، و آنها، چشمه‌هایی از آب گرم در کوهستان‌هاست که بوی گوگرد دارد.

فی المصدر: «بالحمیات»، والتصویب من نسخة المجلسی فی بحار الأنوار والمصادر الأخری. الکافی، جلد 6، صفحہ 389، حدیث - 1، تہذیب الأحکام، جلد 9، صفحہ 101، حدیث - 441، المحاسن، جلد 2، صفحہ 407، حدیث - 2424 نحوه وکلّھا عن مسعدة بن صدقة، بحار الأنوار، جلد 66، صفحہ 480، حدیث - 2 دانش نامه احادیث پزشکی: 1 / 118

حدیث - 128

امام صادق علیہ السلام :

الاستنجاء بالماء البارد یقطع البواسیر .

طهارت گرفتن با آب سرد، بواسیر را از میان می‌برد .

تحف العقول، صفحہ 102 عن وراجع بحار الأنوار، جلد 62، صفحہ 74، حدیث - 35 دانش نامه احادیث پزشکی: 1 / 446

حدیث - 129

امام باقر علیہ السلام :

طول الجلوس علی الخلاء یورث الباسور .

زیاد نشستن در آبریزگاه، بواسیر می‌آورد .

بحار الأنوار، جلد 80، صفحہ 186، حدیث - 41

حدیث - 130

الإمام الرضا عليه السلام

فی ذکر الجماع وآدابه: فَإِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ فَلَا تَقُمْ قَائِمًا ، وَلَا تَجْلِسَ جَالِسًا ، وَلَكِنْ تَمِيلُ عَلَى يَمِينِكَ ، ثُمَّ أَنْهَضُ لِلْبَوْلِ إِذَا فَرَّغْتَ مِنْ سَاعَتِكَ شَيْئًا ؛ فَإِنَّكَ تَأْمَنُ الْحَصَاةَ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى .

امام رضا عليه السلام درباره آمیزش و آداب آن فرمودند: پس چون آن کار را کردی ، راست مایست و کامل هم منشین؛ بلکه بر پهلوی راست لم بده و سپس، زمانی پس از آن که کار خویش به پایان برده‌ای، برای پیشاب کردن برخیز. در این صورت، به اذن خداوند عز و جل از سنگ [مثانه] در امان خواهی بود .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 327 نقلاً عن طب الإمام الرضا عليه السلام ، وقد سقطت من الطبعة التي بأيدينا دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 626

حدیث - 131

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

لَا يُجَامِعَنَّ أَحَدُكُمْ وَبِهِ حَقْنٌ مِنْ خَلَاءٍ ؛ فَإِنَّهُ يَكُونُ مِنْهُ الْبَوَاسِيرُ ، وَلَا يُجَامِعَنَّ أَحَدُكُمْ وَبِهِ حَقْنٌ مِنْ بَوْلٍ ؛ فَإِنَّهُ يَكُونُ التَّوَاصِيرُ ؛

مبادا کسی در حالی که از قضای حاجت خودداری می‌ورزد ، نزدیکی کند ؛ چرا که این کار ، بواسیر می‌آورد ؛ و مبادا کسی در حالی که پیشاب خود را نگه می‌دارد ، نزدیکی کند ؛ چرا که این کار ، ناسور می‌آورد .

کنز العمال ، جلد 16 ، صفحه 355 ، حدیث - 44902 نقلاً عن ابن النجار
عن أنس ، دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 604 ناسور ، بیماری است که در
محاق چشم ، اطراف مقعد و بُن دندان ، ظاهر می شود و موجب جراحی چرکین
در موضع بیماری می گردد (ر . ک : لغت نامه دهخدا : ذیل «ناسور» و «ناصور»)

حدیث - 132

امام رضا علیه السلام :

لَا تَقْرَبِ النِّسَاءَ فِي أَوَّلِ اللَّيْلِ لَا شِتَاءً وَلَا صَيْفًا ؛ وَذَلِكَ أَنَّ الْمَعِدَةَ وَالْعُرْوَقَ
تَكُونُ مُمْتَلِئَةً وَهُوَ غَيْرُ مَحْمُودٍ ، يُتَخَوَّفُ مِنْهُ . . . ضَعْفُ الْبَصَرِ وَالْذِّمَاجِ ؛
در اوایل شب ، چه زمستان و چه پاییز ، با زنان نزدیکی مکن؛ چرا که معده
و رگ ها [در این هنگام] ، پُر است و این کار ، ناستوده است و از آن بیم...
ضعف بینایی و سست خردی می رود.

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 64 ، بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 327
نحوه دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 284

حدیث - 133

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم

فِي وَصَايَاهُ لِعَلِيِّ عليه السلام : يَا عَلِيُّ ، لَا تُجَامِعِ امْرَأَتَكَ بَعْدَ الظُّهْرِ ، فَإِنَّهُ إِنْ قُضِيَ
بَيْنَكُمَا وَلَدٌ فِي ذَلِكَ الْوَقْتِ يَكُونُ أَحْوَلَ ، وَالشَّيْطَانُ يَفْرَحُ بِالْحَوْلِ فِي الْإِنْسَانِ .
پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

از سفارش‌های ایشان به امام علی عَلَيْهِ السَّلَام : ای علی! بعد از ظهر با همسرت نزدیکی مکن ، که اگر در این هنگام برایتان فرزندی تقدیر شود ، کثر چشم خواهد بود ، و شیطان نیز به کثر چشمی انسان ، شادمان می‌گردد.

بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 281 ، حدیث - 1 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 284

حدیث - 134

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :

خَمْسُ خِصَالٍ تَوَرَّثُ الْبَرَّصَ : النُّورَةُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَيَوْمَ الْأَرْبَعَاءِ ، وَالتَّوَضُّؤُ وَالْإِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الَّذِي تُسَخِّنُهُ الشَّمْسُ ، وَالْأَكْلُ عَلَى الْجَنَابَةِ ، وَغِشْيَانُ الْمَرَأَةِ فِي أَيَّامِ حَيْضِهَا ، وَالْأَكْلُ عَلَى الشَّبَعِ ؛

پنج چیز است که پیسی می‌آورد : نوره کشیدن در روز جمعه و چهارشنبه ؛ وضو گرفتن و غسل کردن با آبی که به آفتاب گرم شده است ؛ خوردن در حال جنابت ؛ آمیزش با زن در هنگام حائض بودنش ؛ و خوردن در حال سیری .

الخصال ، صفحه 270 ، حدیث - 9 عن ابن عباس ، روضة الواعظین ، صفحه 338 ، بحار الأنوار ، جلد 59 ، صفحه 34 ، حدیث - 11 دانش نامه احادیث پزشکی : 1 / 508

حدیث - 135

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :

مَنْ جَامَعَ امْرَأَتَهُ وَهِيَ حَائِضٌ، فَخَرَجَ الْوَلَدُ مَجْذُومًا أَوْ أْبْرَصَ، فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ؛

هر کس با زن خود در حالی که وی حائض است، آمیزش کند و فرزند جذامی یا پیس زاده شود، مبادا جز خود را نکوهش کند.

کتاب من لا يحضره الفقيه، جلد 1، صفحه 96، حدیث - 201، مکارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 459، حدیث - 1557 دانش نامه احادیث پزشکی : 602 / 1

حدیث - 136

پیامبر خدا ﷺ :

إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى كَرِهَ لَكُمْ أَيْتُهَا الْأُمَّةُ أَرْبَعًا وَعِشْرِينَ خَصَلَةً وَنَهَاكُمْ عَنْهَا :
... كَرِهَ لِلرَّجُلِ أَنْ يَغْشَى امْرَأَتَهُ وَهِيَ حَائِضٌ، فَإِنْ غَشَّيَهَا فَخَرَجَ الْوَلَدُ مَجْذُومًا
أَوْ أْبْرَصَ، فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ؛

ای امت! خداوند تبارک و تعالی برای شما امت، 24 چیز را دوست ندارد و شما را از آنها نهی می‌کند: ... برای مرد، این را خوش نمی‌دارد که با زن خویش در حالی که وی حائض است، آمیزش کند. پس اگر چنین کند و فرزند حاصل از آن جذامی یا گرفتار پیسی زاده شود، مبادا جز خویش را نکوهش کند.

کتاب من لا يحضره الفقيه، جلد 3، صفحه 556، حدیث - 4914، الخصال، صفحه 520، حدیث - 9، الأمالی للصدوق، صفحه 378، حدیث - 478 کلّها عن الحسين بن زيد عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام، المحاسن، جلد 2، صفحه 41، حدیث - 1131 عن سليمان بن جعفر البصري عن

الإمام الصادق عن آباءه عليهم السلام وليس فيه صدره ، بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 338 ، حديث - 2 دانش نامه احاديث پزشکی : 1 / 602

حديث - 137

رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم

في وصاياه لعلِّي عليه السلام : يا عليُّ ، لا تُجامعِ امراًتَكَ في أوَّلِ الشَّهرِ ووسطِهِ وآخرِهِ ؛ فَإِنَّ الجُنُونَ والجُذَامَ والخَبَلَ لَيُسْرِعُنَّ إِلَيْهَا وإِلَى وَلَدِهَا .

پیامبر خدا صلى الله عليه وآله وسلم

در سفارش‌های ایشان به امام علی عليه السلام : ای علی! در آغاز ، میان و پایان ماه با همسرت همبستری مکن؛ چه ، [در این صورت] دیوانگی ، جذام و تباه‌مغزی به سوی وی و فرزندش خواهد شتافت.

کتاب من لا يحضره الفقيه ، جلد 3 ، صفحه 552 ، حديث - 4899 ، علل الشرائع ، صفحه 515 ، حديث - 5 ، الأُمالي للصدوق ، صفحه 663 ، حديث - 896 کلّها عن أبي سعيد الخدري ، بحار الأنوار ، جلد 103 ، صفحه 281 ، حديث - 1 دانش نامه احاديث پزشکی : 1 / 268

حديث - 138

امام علی عليه السلام :

مَنْ تَطَبَّبَ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ وَلْيَنْصَحْ وَلْيَجْتَهِدْ؛

هر که طبابت می‌کند باید از خدا بترسد و خیرخواه باشد و سعی خود را به کار برد.

دعائم الإسلام، ج 2، ص 144

حدیث - 139

امام علی علیه السلام فرمودند:

أَلَا وَ إِنَّ مِنْ الْبَلَاءِ الْفَاقَةَ وَأَشَدُّ مِنْ الْفَاقَةِ مَرَضُ الْبَدَنِ وَأَشَدُّ مِنْ مَرَضِ الْبَدَنِ مَرَضُ الْقَلْبِ ؛

آگاه باشید که تنگ دستی از جمله بلاهاست و بدتر از آن، بیماری جسم است و بدتر از آن، بیماری دل .

غرر الحکم و درر الکلم، حدیث - 2775

حدیث - 140

امام صادق علیه السلام :

اگر بیماری از اهل ایمان حق و حرمت و ولایت حضرت امام حسین علیه السلام را بشناسد و به اندازه سر سوزنی از خاک پاکش استشفای نماید ، دوا و شفاییش خواهد شد .

بحار الانوار ، ج 98 ، ص 125

حدیث - 141

امام صادق علیه السلام فرمودند:

تربت امام حسین علیه السلام شفای هر بیماری است .

کتاب پیام عاشورا صفحه 61

حدیث - 142

قال ابو عبدالله عليه السلام :

فی طین قبرالحسین عليه السلام الشفاء من كل داء و هو الدواء الاکبر؛

امام صادق عليه السلام فرمودند:

شفای هر دردی در تربت قبر حسین عليه السلام است و همان است که بزرگترین داروست.

کامل الزیارات، ص ??? / وسائل الشیعه، ج ??، ص ???

حدیث - 143

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

كُلُوا التَّيْنَ الرُّطْبَ وَالْيَابِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَيَنْفَعُ مِنَ النَّقْرِسِ وَالْإِبْرَدَةِ ؛

انجیر تازه و خشک بخورید؛ چرا که بر قدرت همبستری می افزاید، بواسیر را ریشه کن می کند و برای درمان نقرس و سردی مزاج، سودمند است .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 186 ، حدیث - 6

حدیث - 144

امام علی عليه السلام :

أَكْلُ التَّيْنِ يُلَيِّنُ السَّدَدَ وَهُوَ نَافِعٌ لِرِيَّاحِ الْقَوْلَجِ ، فَأَكْثَرُوا مِنْهُ بِالنَّهَارِ ، وَكُلُوهُ بِاللَّيْلِ ، وَلَا تُكْثِرُوا مِنْهُ؛

خوردن انجیر ، انسدادها را نرم می‌کند و برای بادهای قولنج، سودمند است.
در روز ، از آن فراوان بخورید و آن را در شب هم بخورید؛ اما فراوان، نه.
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 186 ، حدیث - 3

حدیث - 145

امام رضا علیه السلام :
التَّيْنُ يَذْهَبُ بِالْبَخَرِ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ حَتَّى لَا يُحْتَاجَ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ ؛
انجیر، بوی بد دهان را می‌برد، استخوان‌ها را استحکام می‌بخشد، درد را
می‌برد و با وجود آن، دیگر به دارویی نیاز نیست .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 376 ، حدیث - 1252

حدیث - 146

امام صادق علیه السلام :
الْبَصْلُ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ ، وَيَشُدُّ الظَّهْرَ ، وَيُرِقُّ الْبَشْرَةَ ؛
پیاز ، دهان را خوش‌بو می‌کند ، پشت را قوی می‌سازد و پوست را نرمی
می‌دهد .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 374 ، حدیث - 4

حدیث - 147

پیامبر خدا ﷺ :

إِذَا دَخَلْتُمْ بَلَدَةً وَبَيْتًا فَخِفْتُمْ وَبَاءَهَا ، فَعَلَيْكُمْ بِبَصَلِهَا ؛ فَإِنَّهُ يُجَلِّي الْبَصَرَ ، وَيُنَقِّي الشَّعْرَ ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصُّلْبِ ، وَيَزِيدُ فِي الْخُطَى ، وَيَذْهَبُ بِالْحَمَأِ - وَهُوَ السَّوَادُ فِي الْوَجْهِ - وَالْإِعْيَاءِ أَيْضاً ؛

هر گاه وارد آبادی و با زده‌ای شدید و از وبای آن ترسیدید، از پیاز آن جا بخورید ؛ زیرا که آن ، چشم را جلا می‌دهد ، مو را پاکیزه می‌گرداند ، آب کمر را زیاد می‌کند ، گام‌ها را سرعت می‌بخشد ، تیرگی چهره را می‌برد و خستگی را نیز می‌زداید .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 252 ، حدیث - 21

حدیث - 148

امام صادق علیه السلام :

كُلُوا الْكُمَثْرَى ؛ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْقَلْبَ ، وَيُسْكِنُ أَوْجَاعَ الْجَوْفِ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى ؛
گلابی بخورید ، که به اذن خداوند متعال ، دل را جلا می‌دهد و دردهای درون را تسکین می‌بخشد.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 358 ، حدیث - 1

حدیث - 149

امام علی علیه السلام :

الْكُمَثْرَى يَجْلُو الْقَلْبَ ، وَيُسَكِّنُ أَوْجَاعَ الْجَوْفِ ؛

گلایی ، قلب را جلا می دهد و دردهای درون را تسکین می بخشد .

