Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

دانشگاه علوم پزشکی بابل، نشریه اسلام و سلامت
دوره اول، شماره چهارم، زمستان ۹۳، صفحه: ۴۰-۲۷

اعتبارسنجی محتوایی و سندی احادیث طبی کتاب طب النبی مستغفری

دریافت مقاله: ۹۴/۲/۱۱ پذیرش مقاله: ۹۴/۴/۲۵

سید حسین حسینی کارنامی (PhD)[1*]

۱. گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

*نویسنده مسئول: سید حسین حسینی کارنامی، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

تلفن: ۳۳۵۴۳۶۱۵ ۱۱ ۹۸+
فاکس: ۳۳۵۴۳۶۱۵ ۱۱ ۹۸+
Email: hosin.hosini@gmail.com

چکیده

سابقه و هدف: اشارات پیشوایان اسلام از طب باعث شد که مسلمانان به علم پزشکی روی آورده و در این باره کتبی تالیف نمایند. یکی از کهن‌ترین آن، طب النبی مستغفری است. هدف این مقاله بررسی سندی و دلالی احادیث طبی کتاب مزبور و نیز تطبیق داده‌های آن با یافته‌های علوم پزشکی می‌باشد.

مواد و روش ها: از نوع تحقیق کیفی توصیفی- تحلیلی می‌باشد و شیوه جمع‌آوری مطالب بر اساس شیوه کتابخانه‌ای و جستجو در احادیث پزشکی کتاب طب النبی بوده و آنگاه آموزه‌های حدیثی بر اساس داده‌های علم پزشکی تجزیه و تحلیل تطبیقی شد.

یافته ها: یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که احادیث کتاب طب‌النبی مستغفری در چهار بخش مرتبط به آداب خوردن و آشامیدن، معرفی مطعومات و مشروبات مناسب سلامت جسم، پیشگیری از بیماری و انجام درمان قابل بهره‌برداری است. نیز بررسی دلالی احادیث مزبور نشان می‌دهد که آموزه‌های حدیثی در عرصه‌های چهارگانه فوق منحصر به عصر نبوی نیست، بلکه قابل تعمیم در ازمنه و امکنه گوناگون می‌باشد و در این عصر نیز می‌توان از آن برای ارتقای سلامت و درمان جامعه بهره جست.

نتیجه گیری: مطالعه حاضر نشان می‌دهد که احادیث درمانی در خصوص استشفای به عسل، شیر، انجیر، زیتون و ... از لحاظ سند و دلالت مورد وثوق و پذیرش می‌باشد و یافته‌های علمی هم آن را تایید می‌کند.

واژگان کلیدی: تحلیل سند، تحلیل محتوا، احادیث طبی، طب النبی مستغفری

مقدمه

هر چند قلمرو و گستره بحث تغذیه و بهداشت یک بحث طبی است، اما در قرآن به صورت استطرادی بدان پرداخته شد. یکی از مهم‌ترین آیات در این عرصه آیه «کُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لا تُسْرِفُوا» است که به رعایت تعادل در خوردن و آشامیدن فرمان می‌دهد که مهم‌ترین اصل در پیشگیری به شمار می‌آید. نیز آیه «فَلْیَنْظُرِ الْإِنْسانُ إِلی طَعامِهِ» (۱) که انسان را مکلف می‌کند به غذایی که می‌خورد درست بنگرد و در آن تحقیق کند؛ زیرا بدن انسان مانند زمین است که باید در غذا دادن و آب دادن به آن تدبیر به کار رود و وقتی بدن را با غذا و آشامیدنی‌های گوارا تغذیه و مراقبت کردی سالم می‌ماند و همه اعضای آن وظایف خود را به خوبی انجام می‌دهند (۲). بنابراین، شناخت تغذیه سالم و پاک از منظر وحی در پیشگیری و درمان، امری مهم و ضروری است. این موضوع در مجامع حدیثی نیز به صورت مستقل مورد توجه قرار گرفت. پیشوایان اسلام به مناسبت‌هایی در مورد بهداشت و درمان و خواص بعضی از غذاها، علت حلیت و حرمت برخی از مشروبات و ماکولات مطالبی بیان داشته‌اند که بخش‌