الخصال ، صفحه 632 ، حدیث - 10

حدیث - 150

كُلِ الْفُجْلَ ؛ فَإِنَّ فِيهِ ثَلَاثَ خِصَالٍ : وَرَقُهُ يَطْرُدُ الرِّيحَ ، وَلُبُّهُ يُسْرِيلُ الْبَوْلَ ،
وَأَصْلُهُ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ ؛

تُرب بخور ؛ چرا که در آن ، سه ویژگی است : برگش بادهای را دور می کند ،
قسمت میانی اش پیشاب را جامه می شود و بیخش بلغم را از میان می برد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 371 ، حدیث - 1

حدیث - 151

امام صادق علیه السلام :

الْإِجَاصُ عَلَى الرِّيقِ ؛ يُسَكِّنُ الْمَرَارَ ، إِلَّا أَنَّهُ يُهَيِّجُ الرِّيحَ ؛

آلو در حالت ناشتا تلخه را فرو می نشاند، هر چند که بادهای را نیز تحریک
می کند .

طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 136 و بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 189

حدیث - 152

امام صادق علیه السلام :

ما مِنْ أَحَدٍ إِلَّا فِيهِ عِرْقٌ مِنَ الْجُذَامِ ، فَكُلُّوا السَّلْجَمَ فِي زَمَانِهِ يَذْهَبَ بِهِ عَنْكُمْ

هیچ کس نیست، مگر این که در او رگی از جذام وجود دارد. شلغم را در فصل آن بخورید تا این رگ را از شما ببرد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 220

حدیث - 153

امام صادق علیه السلام

فِي ذِكْرِ خَوَاصِّ الْبَطِيخِ: يُذِيبُ الْحَصَى فِي الْمَثَانَةِ ؛

درباره ویژگی های خربزه: سنگ را در مثانه ، ذوب می کند .

الخصال ، صفحه 443 ، حدیث - 36

حدیث - 154

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

تَفَكَّهُوا بِالْبَطِيخِ ؛ فَإِنَّهَا فَاكِهَةُ الْجَنَّةِ ، فِيهَا أَلْفُ بَرَكَةٍ وَأَلْفُ رَحْمَةٍ ، وَأَكْلُهَا شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛

نیاز خود به میوه را با خربزه برآورید ؛ چرا که میوه بهشت است ، در آن ، هزار برکت و هزار رحمت است و خوردنش شفای هر درد است .

طبّ النبی ﷺ ، ص 8 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 296

حدیث - 155

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْبَطِيخِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ عَشْرَ خِصَالٍ : هُوَ طَعَامٌ ، وَشَرَابٌ ، وَأَشْنَانٌ ، وَرِيحَانٌ ، وَيَغْسِلُ الْمَثَانَةَ ، وَيَغْسِلُ الْبَطْنَ ، وَيُكْثِرُ مَاءَ الظَّهْرِ ، وَيَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبُرُودَةَ ، وَيُنْقِي الْبَشَرَةَ ؛

بر شما باد خوردن خربزه؛ چرا که در آن، ده ویژگی است: غذاست، آب است، شستشو دهنده است، خوش بو کننده است، مثانه را می شوید، شکم را می شوید، آب کمر را فراوان می سازد، بر نیروی همبستری می افزاید، سردی مزاج را از میان می برد، و پوست را تمیز می کند.

طبّ النبی ﷺ ، ص 8 و بحار الأنوار ، ج 62 ، ص 297

حدیث - 156

امام صادق علیه السلام :

أَكْتَرُوا مِنَ الْبَادَنْجَانِ عِنْدَ جِدَادِ النَّخْلِ ؛ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ، وَيَزِيدُ فِي بَهَاءِ الْوَجْهِ ، وَيُلَيِّنُ الْعُرُوقَ ، وَيَزِيدُ فِي مَاءِ الصَّلْبِ ؛

در هنگام خرماچینی، فراوان بادنجان (بادمجان) بخورید؛ چرا که شفای هر درد است، بر روشنی چهره می افزاید، رگ ها را نرم می کند و آب کمر (نیروی جنسی) را افزون می سازد.

مکارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 398، حدیث - 1355

حدیث - 157

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالتَّقَاتِ ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَعَلَ فِيهِ الشِّفَاءَ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛
بر شما باد خیار ؛ چرا که خداوند متعال ، درمان هر دردی را در آن نهاده
است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 45 ، حدیث - 28281

حدیث - 158

امام صادق علیه السلام :

أَكْلُ الْبَطِيخِ عَلَى الرِّيقِ يُوْرِثُ الْفَالِجَ ؛
خوردن خربزه در ناشتا ، سست اندامی می آورد .
الخصال ، صفحه 443 ، حدیث - 36 ، مکارم الأخلاق ، جلد 1 ،

حدیث - 159

پیامبر خدا ﷺ :

الْبَطِيخُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَغْسِلُ الْبَطْنَ غَسْلًا ، وَيَذْهَبُ بِالذَّاءِ أَصْلًا ؛
خربزه پیش از غذا ، شکم را کاملاً می شوید و بیماری را از ریشه می کند .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 46 ، حدیث - 28287 .

حدیث - 160

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا التَّيْنَ الرُّطْبَ وَالْيَابِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الْجَمَاعِ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَيَنْفَعُ مِنَ النَّقْرِسِ وَالْإِبْرَدَةِ ؛

انجیر ، تازه و خشک ، بخورید ؛ چرا که بر قدرت همبستری می افزاید ،
بواسیر را ریشه کن می کند و برای درمان نقرس و سردی مزاج ، سودمند است .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 377 ، حدیث - 1254

حدیث - 161

پیامبر خدا ﷺ :

مَنْ أَكَلَ فَوْلَةً بِقَشْرِهَا ، أَخْرَجَ اللَّهُ عِزَّ وَ جَلَّ مِنْهُ مِنَ الدَّاءِ مِثْلَهَا ؛
هر کس یک دانه باقلا را با پوست آن بخورد ، خداوند عز و جل به همان
اندازه ، بیماری را از درون او بیرون می برد .
مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 397 ، حدیث - 1346

حدیث - 162

پیامبر خدا ﷺ :

أَكَلُ السَّقَّرِ جَلٌّ يُذْهِبُ ظُلْمَةَ الْبَصَرِ ؛
خوردن به ، تیرگی چشم را از میان می برد .
طب النبى ﷺ ، صفحه 8 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 296

حدیث - 163

امام صادق علیه السلام :

عَلَيْكَ بِأَكْلِ السَّفَرَجَلِ الْحُلُوِّ مَعَ حَبِّهِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي الضَّعْفَ ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَةَ ،
وَيُزَكِّي الْمَعِدَةَ ؛

بر تو باد خوردن به شیرین با دانه هایش ؛ چرا که قلب ضعیف را تقویت
می کند ، معده را می پالاید و معده را پاک می سازد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 176 ، حدیث - 36

حدیث - 164

امام علی علیه السلام :

أَكْلُ السَّفَرَجَلِ قُوَّةٌ لِلْقَلْبِ الضَّعِيفِ ، وَيُطَيِّبُ الْمَعِدَةَ ، وَيَزِيدُ فِي قُوَّةِ الْفُؤَادِ ،
وَيُشَجِّعُ الْجَبَانَ ، وَيُحَسِّنُ الْوَلَدَ ؛

خوردن به ، نیرویی برای قلبی است که ضعیف شده باشد ، معده را پاک
می کند ، بر توان دل می افزاید ، ترسو را دلیر می کند و فرزند را نکو می سازد .

الخصال ، صفحه 612 ، حدیث - 10

حدیث - 165

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

إِنَّ فِي ... أَلْبَانِهَا شِفَاءً لِلذَّرْبَةِ بَطُونُهُمْ ؛

در شیر شتر ، شفای اسهال است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 46 ، حدیث - 28286

حدیث - 166

امام علی علیه السلام :

حَسُو اللَّبَنَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا الْمَوْتَ؛

نوشیدن شیر، شفایی برای هر درد است، مگر مرگ .

الخصال ، صفحه 636 ، حدیث - 10

حدیث - 167

عن أبي الحسن الأصبهانی :

كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ وَأَنَا أَسْمَعُ : جُعِلْتُ فِدَاكَ ! إِنِّي أَجِدُ

الضَّعْفَ فِي بَدَنِي .

فَقَالَ لَهُ : عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ ؛ فَإِنَّهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ ، وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ؛

به نقل از ابو الحسن اصفهانی: نزد امام صادق علیه السلام بودم . در حالی که من نیز

می شنیدم ، مردی به ایشان گفت : فدایت شوم ! من در بدنم احساس ضعف

می کنم .

امام علیه السلام به او فرمودند : بر تو باد شیر؛ چرا که گوشت می روپاند و

استخوان را استحکام می بخشد .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 336 ، حدیث - 7

حدیث - 168

امام صادق علیه السلام :

مَا وَجَدْنَا لَوَجَعِ الْخَلْقِ مِثْلَ حَسْوِ اللَّبَنِ؛

برای گلودرد، چیزی چون نوشیدن شیر نیافته ایم .

بحارالأنوار ، جلد 62 ، صفحه 182 ، حدیث - 4

حدیث - 169

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ ، فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ ، وَالْعَسَلُ؛

هر کس که آب کمرش دیگرگون می شود، شیر تازه همراه با عسل برایش

سودمند است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 337 ، حدیث - 8

حدیث - 170

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

عَلَيْكُمْ بِالزَّيْبِ ؛ فَإِنَّهُ يَكْشِفُ الْمِرَّةَ ، وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ ، وَيَذْهَبُ

بِالْإِعْيَاءِ ، وَيُحَسِّنُ الْخُلُقَ ، وَيُطَيِّبُ النَّفْسَ ، وَيَذْهَبُ بِالْغَمِّ ؛

بر شما باد مویز ، چرا که تلخه را می زداید ، بلغم را می برد ، پی را استحکام

می دهد ، رنجیدگی و خستگی را از میان بر می دارد ، خوی را خوش می سازد ،

دل را پاک و پیراسته می دارد و اندوه را می برد.

حدیث - 171

امام علی علیه السلام :

مَنْ اصْطَبَحَ بِإِحْدَى وَعِشْرِينَ زَبِيَّةً حَمْرَاءَ لَمْ يَمْرَضْ إِلَّا مَرَضَ الْمَوْتِ إِنْ شَاءَ اللَّهُ؛

هر کس بیست و یک مویز سرخ را خورشِ خود بگیرد ، به خواست خداوند ، به هیچ بیماری ای مگر بیماری مرگ ، مبتلا نمی شود .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 351 ، حدیث - 1

حدیث - 172

امام علی علیه السلام :

الْعَسَلُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَلَا دَاءَ فِيهِ ؛ يُقِلُّ الْبَلْغَمَ ، وَيَجْلُو الْقَلْبَ ؛

عسل ، شفای هر بیماری ای است و بیماری ای هم در آن نیست؛ بلغم را کم می کند و دل را جلا می دهد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 359 ، حدیث - 1172

حدیث - 173

امام رضا علیه السلام :

فِي الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ . مَنْ لَعِقَ لَعْقَةً عَسَلٍ عَلَى الرِّيقِ يَنْقَطِعُ الْبَلْغَمُ ،
وَيَحْسِمُ الصَّفْرَةَ ، وَيَمْنَعُ الْمِرَّةَ السَّودَاءَ ، وَيُصَفِّي الذَّهْنَ ، وَيُجَوِّدُ الْحِفْظَ إِذَا كَانَ مَعَ
اللِّبَانِ الذَّكَرِ؛

در عسل ، درمان هر دردی است. هر کس ناشتا یک قاشق عسل بخورد ،
این عسل ، بلغم را پایان می دهد ، صفرا را فرو می نشاند ، مانع از تلخه سیاه
(سودا) می شود و ذهن را صفا می بخشد ، و اگر که همراه با کُنْدُر خورده شود ،
حافظه را نکو می سازد.

الفقه المنسوب للإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 346 و بحار الأنوار ، جلد 66 ،
صفحه 293 ، حدیث - 16

حدیث - 174

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

ثَلَاثٌ يَزِدْنَ فِي الْحِفْظِ وَيَذْهَبْنَ بِالْبَلْغَمِ : قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ ، وَالْعَسَلُ ، وَاللِّبَانُ .
سه چیز ، حافظه را افزون می کند و بلغم را از میان می برد: قرائت قرآن ،
عسل و کُنْدُر.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 290 ، حدیث - 3

حدیث - 175

عن عبد الرحمن بن الجهم :
شكا ذريح المحاربي قراقر في بطنه إلى أبي عبد الله عليه السلام ، فقال : أتوجعك؟
قال : نعم .
قال : ما يمنعك من الحبة السوداء والعسل لها؛
به نقل از عبد الرحمان بن جهم: ذريح محاربي ، نزد امام صادق عليه السلام ، اظهار
کرد که شکم وی غرغر می کند . امام پرسیدند: آیا درد هم داری؟
گفت : آری.
فرمودند: چرا برای درمان آن ، از سیاه دانه و عسل ، بهره نمی جویی؟
طب الأئمة لابن بسطام ، صفحه 100 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 177
، حدیث - 13

حدیث - 176

پیامبر خدا ﷺ :
ما للنفساء عندی شفاء مثل الرطب ، وما للمريض مثل العسل ؛
نزد من برای زن تازه‌زا ، درمانی همانند خرما و برای بیمار، درمانی همانند
عسل وجود ندارد .
کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 44 ، حدیث - 28279

حدیث - 177

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

الْعَسَلُ فِيهِ شِفَاءٌ ؛

در عسل ، درمان است .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 300 ، حدیث - 1991

حدیث - 178

امام علی عَلَيْهِ السَّلَامُ :

مَا اسْتَشْفَى الْمَرِيضُ بِمِثْلِ شُرْبِ الْعَسَلِ ؛

بیمار ، به چیزی همانند خوردن عسل ، درمان نجسته است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 332 ، حدیث - 5

حدیث - 179

پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

نِعْمَ الشَّرَابُ الْعَسَلُ ؛ يَرْعَى الْقَلْبَ ، وَيُذْهِبُ بَرْدَ الصَّدْرِ ؛

عسل ، چه خوب نوشیدنی ای است! قلب را مراقبت می کند و سردی سینه را

از میان می برد .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 358 ، حدیث - 1168

حدیث - 180

پیامبر خدا ﷺ :

العسلُ شفاءٌ ؛ يطرُدُ الرِّيحَ وَالْحُمَّى ؛

عسل ، شفایی است که باد و تب را دور می‌کند .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 294 ، حدیث - 19

حدیث - 181

امام رضا علیه السلام :

مَنْ أَرَادَ دَفْعَ الزُّكَامِ فِي الشِّتَاءِ أَجْمَعَ ، فَلْيَأْكُلْ كُلَّ يَوْمٍ ثَلَاثَ لُقْمٍ شَهْدٍ ؛

هر که می‌خواهد در همه زمستان از سرماخوردگی دور بماند ، هر روز ، سه لقمه شهد بخورد .

طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 37 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324

حدیث - 182

امام هادی علیه السلام :

لَمَّا سُئِلَ عَنِ الْحُمَّى الْغَائِبَةِ : يُؤْخَذُ الْعَسَلُ وَالشَّوْنِيزُ ، وَيُلْعَقُ مِنْهُ ثَلَاثُ لَعَقَاتٍ ؛ فَإِنَّهَا تَنْقَلِعُ ، وَهُمَا الْمُبَارَكَانِ ، قَالَ اللَّهُ تَعَالَى فِي الْعَسَلِ : خُرْجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ؛

هنگامی که درباره تب پیوسته یک روز در میان از ایشان پرسیدند: قدری

عسل و شونیز (سیاه‌دانه) ، برداشته و سه لیسه انگشت از آن خورده شود . در

این صورت ، تب ، ریشه‌کن خواهد شد ، و این هر دو ، مبارک هستند . خداوند متعال ، درباره عسل فرموده است : (از درونِ [شکم] آن (زنبور) ، شهدی که به رنگ‌های گوناگون است ، بیرون می‌آید . در آن ، برای مردم ، درمانی است) .
 طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 51 عن أبي جعفر ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،
 صفحه 100 ، حدیث - 23

حدیث - 183

امام صادق علیه السلام :

مَنْ بَاتَ وَفِي جَوْفِهِ سَمَكٌ لَمْ يَتَّبِعْهُ بَتَمَرَاتٍ أَوْ عَسَلٍ ، لَمْ يَزَلْ عِرْقُ الْفَالِجِ
 يَضْرِبُ عَلَيْهِ حَتَّى يُصْبِحَ ؛

هر کس در حالی بخوابد که ماهی خورده و در پی آن ، چند خرما یا مقداری عسل نخورده است ، تا صبح ، رگِ سست‌اندami بر او غلبه خواهد داشت .
 الکافی ، جلد 6 ، صفحه 323 ، حدیث - 1

حدیث - 184

امام رضا علیه السلام :

فِي الْعَسَلِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ . مَنْ لَعِقَ لَعَقَةً عَسَلٍ عَلَى الرِّبْقِ يَقْطَعُ الْبَلْغَمَ ،
 وَيَحْسِمُ الصُّفْرَةَ ، وَيَمْنَعُ الْمِرَّةَ السَّودَاءَ ، وَيُصْفِي الذَّهْنَ ، وَيُجَوِّدُ الْحِفْظَ إِذَا كَانَ مَعَ
 اللَّبَانِ الذَّكْرِ ؛

در عسل ، درمان هر دردی است . هر کس ناشتا یک انگشت از آن را بلیسد ، این عسل ، بلغم [وی] را پایان می‌دهد ، صفرا را فرو می‌نشاند ، تلخه سیاه

(زرداب) را مانع می‌شود ، ذهن را صفا می‌بخشد و اگر که همراه با کُندُر خورده شود ، حافظه را نکو می‌سازد.

الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام ، ص 346 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 293

حدیث - 185

امام رضا عليه السلام :

مُدَاوِمَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ يَعْضُ مِنْهُ الْكَلْفُ فِي الْوَجْهِ ؛

خوردن همیشگی تخم مرغ ، سبب پیدایش کک مک در صورت می‌شود .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 186

امام رضا عليه السلام :

الْإِمْتِلَاءُ مِنَ الْبَيْضِ الْمَسْلُوقِ يُوْرِثُ الرَّبَّوَ وَالْإِبْتِهَارَ ؛

پُر خوری از تخم مرغ آب پز ، نفس تنگی و نفس بُریدگی می‌آورد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، صفحه 28 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 187

امام کاظم عليه السلام :

مَنْ أَخَذَ سُكَّرَتَيْنِ عِنْدَ النَّوْمِ ، كَانَتْ لَهُ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ ؛

هر کس در هنگام خفتن ، دو شکر پاره بردارد ، برای او در برابر هر دردی ،

مگر درد مرگ ، درمان است .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 363 ، حدیث - 1187

حدیث - 188

امام کاظم علیه السلام :

تَأْخُذُ لِلْحُمَّى وَزْنَ عَشْرَةِ دَرَاهِمٍ سُكَّرًا بِمَاءٍ بَارِدٍ عَلَى الرِّيقِ؛

برای تب ، به اندازه وزن ده درهم ، شکر به آب سرد درمی آمیزی و ناشتا می خوری .

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 363 ، حدیث - 1189

حدیث - 189

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ أَوْحَى إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ أَنْ : اِبْدَأْ بِالْمِلْحِ وَ اخْتِمِ بِالْمِلْحِ ؛
فَإِنَّ فِي الْمِلْحِ دَوَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، أَهْوَنُهَا الْجُنُونُ ، وَالْجُذَامُ ، وَالْبَرَصُ ، وَوَجَعُ
الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ ؛

خداوند عز و جل به موسی بن عمران وحی کرد که : (غذا را) با نمک ، آغاز کن و با نمک ، پایان ده ؛ چرا که درمان هفتاد درد ، در نمک است و کمترین این دردها دیوانگی ، جذام ، پیسی ، گلودرد ، دندان درد و شکم درد است .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 425 ، حدیث - 2490

حدیث - 190

امام علی علیه السلام :

مَنْ ابْتَدَأَ طَعَامَهُ بِالْمِلْحِ ؛ ذَهَبَ عَنْهُ سَبْعُونَ دَاءً وَمَا لَا يَعْلَمُهُ إِلَّا اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ ؛
هر کس غذای خود را با نمک آغاز کند ، هفتاد درد و دردهای بسیار دیگری
که کسی جز خداوند عز و جل آنها را نمی داند از وی دور می شوند .
الخصال ، صفحه 623 ، حدیث - 10

حدیث - 191

امام صادق علیه السلام :

مَنْ ذَرَّ عَلَى أَوَّلِ لُقْمَةٍ مِنْ طَعَامِهِ الْمِلْحَ ؛ ذَهَبَ عَنْهُ بِنَمَشِ الْوَجْهِ ؛
هر کس بر نخستین لقمه از غذای خود نمک بپاشد ، گک مک صورت او از
میان می رود .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 326 ، حدیث - 8

حدیث - 192

امام کاظم علیه السلام :

قَصَبُ السُّكَّرِ يَفْتَحُ السُّدُودَ ، وَلَا دَاءَ فِيهِ وَلَا غَائِلَةٌ ؛
نیشکر ، انسدادها را می گشاید و هیچ بیماری و عارضه ای در آن نیست .
مکارم الأخلاق ، ج 1 ، ص 363 ، ح 1191 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 189 ،

ح 2

حدیث - 193

امام رضا علیه السلام :

السُّكَّرُ الطَّبْرَزْدُ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا ؛

شکر طبرزد ، بلغم را به کلی از میان می برد .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 297 ، حدیث - 1

حدیث - 194

الإمام الباقر علیه السلام :

- لَزُرَّارَةٌ: وَيَحْكُ يَا زُرَّارَةُ ، مَا أَغْفَلَ النَّاسَ عَنْ فَضْلِ السُّكَّرِ الطَّبْرَزْدِ ! وَهُوَ يَنْفَعُ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، وَهُوَ يَأْكُلُ الْبَلْغَمَ أَكْلًا وَيَقْلَعُهُ بِأَصْلِهِ ؛

امام باقر علیه السلام خطاب به زُراره (فرمودند): ای زراره! دریغ از تو! چه قدر مردم از ارزش شکر طبرزد ، بی خبرند، در حالی که برای هفتاد بیماری، سودمند است و بلغم را کاملاً فرو می خورد و ریشه کن می سازد!

طب الأئمة لابن بسطام ، ص 67 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 300 ، ح 11

حدیث - 195

امام صادق علیه السلام :

نِعْمَ الطَّعَامُ الْأَرُزُّ ، وَإِنَّا لَنَدَّخِرُهُ لِمَرْضَانَا؛

برنج ، نیکو غذایی است . ما آن را برای بیماران خویش نگه می داریم .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 342 ، حدیث - 4

حدیث - 196

امام صادق علیه السلام :

الْلَّوْبِیَا یَطْرُدُ الرِّیَّاحَ الْمُسْتَبِطِنَةَ ؛

لویبا ، بادهای نهفته درون را دور می‌کند .

الکافی ، ج 6 ، ص 344 ، ح 4

حدیث - 197

عن أحمد بن محمد بن أبي نصر عن الإمام الرضا علیه السلام :

الْحِمَصُّ جَيِّدٌ لَوْ جَعِ الظَّهْرُ وَكَانَ يَدْعُو بِهِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ ؛

به نقل از احمد بن محمد بن ابی نصر، از امام رضا علیه السلام : نخود برای کمردرد،

خوب است. نیز درباره ایشان آمده است که پیش و پس از غذا ، نخود می‌طلبیدند.

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 263 ، حدیث - 1

حدیث - 198

امام علی علیه السلام :

نِعْمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ يَكْسِرُ الْمِرَّةَ ، وَيُطْفِئُ الصَّفْرَاءَ ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ ؛

سرکه ، نیکو خورشتی است؛ زرداب را می‌شکند ، صفرا را فرو می‌نشاند و

قلب را زنده می‌کند.

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 329 ، حدیث - 7

حدیث - 199

امام صادق علیه السلام :

الْخَلُّ يُسَكِّنُ الْمِرَارَ ، وَيُحْيِي الْقَلْبَ ، وَيَقْتُلُ دُودَ الْبَطْنِ ، وَيَشُدُّ الْفَمَ ؛
سرکه ، تلخه را فرو می‌نشاند ، قلب را زنده می‌سازد ، کرم‌های شکم را
می‌کشد و دهان را استحکام می‌بخشد .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 275

حدیث - 200

امام رضا علیه السلام :

مَنْ خَشِيَ الشَّقِيقَةَ وَالشَّوْصَةَ ، فَلَا يُؤَخِّرْ أَكْلَ السَّمَكِ الطَّرِيِّ صَيْفًا وَشِتَاءً ؛
هر کس از درد شقیقه و شکم درد می‌ترسد ، نباید در تابستان و زمستان ،
خوردن ماهی تازه را به تأخیر افکند .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 324

حدیث - 201

امام علی علیه السلام :

أَقْلَوْا مِنْ أَكْلِ الْحِيتَانِ ؛ فَإِنَّهَا تُذِيبُ الْبَدَنَ ، وَتُكْثِرُ الْبَلْغَمَ ، وَتُغَلِّظُ النَّفْسَ ؛
کمتر ماهی بخورید؛ چرا که بدن را ذوب می‌کند، بلغم را افزون می‌سازد و
نفس را سنگین می‌نماید.

الخصال ، صفحه 636 ، حدیث - 10

حدیث - 202

پیامبر خدا ﷺ :

كُلُوا التَّمَرَ عَلَى الرِّيقِ ؛ فَإِنَّهُ يَقْتُلُ الدَّيْدَانَ فِي الْبَطْنِ ؛
ناشنا خرما بخورید ؛ چرا که کرم‌های شکم را می‌کشد .
عیون أخبار الرضا علیه السلام ، جلد 2 ، صفحه 48 ، حدیث - 185

حدیث - 203

امام رضا علیه السلام :

أَكَلُ اللَّحْمِ النَّيِّءِ يورِثُ الدَّوْدَ فِي الْبَطْنِ ؛
خوردن گوشت خام ، در شکم ، کرم پدید می‌آورد .
طب الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 28 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 204

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّيْنِ ؛ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنْ
أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُقَوِّي جِسْمَهُ وَيَشُدُّ لِثَّتَهُ ؛
هر کس به ضعفی در قلب یا بدن خویش گرفتار آمد ، گوشت گوسفند همراه
با شیر بخورد؛ چرا که این خوراک ، هر درد و عارضه‌ای را از اندام وی بیرون
می‌برد ، تن او را تقویت می‌کند و لثه‌های او را نیز استحکام می‌دهد.
بحار الأنوار ، جلد 76 ، صفحه 194 ، حدیث - 9

حدیث - 205

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ مَرَقًا بِلَحْمِ بَقَرٍ أَذْهَبَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ الْبَرَصَ وَالْجُذَامَ؛

هر کس آب گوشت گاو بخورد، خداوند، پیسی و جذام را از او دور می کند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 212

حدیث - 206

امام صادق علیه السلام :

مَرَقُ لَحْمِ الْبَقَرِ يَذْهَبُ بِالْبَيَاضِ؛

آب گوشت گاو ، پیسی را از میان می برد .

الکافی ، جلد 6، صفحه 311، حدیث - 2

حدیث - 207

امام باقر علیه السلام :

إِنَّ بَنِي إِسْرَائِيلَ شَكَّوْا إِلَى مُوسَى عليه السلام مَا يَلْقَوْنَ مِنَ الْبَيَاضِ ، فَشَكَا ذَلِكَ

إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فَأَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَيْهِ : مُرْهُمْ يَأْكُلُوا لَحْمَ الْبَقَرِ بِالسَّلَقِ؛

بنی اسرائیل ، از لکه های سفیدی که [بر پوست] می دیدند ، نزد موسی علیه السلام

اظهار ناراحتی کردند . پس خداوند به موسی علیه السلام چنین وحی فرستاد : به آنان

بگو که گوشت گاو ، همراه با چغندر بخورند .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 326 ، حدیث - 2107

حدیث - 208

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّبَنِ ؛ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنْ أَوْصَالِهِ كُلَّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُقَوِّي جِسْمَهُ ، وَيَشُدُّ لِئْتَهُ ؛

هر کس در قلب یا بدن خود به ضعفی گرفتار آمد ، گوشت میش با شیر بخورد ؛ چرا که در این صورت ، هر بیماری و عارضه‌ای ، از بند بند تن او برون می‌رود ، بدنش نیرو می‌گیرد و لته‌اش استحکام می‌یابد .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 259 ، حدیث - 1819

حدیث - 209

امام کاظم علیه السلام :

لَا أَرَى بِأَكْلِ الْحُبَارَى بَأْسًا ، وَإِنَّهُ جَيِّدٌ لِلْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الظَّهْرِ ، وَهُوَ مِمَّا يُعِينُ عَلَى كَثْرَةِ الْجِمَاعِ ؛

در خوردن هویره ، اشکالی نمی‌بینم . برای بواسیر و درد کمر ، خوب است و از چیزهایی است که انسان را بر فراوانی آمیزش ، یاری می‌رساند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 313 ، حدیث - 6

حدیث - 210

كُلُوا السَّفْرَجَلَ عَلَى الرَّيِّقِ ؛ فَإِنَّهُ يُذْهِبُ وَغَرَ الصَّدْرِ ؛

ناشتا به بخورید ؛ چرا که حرارت سینه را از میان می‌برد .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 40 ، حدیث - 28259

حدیث - 211

امام رضا علیه السلام :

مُصَّ مِنْ الرُّمَّانِ الْإِمْلِيسِيُّ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي النَّفْسَ ، وَيُحْيِي الدَّمَ ؛
آبِ انَّارِ مَلَسَ بِمَكَ ؛ زِيْرَا اِنْسَانِ رَا قُوْى مِى كَنْدِ وَ خُوْنِ رَا زَنْدِه مِى سَاَزْدِ .
بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 320

حدیث - 212

امام صادق علیه السلام :

عَلَيْكُمْ بِالرُّمَّانِ الْحُلُوِّ فَكُلُوهُ ؛ فَإِنَّهُ لَيْسَتْ مِنْ حَبَّةٍ تَقَعُ فِي مَعِدَةِ مُؤْمِنٍ إِلَّا
أَبَادَتْ دَاءً ، وَأَطْفَأَتْ شَيْطَانَ الْوَسْوَسةِ عَنْهُ ؛
بر شما باد انار شیرین . آن را بخورید ؛ چرا که هیچ دانه‌ای از آن به معده
مؤمنی در نمی‌آید ، مگر این که بیماری‌ای از آن ریشه‌کن می‌کند و شیطان
وسوسه را از او دور می‌سازد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 354 ، حدیث - 10 .

حدیث - 213

امام صادق علیه السلام :

أَرْبَعَةٌ يَعْدِلُنَ الطَّبَائِعَ : الرُّمَّانُ السَّوْرَانِيُّ ، وَالْبُسْرُ الْمَطْبُوخُ ، وَالْبَنْفَسَجُ ، وَالْهَنْدَبَاءُ

؛

چهار چیز ، طبع را اعتدال می‌بخشد : انار سورانی ، خرما ی نارس پخته‌شده ، بنفشه ، و کاسنی .

الخصال ، صفحه 249 ، حدیث - 113

حدیث - 214

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِاللَّبَانِ ؛ فَإِنَّهُ يَمْسَحُ الْحَرَ عَنِ الْقَلْبِ . . . وَيَجْلُو الْبَصَرَ ، وَيُذْهِبُ
النَّسِيَانَ ؛

بر شما باد کُنْدُر؛ چرا که گرم‌زدگی را از قلب می‌زداید... و دیده را جلا
می‌دهد و فراموشی را از میان می‌برد.

طبّ النبى ﷺ ، صفحه 6 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 294

حدیث - 215

امام صادق علیه السلام :

أَطْعِمُوا مَحْمُومِيَكُمْ التُّفَّاحَ ؛ فَمَا مِنْ شَيْءٍ أَنْفَعَ مِنَ التُّفَّاحِ ؛

به تباران خود، سیب بدهید؛ چرا که هیچ چیز، سودمندتر از سیب نیست .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ، حدیث - 10

حدیث - 216

عن إسحاق بن مطهر عن الإمام الصادق عليه السلام :
التُّفَّاحُ يُفَرِّجُ الْمَعِدَةَ . وقال : كُلِ التُّفَّاحَ ؛ فَإِنَّهُ يُطْفِئُ الْحَرَارَةَ ، وَيُيَرِّدُ الْجَوْفَ ،
وَيَذْهَبُ بِالْحُمَّى .
وفی حدیث آخر : يَذْهَبُ بِالْوَبَاءِ ؛
به نقل از اسحاق بن مطهر ، از امام صادق عليه السلام : سیب، معده را گشایش
می دهد .

همچنین فرمودند : سیب بخور؛ چرا که حرارت را فرو می‌نشانند، درون را
سرد می‌کند و تب را می‌برد .
در حدیث دیگری است که فرمودند : وبا را از میان می‌برد .
المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 368 ، حدیث - 2284

حدیث - 217

امام کاظم عليه السلام :
التُّفَّاحُ يَنْفَعُ مِنْ خِصَالٍ عِدَّةٍ : مِنَ السَّمِّ ، وَالسِّحْرِ ، وَاللَّمَمِ يَعْرِضُ مِنْ أَهْلِ
الْأَرْضِ ، وَالْبَلْغَمِ الْغَالِبِ ، وَلَيْسَ شَيْءٌ أَسْرَعَ مِنْهُ مَنَفَعَةً ؛
سیب، برای درمان چند چیز سودمند است : مسمومیت ، سحر ، جنونی که از
زمینیان پیش می‌آید، و بلغمی که چیره شده باشد. هیچ چیز منفعتش سریع‌تر از
این نیست .
الكافي ، جلد 6 ، صفحه 355 ، حدیث - 2

حدیث - 218

امام صادق علیه السلام :

لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي التُّفَّاحِ مَا دَاوَوْا مَرْضَاهُمْ إِلَّا بِهِ ، أَلَا وَإِنَّهُ أَسْرَعُ شَيْءٍ
مَنْفَعَةً لِلْفُؤَادِ خَاصَّةً ، وَإِنَّهُ نَضُوحُهُ ؛

اگر مردم می دانستند در سیب چیست، بیمارانشان را جز به آن درمان
نمی کردند. بدانید که سیب، به ویژه، سودمندترین چیز برای قلب و مایه
شست و شوی آن است.

طبّ الأئمة لابنی بسطام ، صفحه 135 و الکافی ، جلد 6 ، صفحه 357 ،

حدیث - 10

حدیث - 219

امام باقر علیه السلام :

إِذَا أَرَدْتَ أَكْلَ التُّفَّاحِ فَشُمَّهُ ثُمَّ كُلْهُ ؛ فَإِنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ أَخْرَجَ مِنْ جَسَدِكَ
كُلَّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ ، وَيُسَكِّنُ مَا يَوْجَدُ مِنْ قَبْلِ الْأَرْوَاحِ كُلِّهَا ؛

هنگامی که خواستی سیب بخوری ، آن را بیوی و سپس بخور . اگر این کار
را انجام دادی ، هر درد و عارضه ای از تنت بیرون می رود و همه آنچه از سوی
ارواح، در انسان ایجاد می شود، فرو می نشیند.

طبّ الأئمة لابنی بسطام ، صفحه 135 و بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 175

، حدیث - 33

حدیث - 220

امام کاظم علیه السلام :

مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ ظَهْرِهِ ، يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ بِالْعَسَلِ ؛

هر کس آبِ کمرش بر وی دیگرگون شود ، شیر تازه با عسل برایش سودمند است .

مکارم الأخلاق ، ج 1 ، ص 358 ، ح 1164 و بحار الأنوار ، ج 66 ، ص 290 ،

ح 2

حدیث - 221

امام صادق علیه السلام :

الْجُبْنُ وَالْجَوْزُ إِذَا اجْتَمَعَا فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا شِفَاءٌ ، وَإِنْ افْتَرَقَا كَانَ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا دَاءٌ ؛

پنیر و گردو، چون با هم یک جا جمع شوند، در هر یک از آنها درمان است ؛
اما اگر از هم جدا شوند ، در هر یک از آنها درد است .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 340 ، حدیث - 2

حدیث - 222

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :

مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً سَمِينَةً نَزَلَ مِثْلُهَا مِنَ الدَّاءِ مِنْ جَسَدِهِ ، وَلَحْمُ الْبَقَرِ دَاءٌ ، وَسَمْنُهَا شِفَاءٌ ، وَلَبَنُهَا دَوَاءٌ ، وَمَا دَخَلَ الْجَوْفَ مِثْلُ السَّمَنِ ؛

هر کس یک لقمه چرب شده به روغن حیوانی بخورد ، به همان اندازه ،
 بیماری از تن او فرو می ریزد . گوشت گاو ، درد است و روغن آن ، شفا و
 شیرش نیز درمان . هیچ چیز ، همانند روغن گاو ، به بدن درنیامده است .
 دعائم الإسلام ، جلد 2 ، صفحه 111 ، حدیث - 365

حدیث - 223

پیامبر خدا ﷺ :
 ما أَنْزَلَ اللَّهُ مِنْ دَاءٍ إِلَّا وَقَدْ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً ، وَفِي أَلْبَانِ الْبَقَرِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛
 خداوند ، هیچ دردی فرو نفرستاده ، مگر این که برای آن ، درمانی هم فرستاده
 است . در شیر گاو ، درمان هر درد هست .
 كنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 31 ، حدیث - 2816

حدیث - 224

پیامبر خدا ﷺ :
 عَلَيْكُمْ بِالْأَلْبَانِ الْبَقَرِ ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ شَجَرٍ ، وَهُوَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛
 بر شما باد شیر گاو ؛ چرا که گاو از هر درختی می خورد و شیر آن ، درمانی
 برای هر درد است .
 المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 294 ، حدیث - 1967

حدیث - 225

تَغَدَّيْتُ مَعَ أَبِي جَعْفَرٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ فَأَتَى بِقِطَاةٍ فَقَالَ :

إِنَّهُ مُبَارَكٌ ، وَكَانَ أَبِي عَلَيْهِ السَّلَامُ يُعْجِبُهُ ، وَكَانَ يَأْمُرُ أَنْ يُطْعَمَ صَاحِبَ الْبِرْقَانِ
يُشْوَى لَهُ فَإِنَّهُ يَنْفَعُهُ؛

به نقل از علی بن مهزیار: همراه با امام باقر علیه السلام ناهار خوردم . ایشان مرغ
سنگخواری آورد و فرمودند: این ، مبارک است . پدرم به آن علاقه داشت و
می فرمودند: هر کس یرقان دارد ، برایش از گوشت این مرغ ، کباب کنند . او را
سودمند خواهد افتاد.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 312 ، حديث - 5

حديث - 226

امام کاظم علیه السلام :

أَطْعِمُوا الْمَحْمُومَ لَحْمَ الْقَبَاجِ ؛ فَإِنَّهُ يُقَوِّي السَّاقِينَ ، وَيَطْرُدُ الْحُمَّى طَرْدًا ؛
به تدار ، گوشت کبک بخورانید؛ چرا که پاها را نیرو می دهد و تب را کاملاً
دور می کند.

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 312 ، حديث - 4

حديث - 227

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً شَحِمٍ أَخْرَجَتْ مِثْلَهَا مِنَ الدَّاءِ ؛
هر کس یک لقمه پیه بخورد ، آن لقمه هم اندازه خویش ، بیماری را از بدن
بیرون می برد .

الكافي ، جلد 6 ، صفحه 311 ، حديث - 5

حدیث - 228

امام علی علیه السلام :

ذَكَرَ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّحْمُ وَالشَّحْمُ ، فَقَالَ : لَيْسَ مِنْهُمَا بَضْعَةٌ تَقَعُ فِي الْمَعِدَةِ إِلَّا أَنْبَتَتْ مَكَانَهَا شِفَاءً ، وَأُخْرِجَتْ مِنْ مَكَانِهَا دَاءٌ ؛

نزد پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ از گوشت و پیه یاد شد. فرمودند : هیچ پاره‌ای از این دو در معده جای نمی‌گیرد ، مگر این که در جای آن ، شفا می‌روید و بیماری‌ای از آن جا می‌رود .

عیون أخبار الرضا علیه السلام ، جلد 2 ، صفحه 41 ، حدیث - 130

حدیث - 229

امام علی علیه السلام :

الشَّحْمُ يُخْرِجُ مِنْهُ مِنَ الدَّاءِ ، وَلَمْ يَسْتَشْفِ النَّاسُ بِشِفَاءٍ أَفْضَلَ مِنَ السَّمَنِ ، وَقِرَاءَةِ الْقُرْآنِ ؛

پیه ، هم‌اندازه خود ، بیماری را از بدن بیرون می‌برد . مردم ، به هیچ چیز بهتر از روغن حیوانی و قرائت قرآن ، درمان نجسته‌اند .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 86 ، حدیث - 28472

حدیث - 230

امام علی علیه السلام :

إِذَا اشْتَرَى أَحَدُكُمْ لَحْمًا فَلْيُخْرِجْ مِنْهُ الْغُدَدَ ؛ فَإِنَّهُ يُحَرِّكُ عِرْقَ الْجُدَامِ ؛

هر گاه کسی از شما گوشت خرید ، غده‌ها را از آن بیرون آورد ؛ زیرا آنها
رگ جذام را تحریک می‌کنند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 254 ، حدیث - 5

حدیث - 231

امام رضا علیه السلام :

إِدْمَانُ أَكَلَ كُلِّ الْغَنَمِ وَأَجَوَفِهَا ، يَعْكِسُ الْمَثَانَةَ ؛

عادت داشتن به خوردن قلوه و شکمبه (سیرابی) گوسفند ، مثانه را دیگرگون
می‌کند .

طبّ الإمام الرضا علیه السلام ، صفحه 64 و بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 232

امام صادق علیه السلام :

مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ ضَرَبَ عَلَيْهِ عِرْقُ الْجُذَامِ مِنْ أَنْفِهِ وَبَاتَ يُنَزَفُ الدَّمُ؛

هر کس شبانگاه جرجیر بخورد ، رگ جذام ، از بینی وی بر آن یورش
می‌آورد و آن شب را شبِ خونریزی می‌کند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 368 ، حدیث - 2

حدیث - 233

پیامبر خدا ﷺ :

أَكْرَهُ الْجَرَجِيرَ ، وَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى شَجَرَتِهَا نَابِتَةً فِي جَهَنَّمَ ، وَمَا تَضَلَّعَ مِنْهَا رَجُلٌ بَعْدَ أَنْ يُصَلِّيَ الْعِشَاءَ إِلَّا بَاتَ فِي تِلْكَ اللَّيْلَةِ وَنَفْسُهُ تُتَارَعُهُ إِلَى الْجُذَامِ ؛
من، جرجیر را خوش نمی دارم و گویا درخت آن را می نگریم که در دوزخ ،
روییده است . هیچ کس پس از گزاردن نماز عشا ، درون را از آن پُر نمی سازد ،
مگر این که آن شب را در حالی به خواب می رود که جان او تا صبح با جذام ،
دست و پنجه نرم می کند .

المحاسن ، جلد 2 ، صفحه 324 ، حدیث - 2097

حدیث - 234

پیامبر خدا ﷺ :

عَلَيْكُمْ بِالْكَمَاءِ الرُّطْبَةِ ؛ فَإِنَّهَا مِنَ الْمَنِّ ، وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ ؛
بر شما باد قارچ تازه ؛ چرا که از همان مَن است و آبش ، شفایی برای چشم
است .

کنز العمال ، جلد 10 ، صفحه 50 ، حدیث - 28311

حدیث - 235

پیامبر خدا ﷺ :

الْكَمَاءُ مِنَ الْمَنْ الَّذِي أَنْزَلَهُ اللَّهُ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ ، وَهِيَ شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ ؛
قارچ ، از همان مَنْ است که خداوند بر بنی اسرائیل نازل کرد ، و آن ، شفایی
برای چشم است .

عیون أخبار الرضا علیه السلام ، جلد 2 ، صفحه 75 ، حدیث - 349

حدیث - 236

امام کاظم علیه السلام :

إِنَّ السَّلْقَ يَقْمَعُ عِرْقَ الْجُذَامِ ، وَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمُبْرَسَمِ مِثْلُ وَرَقِ السَّلْقِ ؛
چغندر ، رگ جذام را به کلی از میان می برد . هیچ چیز به درون گرفتار به
برسا درنیامده است که همانند برگ چغندر باشد .
الكافی ، جلد 6 ، صفحه 369 ، حدیث - 5

حدیث - 237

امام رضا علیه السلام :

أَطْعِمُوا مَرْضَاكُمُ السَّلْقَ يَعْنِي وَرَقَهُ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً وَلَا دَاءَ مَعَهُ وَلَا غَائِلَةَ لَهُ ،
وَيُهْدَى نَوْمَ الْمَرِيضِ ، وَاجْتَنِبُوا أَصْلَهُ ؛ فَإِنَّهُ يُهَيِّجُ السَّودَاءَ ؛

به بیمارانتان ، چغندر (یعنی برگ آن را) بدهید ؛ چرا که در آن ، درمان است
و هیچ بیماری‌ای به همراه ندارد و هیچ عارضه‌ای در آن نیست و خواب بیمار را
آرام می‌سازد . اما از خود چغندر پرهیزید ؛ چرا که سودا را تحریک می‌کند .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 369 ، حدیث - 4

حدیث - 238

امام صادق علیه السلام :
لَوْ عَلِمَ اللَّهُ فِي شَيْءٍ شِفَاءً أَكْثَرَ مِنَ الشَّعِيرِ ، مَا جَعَلَهُ غِذَاءَ الْأَنْبِيَاءِ عليهم السلام ؛
اگر خداوند در چیزی بیش از جو بهبود دهندگی می‌دید ، آن را خوراک
پیامبران قرار نمی‌داد .
مکارم الأخلاق، ج 1، ص 334 ، ح 1076

حدیث - 239

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم :
كُلُوا الثُّومَ وَتَدَاوُوا بِهِ ؛ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ؛
سیر بخورید و بدان درمان کنید؛ چرا که درمان هفتاد درد در آن هست .
مکارم الأخلاق، ج 1، ص 394، ح 1335 و دانش نامه احادیث پزشکی: ج 2 /
ح 262

حدیث - 240

مَنْ أَرَادَ أَلَّا يُصِيبَهُ رِيحٌ ، فَلْيَأْكُلِ الثُّومَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ ؛
هر کس می خواهد بادی دامنگیر او نشود، در هر هفت روز، [یک بار]
سیربخورد .

طب الإمام الرضا عليه السلام ، ص 41 و بحار الأنوار ، ج 62، ص 325

حدیث - 241

سُئِلَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام عَنْ الْكُرَّاتِ ، فَقَالَ : كُلُّهُ ؛ فَإِنَّ فِيهِ أَرْبَعَ خِصَالٍ : يُطَيِّبُ
النَّكْهَةَ ، وَيَطْرُدُ الرِّيحَ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ لِمَنْ أَدْمَنَ عَلَيْهِ ؛
به نقل از فرات بن آحنف: از امام صادق عليه السلام درباره تره پرسیدند. فرمودند:
آن را بخور ؛ چرا که در آن ، چهار ویژگی است : بوی دهان را خوش می سازد
؛ بادها را [از بدن] می راند ؛ بواسیر را ریشه کن می کند؛ و برای کسی که بر
[خوردن] آن مداومت ورزد ، مایه ایمنی از جذام است .
الکافی ، جلد 6 ، صفحه 365 ، حدیث - 4

حدیث - 242

امام صادق عليه السلام :
مَنْ أَكَلَ الْجَرَجِيرَ بِاللَّيْلِ ضَرَبَ عَلَيْهِ عِرْقُ الْجُذَامِ مِنْ أَنْفِهِ ، وَبَاتَ يُنَزَفُ الدَّمُ ؛
هر کس شب هنگام ، تره تیزک بخورد ، رگ جذام به بینی او حمله کند و
چون شب بخوابد ، خون دماغ شود .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 368 ، حدیث - 2

حدیث - 243

امام رضا علیه السلام :

الْهَنْدَبَاءُ شِفَاءٌ مِنْ أَلْفِ دَاءٍ ، مَا مِنْ دَاءٍ فِي جَوْفِ ابْنِ آدَمَ إِلَّا قَمَعَهُ الْهَنْدَبَاءُ ؛
کاسنی ، درمان هزار درد است . هیچ دردی در درون آدمی زاده نیست ، مگر
این که کاسنی ، آن را در هم می کوبد .

لکافی ، جلد 6 ، صفحه 363 ، حدیث - 9

حدیث - 244

امام صادق علیه السلام :

الْحَوَكُ بَقْلَةٌ الْأَنْبِيَاءِ ، أَمَا إِنَّ فِيهِ ثَمَانِ خِصَالٍ : يُمَرِّئُ ، وَيَفْتَحُ السَّدَدَ ، وَيُطَيِّبُ
الْجُشَاءَ ، وَيُطَيِّبُ النِّكْهَةَ ، وَيُشْهِى الطَّعَامَ ، وَيَسْلُ الدَّاءَ ، وَهُوَ أَمَانٌ مِنَ الْجُذَامِ ، إِذَا
اسْتَقَرَّ فِي جَوْفِ الْإِنْسَانِ قَمَعَ الدَّاءَ كُلَّهُ ؛

حَوَك (بادروج)، سبزی پیامبران است . بدانید که در آن ، هشت ویژگی است :
اشتها آور است، گرفتگی های عروق و مجاری را می گشاید ، آروغ را خوش بو
می سازد ، دهان را بوی خوش می بخشد ، غذا را دوست داشتنی می سازد ، درد و
بیماری را از بدن بیرون می کشد و امان انسان از جُذام است . چون در درون
انسان جای گیرد ، همه بیماری ها را فرو می نشاند .

الكافی ، جلد 6 ، صفحه 364 ، حدیث - 4

حدیث - 245

امام علی علیه السلام :

إِذَا اشْتَكَى أَحَدُكُمْ عَيْنَيْهِ فَلْيَقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ ، وَلْيُضْمِرْ فِي نَفْسِهِ أَنَّهَا تَبْرَأُ ؛ فَإِنَّهُ يُعَافَى إِنْ شَاءَ اللَّهُ ؛

اگر کسی از شما چشمانش ناراحت بود ، آیه الکرسی بخواند و در دل ، نیت شفا کند . به خواست خداوند ، بهبود خواهد یافت .

الخصال ، صفحه 616 ، حدیث - 10

حدیث - 246

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

الْحِمِيَّةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ ، وَالْمَعِدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ ، وَعَوِدُوا كُلَّ جِسْمٍ مَا اعْتَادَ؛
پرهیز، سرآمد درمان، و معده، خانه درد است . هر بدنی را به همان که بدان
خو می گیرد، عادت دهید .

الأحكام النبویة ، جلد 2 ، صفحه 7

حدیث - 247

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلی الله علیه و آله شَكَأَ إِلَى رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَجَعَ الظَّهْرِ ، فَأَمَرَهُ بِأَكْلِ الْحَبِّ
بِاللَّحْمِ - يَعْنِي الْهَرِيْسَةَ - ؛

پیامبر خدا ﷺ به درگاه پروردگار خویش عز و جل از کمر درد نالید.
خداوند به او فرمود که دانه با گوشت بخورد، یعنی هریسه .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 320 ، حدیث - 3

حدیث - 248

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
خَمْسُ خِصَالٍ تَوْرَثُ الْبَرَصَ : النُّورَةُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَيَوْمَ الْأَرْبَعَاءِ، وَالتَّوَضُّؤُ
وَالْاِغْتِسَالُ بِالْمَاءِ الَّذِي تُسَخِّنُهُ الشَّمْسُ، وَالْأَكْلُ عَلَى الْجَنَابَةِ، وَغِشْيَانُ الْمَرْأَةِ فِي
أَيَّامِ حَيْضِهَا، وَالْأَكْلُ عَلَى الشَّيْبَعِ؛

پنج چیز است که پیسی می آورد: نوره کشیدن در روز جمعه و چهارشنبه؛
وضو گرفتن و غسل کردن با آبی که به آفتاب گرم شده است؛ خوردن در حال
جنابت؛ آمیزش با زن در هنگام حائض بودنش؛ و خوردن در حال سیری .

الخصال، صفحه 270، حدیث - 9

حدیث - 249

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
الْأَكْلُ عَلَى الشَّيْبَعِ يَوْرَثُ الْبَرَصَ؛
خوردن از روی سیری، پیسی می آورد .
الأمالی للصدوق، صفحه 636، حدیث - 854

حدیث - 250

امام کاظم علیه السلام می فرمایند:

لَا تَخْلَلُوا بَعْدَ الرِّيحَانِ ، وَلَا بِقَضِيبِ الرُّمَانِ ؛ فَإِنَّهُمَا يُهَيِّجَانِ عِرْقَ الْجُذَامِ ؛
با چوب ریحان و چوب انار خلال نکنید؛ زیرا که رگ جذام را تحریک
می کنند .

الکافی، جلد 6، صفحه 377، حدیث - 7

حدیث - 251

امام علی علیه السلام می فرمایند:

إِذَا اشْتَرَى أَحَدُكُمْ لَحْمًا فَلْيُخْرِجْ مِنْهُ الْغُدَّةَ؛ فَإِنَّهُ يُحَرِّكُ عِرْقَ الْجُذَامِ؛
هر گاه کسی از شما گوشت خرید، غده ها را از آن بیرون آورد؛ زیرا آنها رگ
جذام را تحریک می کنند.

الکافی، جلد 6، صفحه 254، حدیث - 5

حدیث - 252

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

اسْتَكْتَرُوا مِنَ اللَّبَانِ وَاسْتَبَقَوْهُ وَامْضَعُوهُ، وَأَحْبَبُّهُ إِلَى الْمَضْغِ؛ فَإِنَّهُ يَنْزِفُ بَلْغَمَ
الْمَعِدَةِ وَيُنْظِفُهَا، وَيَشُدُّ الْعَقْلَ، وَيُمَرِّئُ الطَّعَامَ؛

فراوان کُنْدُر بخورید، آن را در دهان نگه دارید و بجوید. برای من، جویدن آن، دوست داشتنی تر است؛ بلغمِ معده را می زداید و آن را تمیز می کند، عقل را استحکام می بخشد و غذا را می گوارد.

مکارم الأخلاق ، جلد 1 ، صفحه 423 ، حدیث - 1442

حدیث - 253

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

نِعْمَ الطَّعَامُ الْأَرُزُّ ؛ يُوسِّعُ الْأَمْعَاءَ ، وَيَقْطَعُ الْبَوَاسِيرَ ، وَإِنَّا لَنَغْبِطُ أَهْلَ الْعِرَاقِ بِأَكْلِهِمُ الْأَرُزَّ وَالْبُسْرَ ؛ فَإِنَّهُمَا يُوسِّعَانِ الْأَمْعَاءَ ، وَيَقْطَعَانِ الْبَوَاسِيرَ ؛

برنج، خوب خوراکی است! روده ها را فراخ می کند و بواسیر را ریشه کن می سازد. ما بر مردم عراق ، غبطه می خوریم که برنج و خرما خرک می خورند. این دو، روده ها را فراخ می کنند و بواسیر را ریشه کن می سازند .

الکافی ، جلد 6 ، صفحه 341 ، حدیث - 2

حدیث - 254

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

يَنْبَغِي أَنْ تَحْذَرَ . . . أَنْ تَجْمَعَ فِي جَوْفِكَ الْبَيْضَ وَالسَّمَكَ فِي حَالٍ وَاحِدَةٍ ؛ فَإِنَّهُمَا إِذَا اجْتَمَعَا وَلَّدَا الْقَوْلَجَ ، وَرِيَّاحَ الْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الْأَضْرَاسِ ؛

باید از این پرهیزی که . . . تخم مرغ و ماهی را هم زمان در معده گرد آوری؛ چون هر گاه این دو با یکدیگر گرد آیند، قولنج، باد بواسیر و دندان درد به وجود می آورند .

حدیث - 255

أَكَلُ اللَّحْمِ النَّيِّ يورثُ الدَّوْدَ فِي الْبَطْنِ؛

خوردن گوشت ناپخته ، در شکم ، کرم ایجاد می کند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 256

امام صادق عليه السلام می فرمایند:

الاستِلقاءُ بَعْدَ الشَّبَعِ : يُسَمِّنُ الْبَدَنَ ، وَيُمْرِئُ الطَّعَامَ ، وَيَسْلُ الدَّاءَ؛

به پشت دراز کشیدن پس از غذا خوردن، بدن را چاق می کند، غذا را گوارا

می سازد و درد را [از درون انسان] بیرون می کند .

بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 412 ، حدیث - 9

حدیث - 257

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ أَوْحَى إِلَى مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ أَنْ اِبْدَأْ بِالْمِلْحِ وَاخْتِمِ بِالْمِلْحِ ؛

فَإِنَّ فِي الْمِلْحِ دَوَاءً مِنْ سَبْعِينَ دَاءً ، أَهْوَنُهَا الْجُنُونُ ، وَالْجُذَامُ ، وَالْبَرَصُ ، وَوَجَعُ

الْحَلْقِ وَالْأَضْرَاسِ ، وَوَجَعُ الْبَطْنِ؛

خداوند عز و جل به موسی بن عمران ، وحی فرستاد که :غذا را با نمک ، آغاز کن و با نمک ، پایان ده ؛ چرا که در نمک ، درمان هفتاد درد است که کمترین آنها ، دیوانگی ، جذام ، پیسی ، گلودرد ، دندان درد و شکم درد باشد .
بحار الأنوار ، جلد 66 ، صفحه 398 ، حدیث - 21

حدیث - 258

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
ما أنزل الله من داء إلا أنزل له شفاء؛
خدا مرضی نفرستاده جز آن که شفائی برای آن فرستاده است .
نهج الفصاحه

حدیث - 259

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
عليكم بالزَّيْبِ فَإِنَّهُ يَكْتِفُ الْمَرْءَ وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَيَشُدُّ الْعَصَبَ وَيَذْهَبُ بِالْعِيَاءِ وَيَحْسِنُ الْخَلْقَ وَيَطِيبُ النَّفْسَ وَيَذْهَبُ بِالْهَمِّ؛
مویز خورید که صفرا را غلیظ کند و بلغم را ببرد و عصب را قوی کند و کند ذهنی را ببرد و خلق را نیکو کند و جان را پاک دارد و غم را ببرد .
نهج الفصاحه

حدیث - 260

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
الصَّدَقَاتُ بِالْغَدَوَاتِ يَذْهَبْنَ بِالْعَاهَاتِ؛
صدقه صبحگاه مرض ها را می برد.
نهج الفصاحه

حدیث - 261

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
الدَّوَاءُ مِنَ الْقَدَرِ وَ قَدْ يَنْفَعُ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى؛
دوا از وسائل تقدیر است و به فرمان خدا فایده می دهد.
نهج الفصاحه

حدیث - 262

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:
دَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ فَإِنَّهَا تَدْفِعُ عَنْكُمُ الْأَمْرَاضَ وَالْأَعْرَاضَ؛
بیماران خود را به وسیله صدقه علاج کنید زیرا صدقه امراض و اعراض را از
شما دفع می کند.
نهج الفصاحه

حدیث - 263

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

الْحَمَى تَحْتَ الْخَطَايَا كَمَا تَحْتَ الشَّجَرَةِ وَرَقُهَا؛

تب گناهان را می ریزد چنان که درخت برگهای خود را می ریزد.

نهج الفصاحه

حدیث - 264

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

حَصَّنُوا أَمْوَالَكُمْ بِالزَّكَاةِ وَدَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ وَاعْدُوا لِلْبَلَاءِ الدَّعَاءَ؛

اموال خود را به وسیله زکات محفوظ دارید و مریضان خود را با صدقه

علاج کنید و برای جلوگیری از بلا به دعا متوسل شوید.

نهج الفصاحه

حدیث - 265

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تَدَاوُوا فَإِنَّ الَّذِي أَنْزَلَ الدَّاءَ أَنْزَلَ الدَّوَاءَ؛

مداوا کنید زیرا آن که درد را فرستاد، دوا را نیز فرستاد.

نهج الفصاحه

حدیث - 266

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تداووا عباد الله فَإِنَّ اللهَ تعالى لم يضع داء إلا وضع له دواء غير داء واحد
الهرم؛

بندگان خدا امراض خود را مداوا کنید زیرا خدا مرضی پدید نیاورده جز آن
که دوائی برای آن قرار داده مگر یک درد که پیری است.
نهج الفصاحه

حدیث - 267

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

تداووا بألبان البقر فَإِنِّي أرجو أن يجعل الله فيها شفاء فَإِنَّهَا تَأْكُل من كلَّ
الشجر؛

با شیر گاو مداوا کنید زیرا من امیدوارم که خدا در آن شفا قرار داده باشد
زیرا از همه درختان می چرد.
نهج الفصاحه

حدیث - 268

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إنَّ في الحجم شفاء؛
حجامت مایه شفاست.

نهج الفصاحه

حدیث - 269

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ يَبْتَلِي عَبْدَهُ الْمُؤْمِنَ بِالسَّقَمِ حَتَّى يَكْفُرَ عَنْهُ كُلَّ ذَنْبٍ؛
خداوند بنده مؤمن خود را به مرض مبتلا می کند تا همه گناهان او بریزد.

نهج الفصاحه

حدیث - 270

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَنْزِلْ دَاءٌ إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً إِلَّا الْهَرَمَ؛
خداوند دردی پدید نیاورده جز آن که علاجی برای آن قرار داده به جز

پیری،

نهج الفصاحه

حدیث - 271

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى حَيْثُ خُلِقَ الدَّاءُ خُلِقَ الدَّوَاءُ فَتَدَاوُوا؛
خداوند که درد را آفریده درمان را نیز آفریده پس دردهای خویش را درمان

کنید.

نهج الفصاحه

حدیث - 272

قالَ الإمامُ عليّ عليه السلام :
كُلُوا ما يَسْقُطُ مِنَ الْخَوَانِ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ، لِمَنْ أَرَادَ أَنْ
يَسْتَشْفِيَ بِهِ ؛

امام علی علیه السلام فرمودند:

آنچه اطراف ظرف غذا و سفره می ریزد جمع کنید و بخورید، که همانا
هرکس آن ها را به قصد شفا میل نماید، به اذن حق تعالی شفای تمام دردهای
او خواهد شد.

مستدرک الوسائل، ج 16، ص 291، ح 19920

حدیث - 273

قالَ الإمامُ عليّ عليه السلام :
فِي الْمَرَضِ يُصِيبُ الصَّبِيَّ، كَفَّارَةٌ لِوَالِدَيْهِ ؛
امام علی علیه السلام فرمودند:
مریضی کودک، کفاره گناهان پدر و مادرش می باشد.
بحار الأنوار، ج 5، ص 317، ح 16

حدیث - 274

قالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :
لَا يَمْرُضُ مُؤْمِنٌ وَلَا مُؤْمِنَةٌ إِلَّا حَطَّ اللَّهُ بِهِ خَطَايَاهُ ؛

رسول خدا ﷺ فرمودند:

هیچ مؤمن و مؤمنه ای مریض نمی گردد مگر آن که خطاها و لغزش هایش پاک و بخشوده می شود.

مستدرک الوسائل، ج 2، ص 66، ح 1422

حدیث - 275

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

یا علی! ان الوضوء قبل الطعام و بعده شفاء فی الجسد و یمن فی الرزق؛
یا علی! قبل از غذا و بعد از غذا، وضو گرفتن ، شفای بدن و برکت در
روزی است .

(بحار الانوار، ج 66، ص 356)

حدیث - 276

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

الأكلُ عَلَى الشَّبَعِ يورثُ البرصَ؛

خوردن از روی سبزی، پیسی می آورد.

الأمالی للصدوق، صفحه 636، حدیث - 854

حدیث - 277

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

يَنْبَغِي أَنْ تَحْذَرَ . . . أَنْ تَجْمَعَ فِي جَوْفِكَ الْبَيْضَ وَالسَّمَكَ فِي حَالٍ وَاحِدَةٍ ؛
فَإِنَّهُمَا إِذَا اجْتَمَعَا وَلَّدَا الْقَوْلَنْجَ ، وَرِيَّاحَ الْبَوَاسِيرِ ، وَوَجَعَ الْأَضْرَاسِ .
باید از این پرهیزی که . . . تخم مرغ و ماهی را هم زمان در معده گرد آوری؛
چون هر گاه این دو با یکدیگر گرد آیند، قولنج، باد بواسیر و دندان درد به وجود
می آورند .

بحار الأنوار ، جلد 62 ، صفحه 321

حدیث - 278

امام علی علیه السلام :

قَلَّةُ الْأَكْلِ يَمْنَعُ كَثِيرًا مِنْ أَعْلَالِ الْجِسْمِ .
کم خوری ، مانع بسیاری از بیماری های جسم می شود .
غرر الحکم ، حدیث - 6768

حدیث - 279

امام رضا علیه السلام می فرمایند :

كَثْرَةُ أَكْلِ الْبَيْضِ وَإِذْمَانُهُ يُوْرِثُ الطُّحَالَ وَرِيَّاحَا فِي رَأْسِ الْمَعِدَةِ وَالْإِمْتِلَاءُ
مِنَ الْبَيْضِ الْمَسْلُوقِ يُوْرِثُ الرَّبْوَ وَالْإِبْتِهَارَ؛

زیاد خوردن تخم مرغ و معتاد شدن به آن، بیماری ورم طحال می‌آورد و ایجاد کننده بادهایی در سرِ معده است و زیاد خوردن تخم مرغ آب پز، نفس تنگی و نفس بریدگی می‌آورد.
بحارالأنوار، ج 59، ص 321 .

حدیث - 280

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند :
کندر بخورید؛ زیرا همان‌طور که انگشت، عرق را از پیشانی پاک می‌کند،
کندر هم سوزش قلب را می‌برد و کمر را محکم و عقل را زیاد می‌کند و ذهن را
ذکاوت و چشم را جلا می‌بخشد و فراموشی را از میان می‌برد.
طب النبى ﷺ ، ص 6.

حدیث - 281

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند :
أَطْعِمُوا الْمَبْطُونَ خُبْزَ الْأُرْزِّ، فَمَا دَخَلَ جَوْفَ الْمَبْطُونَ شَيْءٌ أَنْفَعُ عَنْهُ، أَمَا إِنَّهُ
يَدْبِغُ الْمَعِدَةَ وَيَسْلُ الدَّاءَ سَلًّا ؛
به کسی که دل درد (اسهال)، دارد نان برنجی بدهید، چرا که برای دل درد
چیزی مفیدتر از آن نیست. بدانید که آن، معده را پاک و درد را کاملاً آرام
می‌کند.
کافی، ج 6، ص 305، ح 2 .

حدیث - 282

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

همبستری در حال حیض باعث جذام فرزند می شود. همبستری ای که در پی آن دفع منی و ادرار نباشد باعث سنگ کلیه و مثانه می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 283

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

جماع پی در پی بدون غسل باعث جنون فرزند می شود. زیاد خوردن تخم مرغ و استمرار بر آن، باعث بیماری طحال و گاز معده می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 284

امام رضا علیه السلام می فرمایند:

زیاد خوردن گوشت حیوانات وحشی (حلال گوشت) و گاو باعث تغییر (به هم ریختگی) عقل و سرگردانی فهم و کندذهنی و فراموشی می شود.
طب الرضا، ص 75.

حدیث - 285

پیامبر اکرم ﷺ و سلم می فرمایند :
عَلَيْكُمْ بِالْأَهْلِيلِجِ الْأَسْوَدِ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةِ الْجَنَّةِ وَ طَعْمُهُ مُرٌّ وَ فِيهِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛

هلیله سیاه بخورید، که از درختان بهشت است. مزه آن تلخ است ولی شفای
هر دردی است.
طب النبی، ص 31 .

حدیث - 286

امام رضا علیه السلام می فرمایند:
هر کس می خواهد مثانه اش به بیماری ای مبتلا نشود، ادرار خود را نگه ندارد.
طب الرضا علیه السلام ، ص 35 .

حدیث - 287

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند :
لَا تُدَاوِ أَحَدًا حَتَّى تَعْرِفَ دَاءَهُ؛
هیچ کس را درمان مکن، مگر آن گاه که بیماری او را بشناسی.
الاصابة، ج 3، ص 289 .

حدیث - 288

امام علی علیه السلام می فرمایند:

مَنْ غَرَسَ فِي نَفْسِهِ مَحَبَّةَ أَنْوَاعِ الطَّعَامِ، اجْتَنَى ثِمَارَ فُنُونِ الْأَسْقَامِ؛

هر کس در دل خود، نهال علاقه به غذاهای گوناگون را بکارد، محصول بیماری‌های گوناگون از آن می‌چیند.

غررالحکم، ح 9219 .

حدیث - 289

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرمایند :

مَنْ تَدَاوَى بِحَرَامٍ، لَمْ يَجْعَلِ اللَّهُ فِيهِ شِفَاءً؛

هر کس با حرام به مداوا بپردازد خداوند در آن شفا قرار نمی‌دهد.

کنز العمال، ح 28318 .

حدیث - 290

امام صادق علیه السلام می فرمایند:

إِنَّ نَبِيًّا مِنَ الْأَنْبِيَاءِ مَرِضٌ، فَقَالَ: لَا أَتَدَاوَى حَتَّى يَكُونَ الَّذِي أَمْرَضَنِي هُوَ الَّذِي

يَشْفِينِي. فَأَوْحَى اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ لَا أَشْفِيكَ حَتَّى تَتَدَاوَى، فَإِنَّ الشِّفَاءَ مِنِّي؛

پیامبری از پیامبران بیمار شد. گفت درمان نمی‌کنم تا همان کسی که بیمارم

کرده است، خود درمانم کند. خداوند عزوجل به او وحی فرستاد: شفایت

نمی‌دهم، مگر آن‌که درمان کنی، که شفا از من است.

مکارم الاخلاق، ص 362.

حدیث - 291

امام صادق علیه السلام می فرمایند :

نِعْمَ الطَّعَامُ الزَّيْتُ يُطَيِّبُ النَّكْهَةَ وَيَذْهَبُ بِالْبَلْغَمِ وَيُصْفِي اللَّوْنَ وَيَشُدُّ الْعَصَبَ
وَيَذْهَبُ بِالْوَصَبِ وَيُطْفِئُ الْغَضَبَ؛

زیتون غذای خوبی است، دهان را خوشبو می‌کند، بلغم را از بین می‌برد،
رنگ پوست را صفا می‌بخشد، اعصاب را محکم می‌کند، مرض را می‌برد و خشم
را خاموش می‌کند.

مکارم الاخلاق، ص 190.

حدیث - 292

امام علی علیه السلام می فرمایند :

بِسْمِ اللَّهِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَ عَوْنٌ لِكُلِّ دَوَاءٍ؛

بسم الله، شفای هر دردی و یاری کننده هر دارویی است.

نزهة الناظر و تنبيه الخاطر، ص 42 .

حدیث - 293

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

لَوْ قَرَأْتَ بِسْمِ اللَّهِ تَحْفَظُكَ الْمَلَائِكَةُ إِلَى الْجَنَّةِ وَهُوَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛
اگر بسم الله را قرائت کنی، فرشتگان، تا بهشت تو را حفظ می‌کنند و آن
شفای هر دردی است.

فقه الرضا علیه السلام ، ص 342.

حدیث - 294

امام علی علیه السلام می فرمایند:

بپرهیز از ادامه پر خوری که به راستی این کار دردها را بر انگیزد و بیماریها
را تحریک کند.

(غرالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 295

امام علی علیه السلام می فرمایند:

ادامه پر خوری انواع دردها را به جای بگذارد.

(غرالحکم ، باب پر خوری)

حدیث - 296

رسول خدا ﷺ می فرمایند :

بیماری تازیانه خدا در زمین است ، که به وسیله آن بندگان خویش را ادب می کند.

(نهج الفصاحه ، ح 3101)

حدیث - 297

امام علی علیه السلام می فرمایند:

وَالصَّدَقَةُ دَوَاءٌ مُنْجِحٌ وَأَعْمَالُ الْعِبَادِ فِي عَاجِلِهِمْ نُصَبُ أَعْيُنِهِمْ فِي آجَالِهِمْ؛
صدقه دادن دارویی ثمر بخش است ، و کردار بندگان در دنیا ، فردا در پیش روی آنان جلوه گر است.

نهج البلاغه، حکمت 7

حدیث - 298

امام علی علیه السلام می فرمایند:

نادانی ، بدترین بیماریهاست.

غررالحکم ، باب جهل

حدیث - 299

پیامبر اکرم ﷺ می فرمایند:

الْصَّدَقَةُ تَدْفَعُ الْبَلَاءَ وَ هِيَ أَنْجَحُ دَوَاءٍ وَ تَدْفَعُ الْقَضَاءَ وَ قَدْ أُبْرِمَ إِبْرَاهِمًا وَ لَا يَذْهَبُ بِالْأَدْوَاءِ إِلَّا الدُّعَاءُ وَ الصَّدَقَةُ

صدقه بلا را برطرف می کند و مؤثرترین داروست، همچنین، قضای حتمی را برمی گرداند و درد و بیماری ها را چیزی جز دعا و صدقه از بین نمی برد.
بحار الأنوار، ج 93، ص 137، ح 71

حدیث - 300

امام علی علیه السلام فرمودند:

بِسْمِ اللَّهِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَ عَوْنٌ لِكُلِّ دَوَاءٍ

بسم الله، شفای هر دردی و یاری کننده هر دارویی است.

(عیون أخبار الرضا علیه السلام ، ج 2)

حدیث - 301

پیامبر خدا ﷺ می فرمایند:

نرمه سر استخوان های پرندگان را نخورید؛ چرا که سیل می آورد.

(کنز العمال، ج 15، ص 264)

حدیث - 302

امام هادی علیه السلام :

خَيْرُ الْأَشْيَاءِ لِحُمَّى الرَّبْعِ أَنْ يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا الْفَالُوذَجُ الْمَعْمُولُ بِالْعَسَلِ وَيُكْتَرَّ زَعْفَرَانُهُ ، وَلَا يُؤْكَلَ فِي يَوْمِهَا غَيْرُهُ .

بهترین چیز برای تبِ ربع آن است که در روز غلبه تب ، فالوده‌ای که با عسل ساخته شده و زعفران فراوانی دارد ، خورده شود و در آن روز ، چیزی دیگر خورده نشود .

طبّ الأئمة لابن بسطام ، صفحه 51 عن أبي جعفر ، بحار الأنوار ، جلد 62 ،
صفحه 100 ، حدیث - 24 دانش نامه احادیث پزشکی : 2 / 406

روانشناسی

حدیث - 1

امام علی علیه السلام فرمودند:

إِنَّ لِلْقُلُوبِ شَهْوَةً وَكَرَاهَةً وَإِقْبَالَاً وَإِدْبَاراً فَتَوَهَا مِنْ إِقْبَالِهَا وَشَهْوَتِهَا، فَإِنَّ الْقَلْبَ إِذَا أُكْرِهَ عَمِيَ؛

دلها را حالتِ خواستن و ناخواستن و روی آوردن و پشت کردن است. از راه خواسته ها و تمایلات سراغ قلبها بروید، چرا که اگر دل را به کاری مجبور کنند، کور می شود.

نهج البلاغه، حکمت 193

حدیث - 2

امام علی علیه السلام فرمودند:

مَنْ لَمْ يُحْسِنْ ظَنَّهُ اسْتَوْحَشَ مِنْ كُلِّ أَحَدٍ؛

آن کس که گمان خود را نیکو نسازد (و بدبین باشد) از هر کسی وحشت می کند.

غررالحکم، ج 5، ص 442، ح 9084

حدیث - 3

امام علی علیه السلام فرمودند:
النَّاسُ أَعْدَاءُ مَا جَهِلُوا؛
مردم، با آنچه نمی دانند دشمن اند.
نهج البلاغه، حکمت 438

حدیث - 4

امام علی علیه السلام فرمودند:
خَوَافِي الْخِلَاقِ تَكْشِفُهَا الْمُعَاشِرَةُ؛
خصلت ها و اخلاق پنهان را، معاشرت آشکار می سازد.
غررالحکم، ج 3، ص 466، ح 5099

حدیث - 5

امام علی علیه السلام فرمودند:
النَّاسُ كَالشَّجَرِ شَرَابُهُ وَاحِدٌ وَثَمَرُهُ مُخْتَلِفٌ؛
مردم همانند درختان اند که آبشان یکی است و میوه هایشان گوناگون.
غررالحکم، ج 2، ص 136، ح 2097

حدیث - 6

امام صادق علیه السلام فرمودند:

النَّوْمُ رَاحَةٌ لِلْجَسَدِ وَالنُّطْقُ رَاحَةٌ لِلرُّوحِ وَالسُّكُوتُ رَاحَةٌ لِلْعَقْلِ؛

خواب، آرام بخش جسم است، سخن گفتن آسایش روح است و سکوت،

سبب راحتی عقل است.

من لایحضره الفقیه، ج 4، ص 402، ح 5865

حدیث - 7

امام صادق علیه السلام فرمودند:

رَجُلًا یَسْأَلُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ علیه السلام فَقَالَ: الرَّجُلُ یَقُولُ أَوْدُكَ، فَكَيْفَ أَعْلَمُ أَنَّهُ

یَوَدُّنِي؟ فَقَالَ: اِمْتَحِنْ قَلْبَكَ، فَإِنْ كُنْتَ تَوَدُّهُ فَإِنَّهُ یَوَدُّكَ؛

شخصی از امام صادق علیه السلام پرسید: گاهی به من گفته می شود: دوست

دارم. از کجا بدانم که (راست می گوید و) دوستم دارد؟ حضرت فرمودند: قلب

خودت را بیازمای، پس اگر تو او را دوست داری، بدان که او نیز تو را دوست

دارد.

کافی، ج 2، ص 652، ح 2

حدیث - 8

امام صادق علیه السلام فرمودند:

مَنْ سَاءَ خُلُقُهُ عَذَّبَ نَفْسَهُ؛

هر کس بداخلاق باشد، خودش را شکنجه و آزار می دهد.

کافی، ج 2، ص 321، ح 4

حدیث - 9

رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند:

بِمَوْتِ النَّفْسِ تَكُونُ حَيَاةُ الْقَلْبِ وَبِحَيَاةِ الْقَلْبِ الْبُلُوغُ إِلَى الْإِسْتِقَامَةِ؛

زیر پا گذاشتن هوا و هوس، دل را زنده می کند و زنده دلی، سبب استقامت است.

مستدرک الوسائل، ج 11، ص 226، ح 12813

حدیث - 10

امام علی علیه السلام فرمودند:

النَّاسُ إِلَى أَشْكَالِهِمْ أُمِيلُ؛

مردم به همانند خود، بیشتر تمایل دارند.

بحار الأنوار، ج 78، ص 92، ح 100

فهرست مطالب

3	تغذیه و آداب آن
3	حدیث - 1
3	حدیث - 2
4	حدیث - 3
4	حدیث - 4
5	حدیث - 5
5	حدیث - 6
6	حدیث - 7
6	حدیث - 8
7	حدیث - 9
7	حدیث - 10
8	حدیث - 11
8	حدیث - 12
9	حدیث - 13
9	حدیث - 14
10	حدیث - 15
10	حدیث - 16
11	حدیث - 17
11	حدیث - 18
12	حدیث - 19
12	حدیث - 20

13	حدیث - 21
13	حدیث - 22
14	حدیث - 23
14	حدیث - 24
15	حدیث - 25
15	حدیث - 26
16	حدیث - 27
16	حدیث - 28
17	حدیث - 29
17	حدیث - 30
18	حدیث - 31
18	حدیث - 32
19	حدیث - 33
20	حدیث - 34
20	حدیث - 35
21	حدیث - 36
21	حدیث - 37
22	حدیث - 38
22	حدیث - 39
23	حدیث - 40
23	حدیث - 41
23	حدیث - 42
24	حدیث - 43
24	حدیث - 44

25	حدیث - 45
25	حدیث - 46
26	حدیث - 47
26	حدیث - 48
27	حدیث - 49
27	حدیث - 50
28	حدیث - 51
28	حدیث - 52
29	حدیث - 53
29	حدیث - 54
30	حدیث - 55
30	حدیث - 56
30	حدیث - 57
31	حدیث - 58
31	حدیث - 59
32	حدیث - 60
32	حدیث - 61
32	حدیث - 62
33	حدیث - 63
33	حدیث - 64
33	حدیث - 65
34	حدیث - 66
34	حدیث - 67
34	حدیث - 68

34	حدیث - 69
35	حدیث - 70
35	حدیث - 71
35	حدیث - 72
36	حدیث - 73
36	حدیث - 74
36	حدیث - 75
37	حدیث - 76
37	حدیث - 77
38	حدیث - 78
38	حدیث - 79
38	حدیث - 80
39	حدیث - 81
39	حدیث - 82
39	حدیث - 83
40	حدیث - 84
40	حدیث - 85
40	حدیث - 86
41	حدیث - 87
41	حدیث - 88
41	حدیث - 89
42	حدیث - 90
42	حدیث - 91
43	حدیث - 93

43	حدیث - 94
44	حدیث - 95
44	حدیث - 96
45	حدیث - 97
45	حدیث - 98
45	حدیث - 99
46	حدیث - 101
46	حدیث - 102
48	حدیث - 103
48	حدیث - 104
48	حدیث - 105
49	حدیث - 106
50	حدیث - 107
50	حدیث - 108
50	حدیث - 109
51	حدیث - 110
51	حدیث - 111
52	حدیث - 112
52	حدیث - 113
52	حدیث - 114
53	حدیث - 115
53	حدیث - 116
54	حدیث - 117
54	حدیث - 118

54	حدیث - 119
55	حدیث - 120
55	حدیث - 121
56	حدیث - 122
56	حدیث - 123
57	حدیث - 124
57	حدیث - 125
57	حدیث - 126
58	حدیث - 127
58	حدیث - 128
58	حدیث - 129
59	حدیث - 130
60	حدیث - 131
60	حدیث - 132
61	حدیث - 133
61	حدیث - 134
62	حدیث - 135
62	حدیث - 136
62	حدیث - 137
63	حدیث - 138
63	حدیث - 139
63	حدیث - 140
64	حدیث - 141
64	حدیث - 142

64	حدیث - 143
65	حدیث - 144
65	حدیث - 145
65	حدیث - 146
66	حدیث - 147
66	حدیث - 148
67	حدیث - 149
67	حدیث - 150
67	حدیث - 151
68	حدیث - 152
68	حدیث - 153
69	حدیث - 154
69	حدیث - 155
69	حدیث - 156
70	حدیث - 157
70	حدیث - 158
70	حدیث - 159
71	حدیث - 160
71	حدیث - 161
72	حدیث - 162
72	حدیث - 163
73	حدیث - 164
73	حدیث - 165
73	حدیث - 166

74	حدیث - 167
74	حدیث - 168
74	حدیث - 169
75	حدیث - 170
75	حدیث - 171
75	حدیث - 172
76	حدیث - 173
76	حدیث - 174
76	حدیث - 175
77	حدیث - 176
77	حدیث - 177
77	حدیث - 178
78	حدیث - 179
78	حدیث - 180
78	حدیث - 181
79	حدیث - 182
79	حدیث - 183
80	حدیث - 184
80	حدیث - 185
80	حدیث - 186
81	حدیث - 187
81	حدیث - 188
82	حدیث - 189
82	حدیث - 190

82	حدیث - 191
83	حدیث - 192
83	حدیث - 193
83	حدیث - 194
84	حدیث - 195
84	حدیث - 196
84	حدیث - 197
85	حدیث - 198
85	حدیث - 199
86	حدیث - 200
86	حدیث - 201
86	حدیث - 202
87	حدیث - 203
87	حدیث - 204
87	حدیث - 205
88	حدیث - 206
88	حدیث - 207
89	حدیث - 208
89	حدیث - 209
89	حدیث - 210
90	حدیث - 211
90	حدیث - 212
91	حدیث - 213
91	حدیث - 214

91	حدیث - 215
92	حدیث - 216
92	حدیث - 217
93	حدیث - 218
93	حدیث - 219
94	حدیث - 220
94	حدیث - 221
94	حدیث - 222
95	حدیث - 223
95	حدیث - 224
96	حدیث - 225
96	حدیث - 226
97	حدیث - 227
97	حدیث - 228
97	حدیث - 229
98	حدیث - 230
98	حدیث - 231
99	حدیث - 232
99	حدیث - 233
99	حدیث - 234
100	حدیث - 235
100	حدیث - 236
100	حدیث - 237
101	حدیث - 238

101	حدیث - 239
102	حدیث - 240
102	حدیث - 241
103	حدیث - 243
104	حدیث - 244
104	حدیث - 245
104	حدیث - 246
105	حدیث - 247
105	حدیث - 248
105	حدیث - 249
106	حدیث - 250
106	حدیث - 251
107	حدیث - 252
107	حدیث - 253
107	حدیث - 254
108	حدیث - 255
108	حدیث - 256
109	حدیث - 257
109	حدیث - 258
109	حدیث - 259
110	حدیث - 260
110	حدیث - 261
111	حدیث - 262
111	حدیث - 263

111	حدیث - 264
112	حدیث - 265
112	حدیث - 266
112	حدیث - 267
113	حدیث - 268
113	حدیث - 269
113	حدیث - 270
114	حدیث - 271
114	حدیث - 272
115	حدیث - 273
115	حدیث - 274
115	حدیث - 275
116	حدیث - 276
116	حدیث - 277
116	حدیث - 278
117	حدیث - 279
117	حدیث - 280
117	حدیث - 281
118	حدیث - 282
118	حدیث - 283
118	حدیث - 284
119	حدیث - 285
119	حدیث - 286
120	حدیث - 287

120	حدیث - 288
120	حدیث - 289
121	حدیث - 290
121	حدیث - 291
122	حدیث - 292
122	حدیث - 293
123	حدیث - 294
123	حدیث - 295
123	حدیث - 296
124	حدیث - 297
124	حدیث - 298
124	حدیث - 299
125	حدیث - 300
126	حدیث - 301
126	حدیث - 302
126	حدیث - 303
127	حدیث - 304
127	حدیث - 305
128	حدیث - 306
128	حدیث - 307
128	حدیث - 308
129	حدیث - 309
129	حدیث - 310
130	حدیث - 311

130	حدیث - 312
130	حدیث - 313
131	حدیث - 314
131	حدیث - 315
132	حدیث - 316
132	حدیث - 317
133	حدیث - 319
133	حدیث - 320
134	حدیث - 321
134	حدیث - 322
135	حدیث - 323
135	حدیث - 324
135	حدیث - 325
136	حدیث - 326
136	حدیث - 327
136	حدیث - 328
137	حدیث - 329
137	حدیث - 330
137	حدیث - 331
138	حدیث - 332
138	حدیث - 333
139	حدیث - 334
139	حدیث - 335
139	حدیث - 336

140	حدیث - 337
140	حدیث - 338
141	حدیث - 339
141	حدیث - 340
141	حدیث - 341
142	حدیث - 342
142	حدیث - 343
142	حدیث - 344
143	حدیث - 345
143	حدیث - 346
143	حدیث - 347
144	حدیث - 348
144	حدیث - 349
145	حدیث - 350
145	حدیث - 351
145	حدیث - 352
146	حدیث - 353
146	حدیث - 354
147	حدیث - 355
147	حدیث - 356
148	حدیث - 357
148	حدیث - 358
148	حدیث - 359
149	حدیث - 360

149	حدیث - 361
150	حدیث - 362
150	حدیث - 363
151	حدیث - 365
151	حدیث - 366
152	حدیث - 367
152	حدیث - 368
153	حدیث - 369
153	حدیث - 370
154	حدیث - 371
154	حدیث - 372
154	حدیث - 373
155	حدیث - 374
155	حدیث - 375
156	حدیث - 376
156	حدیث - 377
156	حدیث - 378
157	حدیث - 379
157	حدیث - 380
157	حدیث - 381
158	حدیث - 382
158	حدیث - 383
158	حدیث - 384
159	حدیث - 385

159	حدیث - 386
159	حدیث - 387
160	حدیث - 388
160	حدیث - 389
161	حدیث - 390
161	حدیث - 391
161	حدیث - 392
162	حدیث - 393
162	حدیث - 394
163	حدیث - 395
163	حدیث - 396
163	حدیث - 397
164	حدیث - 399
164	حدیث - 400
165	حدیث - 401
165	حدیث - 402
165	حدیث - 403
166	حدیث - 404
166	حدیث - 405
167	حدیث - 406
167	حدیث - 407
168	حدیث - 408
168	حدیث - 409
169	حدیث - 410

169	حدیث - 411
169	حدیث - 412
170	حدیث - 413
170	حدیث - 414
171	حدیث - 415
171	حدیث - 416
172	حدیث - 417
172	حدیث - 418
172	حدیث - 419
173	حدیث - 420
173	حدیث - 421
173	حدیث - 422
174	حدیث - 423
174	حدیث - 424
174	حدیث - 425
175	حدیث - 426
175	حدیث - 427
175	حدیث - 428
176	حدیث - 429
176	حدیث - 430
176	حدیث - 431
177	حدیث - 432
177	حدیث - 433
178	حدیث - 434

178	حدیث - 435
178	حدیث - 436
179	حدیث - 437
179	حدیث - 438
179	حدیث - 439
180	حدیث - 440
180	حدیث - 441
181	حدیث - 442
181	حدیث - 443
181	حدیث - 444
182	حدیث - 445
182	حدیث - 446
182	حدیث - 447
183	حدیث - 448
183	حدیث - 449
184	حدیث - 450
184	حدیث - 451
184	حدیث - 452
185	حدیث - 453
185	حدیث - 454
185	حدیث - 455
186	حدیث - 456
186	حدیث - 457
187	حدیث - 458

187	459 - حدیث
187	460 - حدیث
187	461 - حدیث
188	462 - حدیث
188	463 - حدیث
188	464 - حدیث
189	465 - حدیث
189	466 - حدیث
189	467 - حدیث
189	468 - حدیث
190	469 - حدیث
190	470 - حدیث
190	471 - حدیث
190	472 - حدیث
191	473 - حدیث
191	474 - حدیث
191	475 - حدیث
192	476 - حدیث
192	477 - حدیث
192	478 - حدیث
192	479 - حدیث
193	480 - حدیث
193	481 - حدیث
193	482 - حدیث

193	483 - حدیث
194	484 - حدیث
194	485 - حدیث
194	486 - حدیث
195	487 - حدیث
195	488 - حدیث
195	489 - حدیث
196	490 - حدیث
196	491 - حدیث
196	492 - حدیث
197	493 - حدیث
197	494 - حدیث
197	495 - حدیث
198	496 - حدیث
198	497 - حدیث
198	498 - حدیث
199	499 - حدیث
199	500 - حدیث
199	501 - حدیث
200	502 - حدیث
200	503 - حدیث
200	504 - حدیث
201	505 - حدیث
201	506 - حدیث

201	حدیث - 507
202	حدیث - 508
202	حدیث - 509
202	حدیث - 510
203	حدیث - 511
203	حدیث - 512
203	حدیث - 513
204	حدیث - 514
204	حدیث - 515
204	حدیث - 516
205	حدیث - 517
205	حدیث - 518
205	حدیث - 519
206	حدیث - 520
206	حدیث - 521
206	حدیث - 522
207	حدیث - 523
207	حدیث - 524
208	حدیث - 525
208	حدیث - 526
209	بهداشت و سلامت
209	حدیث - 1
209	حدیث - 2
210	حدیث - 3

210	حدیث - 4
211	حدیث - 5
211	حدیث - 6
212	حدیث - 7
213	حدیث - 8
213	حدیث - 9
213	حدیث - 10
214	حدیث - 11
214	حدیث - 12
215	حدیث - 13
215	حدیث - 14
216	حدیث - 15
216	حدیث - 16
216	حدیث - 17
217	حدیث - 18
217	حدیث - 19
218	حدیث - 20
218	حدیث - 21
219	حدیث - 22
219	حدیث - 23
220	حدیث - 24
220	حدیث - 25
221	حدیث - 26
221	حدیث - 27

222	حدیث - 28
222	حدیث - 29
223	حدیث - 30
223	حدیث - 31
224	حدیث - 32
224	حدیث - 33
225	حدیث - 34
225	حدیث - 35
226	حدیث - 36
226	حدیث - 37
227	حدیث - 38
227	حدیث - 39
228	حدیث - 40
228	حدیث - 41
229	حدیث - 42
229	حدیث - 43
229	حدیث - 44
230	حدیث - 45
230	حدیث - 46
231	حدیث - 47
231	حدیث - 48
231	حدیث - 49
232	حدیث - 50
232	حدیث - 51

233.....	حدیث - 52
233.....	حدیث - 53
234.....	حدیث - 54
234.....	حدیث - 55
235.....	حدیث - 56
235.....	حدیث - 57
236.....	حدیث - 58
236.....	حدیث - 59
237.....	حدیث - 60
238.....	حدیث - 61
238.....	حدیث - 62
238.....	حدیث - 63
239.....	حدیث - 64
239.....	حدیث - 65
240.....	حدیث - 66
240.....	حدیث - 67
241.....	حدیث - 68
241.....	حدیث - 69
242.....	حدیث - 70
242.....	حدیث - 71
242.....	حدیث - 72
243.....	حدیث - 73
243.....	حدیث - 74
244.....	حدیث - 75

244	حدیث - 76
245	حدیث - 77
245	حدیث - 78
245	حدیث - 79
246	حدیث - 80
246	حدیث - 81
247	حدیث - 82
247	حدیث - 83
247	حدیث - 84
248	حدیث - 85
248	حدیث - 86
248	حدیث - 87
249	حدیث - 88
249	حدیث - 89
250	حدیث - 90
250	حدیث - 91
250	حدیث - 92
251	حدیث - 93
251	حدیث - 94
252	حدیث - 95
252	حدیث - 96
253	حدیث - 97
253	حدیث - 98
254	حدیث - 99

254	حدیث - 100
255	حدیث - 101
255	حدیث - 102
256	حدیث - 103
256	حدیث - 104
256	حدیث - 105
257	حدیث - 106
257	حدیث - 107
258	حدیث - 108
258	حدیث - 109
259	حدیث - 110
259	حدیث - 111
260	حدیث - 112
260	حدیث - 113
261	حدیث - 114
261	حدیث - 115
262	حدیث - 116
262	حدیث - 117
262	حدیث - 118
263	حدیث - 119
263	حدیث - 120
263	حدیث - 121
264	حدیث - 122
264	حدیث - 123

264	حدیث - 124
265	حدیث - 125
265	حدیث - 126
265	حدیث - 127
266	حدیث - 128
266	حدیث - 129
266	حدیث - 130
267	حدیث - 131
267	حدیث - 132
267	حدیث - 133
268	حدیث - 134
268	حدیث - 135
268	حدیث - 136
269	حدیث - 137
269	حدیث - 138
270	حدیث - 139
270	حدیث - 140
270	حدیث - 141
271	حدیث - 142
271	حدیث - 143
272	حدیث - 145
272	حدیث - 146
273	حدیث - 147
273	حدیث - 148

274	حدیث - 149
274	حدیث - 150
275	حدیث - 151
275	حدیث - 152
276	حدیث - 153
276	حدیث - 154
277	حدیث - 155
277	حدیث - 156
277	حدیث - 157
278	حدیث - 158
278	حدیث - 159
279	حدیث - 160
279	حدیث - 161
280	حدیث - 162
280	حدیث - 163
281	حدیث - 164
281	حدیث - 165
281	حدیث - 166
282	حدیث - 167
282	حدیث - 168
282	حدیث - 169
283	حدیث - 170
283	حدیث - 171
283	حدیث - 172

284	حدیث - 173
284	حدیث - 174
284	حدیث - 175
285	حدیث - 176
285	حدیث - 177
285	حدیث - 178
286	حدیث - 179
286	حدیث - 180
287	حدیث - 181
287	حدیث - 182
288	حدیث - 183
288	حدیث - 184
288	حدیث - 185
289	حدیث - 186
289	حدیث - 187
289	حدیث - 188
290	حدیث - 189
290	حدیث - 190
291	حدیث - 191
291	حدیث - 192
291	حدیث - 193
292	حدیث - 194
292	حدیث - 195
293	حدیث - 196

293	حدیث - 197
294	حدیث - 198
294	حدیث - 199
294	حدیث - 200
295	حدیث - 201
295	حدیث - 202
296	حدیث - 203
296	حدیث - 204
296	حدیث - 205
297	حدیث - 206
297	حدیث - 207
297	حدیث - 208
298	حدیث - 209
298	حدیث - 210
298	حدیث - 211
299	حدیث - 212
299	حدیث - 213
299	حدیث - 214
300	حدیث - 215
300	حدیث - 216
300	حدیث - 217
301	حدیث - 218
301	حدیث - 219
301	حدیث - 220

302	حدیث - 221
302	حدیث - 222
303	حدیث - 223
303	حدیث - 224
304	حدیث - 225
304	حدیث - 226
305	حدیث - 227
305	حدیث - 228
305	حدیث - 229
306	حدیث - 230
306	حدیث - 231
307	حدیث - 232
307	حدیث - 233
308	حدیث - 234
308	حدیث - 235
309	حدیث - 236
309	حدیث - 237
310	حدیث - 238
310	حدیث - 239
310	حدیث - 240
311	حدیث - 241
311	حدیث - 242
311	حدیث - 243
312	حدیث - 244

312	حدیث - 245
312	حدیث - 246
313	حدیث - 247
313	حدیث - 248
313	حدیث - 249
314	حدیث - 250
314	حدیث - 251
315	حدیث - 252
315	حدیث - 253
315	حدیث - 254
316	حدیث - 255
316	حدیث - 256
316	حدیث - 257
317	حدیث - 258
317	حدیث - 259
317	حدیث - 260
318	حدیث - 261
318	حدیث - 262
318	حدیث - 263
319	حدیث - 264
319	حدیث - 265
320	حدیث - 266
320	حدیث - 267
320	حدیث - 268

321	حدیث - 269
321	حدیث - 270
321	حدیث - 271
322	حدیث - 272
322	حدیث - 273
323	حدیث - 274
323	حدیث - 275
323	حدیث - 276
324	حدیث - 277
324	حدیث - 278
324	حدیث - 279
325	حدیث - 280
325	حدیث - 281
326	حدیث - 282
326	حدیث - 283
326	حدیث - 284
327	حدیث - 285
327	حدیث - 286
327	حدیث - 287
328	حدیث - 288
328	حدیث - 289
328	حدیث - 290
329	حدیث - 291
329	حدیث - 292

329	حدیث - 293
330	حدیث - 294
330	حدیث - 295
330	حدیث - 296
331	حدیث - 297
331	حدیث - 298
331	حدیث - 299
332	حدیث - 300
332	حدیث - 301
333	حدیث - 302
333	حدیث - 303
333	حدیث - 304
334	حدیث - 305
334	حدیث - 306
334	حدیث - 307
335	حدیث - 308
335	حدیث - 309
335	حدیث - 310
336	حدیث - 311
336	حدیث - 312
337	حدیث - 313
337	حدیث - 314
337	حدیث - 315
338	حدیث - 316

338	حدیث - 317
338	حدیث - 318
339	حدیث - 319
339	حدیث - 320
340	حدیث - 321
340	حدیث - 322
340	حدیث - 323
341	حدیث - 324
341	حدیث - 325
341	حدیث - 326
342	حدیث - 327
342	حدیث - 328
343	حدیث - 329
343	حدیث - 330
343	حدیث - 331
344	حدیث - 332
344	حدیث - 333
344	حدیث - 334
345	حدیث - 335
345	حدیث - 336
345	حدیث - 337
346	حدیث - 338
346	حدیث - 339
347	حدیث - 340

347	حدیث - 341
347	حدیث - 342
348	حدیث - 343
348	حدیث - 344
348	حدیث - 345
349	حدیث - 346
349	حدیث - 347
350	حدیث - 348
350	حدیث - 349
350	حدیث - 350
351	حدیث - 351
352	بیماریها، دارو و روش درمان
352	حدیث - 1
352	حدیث - 2
353	حدیث - 3
353	حدیث - 4
354	حدیث - 5
354	حدیث - 6
354	حدیث - 7
355	حدیث - 8
355	حدیث - 9
356	حدیث - 10
356	حدیث - 11
357	حدیث - 12

357	حدیث - 13
358	حدیث - 14
358	حدیث - 15
359	حدیث - 16
359	حدیث - 17
359	حدیث - 18
360	حدیث - 19
360	حدیث - 20
361	حدیث - 21
361	حدیث - 22
362	حدیث - 23
362	حدیث - 24
363	حدیث - 25
363	حدیث - 26
364	حدیث - 27
364	حدیث - 28
365	حدیث - 29
365	حدیث - 30
366	حدیث - 31
366	حدیث - 32
367	حدیث - 33
367	حدیث - 34
367	حدیث - 35
368	حدیث - 36

368.....	حدیث - 37
369.....	حدیث - 38
369.....	حدیث - 39
370.....	حدیث - 40
370.....	حدیث - 41
371.....	حدیث - 42
371.....	حدیث - 43
372.....	حدیث - 44
372.....	حدیث - 45
372.....	حدیث - 46
373.....	حدیث - 47
373.....	حدیث - 48
374.....	حدیث - 49
374.....	حدیث - 50
375.....	حدیث - 51
375.....	حدیث - 52
376.....	حدیث - 53
376.....	حدیث - 54
377.....	حدیث - 55
377.....	حدیث - 56
378.....	حدیث - 57
378.....	حدیث - 58
379.....	حدیث - 59
379.....	حدیث - 60

380	حدیث - 61
380	حدیث - 62
381	حدیث - 63
381	حدیث - 64
382	حدیث - 65
382	حدیث - 66
383	حدیث - 67
383	حدیث - 68
384	حدیث - 69
384	حدیث - 70
385	حدیث - 71
385	حدیث - 72
386	حدیث - 73
386	حدیث - 74
386	حدیث - 75
387	حدیث - 76
387	حدیث - 77
388	حدیث - 78
388	حدیث - 79
388	حدیث - 80
389	حدیث - 81
389	حدیث - 82
390	حدیث - 83
390	حدیث - 84

390	حدیث - 85
391	حدیث - 86
391	حدیث - 87
392	حدیث - 88
392	حدیث - 89
393	حدیث - 90
393	حدیث - 91
394	حدیث - 92
394	حدیث - 93
395	حدیث - 94
395	حدیث - 95
396	حدیث - 96
396	حدیث - 97
397	حدیث - 98
397	حدیث - 99
398	حدیث - 100
398	حدیث - 101
399	حدیث - 102
400	حدیث - 103
401	حدیث - 104
401	حدیث - 105
402	حدیث - 106
402	حدیث - 107
403	حدیث - 108

403	حدیث - 109
404	حدیث - 110
404	حدیث - 111
405	حدیث - 112
405	حدیث - 113
406	حدیث - 114
406	حدیث - 115
407	حدیث - 116
407	حدیث - 117
408	حدیث - 118
408	حدیث - 119
408	حدیث - 120
409	حدیث - 121
409	حدیث - 122
410	حدیث - 123
410	حدیث - 124
410	حدیث - 125
411	حدیث - 126
411	حدیث - 127
412	حدیث - 128
412	حدیث - 129
413	حدیث - 130
413	حدیث - 131
414	حدیث - 132

414	حدیث - 133
415	حدیث - 134
415	حدیث - 135
416	حدیث - 136
417	حدیث - 137
417	حدیث - 138
418	حدیث - 139
418	حدیث - 140
418	حدیث - 141
419	حدیث - 142
419	حدیث - 143
419	حدیث - 144
420	حدیث - 145
420	حدیث - 146
421	حدیث - 147
421	حدیث - 148
422	حدیث - 149
422	حدیث - 150
422	حدیث - 151
423	حدیث - 152
423	حدیث - 153
423	حدیث - 154
424	حدیث - 155
424	حدیث - 156

425	حدیث - 157
425	حدیث - 158
425	حدیث - 159
426	حدیث - 160
426	حدیث - 161
426	حدیث - 162
427	حدیث - 163
427	حدیث - 164
427	حدیث - 165
428	حدیث - 166
428	حدیث - 167
429	حدیث - 168
429	حدیث - 169
429	حدیث - 170
430	حدیث - 171
430	حدیث - 172
431	حدیث - 173
431	حدیث - 174
432	حدیث - 175
432	حدیث - 176
433	حدیث - 177
433	حدیث - 178
433	حدیث - 179
434	حدیث - 180

434	حدیث - 181
434	حدیث - 182
435	حدیث - 183
435	حدیث - 184
436	حدیث - 185
436	حدیث - 186
436	حدیث - 187
437	حدیث - 188
437	حدیث - 189
438	حدیث - 190
438	حدیث - 191
438	حدیث - 192
439	حدیث - 193
439	حدیث - 194
439	حدیث - 195
440	حدیث - 196
440	حدیث - 197
440	حدیث - 198
441	حدیث - 199
441	حدیث - 200
441	حدیث - 201
442	حدیث - 202
442	حدیث - 203
442	حدیث - 204

443	حدیث - 205
443	حدیث - 206
443	حدیث - 207
444	حدیث - 208
444	حدیث - 209
444	حدیث - 210
445	حدیث - 211
445	حدیث - 212
445	حدیث - 213
446	حدیث - 214
446	حدیث - 215
447	حدیث - 216
447	حدیث - 217
448	حدیث - 218
448	حدیث - 219
449	حدیث - 220
449	حدیث - 221
449	حدیث - 222
450	حدیث - 223
450	حدیث - 224
450	حدیث - 225
451	حدیث - 226
451	حدیث - 227
452	حدیث - 228

452	حدیث - 229
452	حدیث - 230
453	حدیث - 231
453	حدیث - 232
454	حدیث - 233
454	حدیث - 234
455	حدیث - 235
455	حدیث - 236
455	حدیث - 237
456	حدیث - 238
456	حدیث - 239
457	حدیث - 240
457	حدیث - 241
457	حدیث - 242
458	حدیث - 243
458	حدیث - 244
459	حدیث - 245
459	حدیث - 246
459	حدیث - 247
460	حدیث - 248
460	حدیث - 249
461	حدیث - 250
461	حدیث - 251
461	حدیث - 252

462	حدیث - 253
462	حدیث - 254
463	حدیث - 255
463	حدیث - 256
463	حدیث - 257
464	حدیث - 258
464	حدیث - 259
465	حدیث - 260
465	حدیث - 261
465	حدیث - 262
466	حدیث - 263
466	حدیث - 264
466	حدیث - 265
467	حدیث - 266
467	حدیث - 267
467	حدیث - 268
468	حدیث - 269
468	حدیث - 270
468	حدیث - 271
469	حدیث - 272
469	حدیث - 273
469	حدیث - 274
470	حدیث - 275
470	حدیث - 276

471	حدیث - 277
471	حدیث - 278
471	حدیث - 279
472	حدیث - 280
472	حدیث - 281
473	حدیث - 282
473	حدیث - 283
473	حدیث - 284
474	حدیث - 285
474	حدیث - 286
474	حدیث - 287
475	حدیث - 288
475	حدیث - 289
475	حدیث - 290
476	حدیث - 291
476	حدیث - 292
477	حدیث - 293
477	حدیث - 294
477	حدیث - 295
478	حدیث - 296
478	حدیث - 297
478	حدیث - 298
479	حدیث - 299
479	حدیث - 300

479	حدیث - 301
480	حدیث - 302
481	روانشناسی
481	حدیث - 1
481	حدیث - 2
482	حدیث - 3
482	حدیث - 4
482	حدیث - 5
483	حدیث - 6
483	حدیث - 7
484	حدیث - 8
484	حدیث - 9
484	حدیث - 10
489	فهرست مطالب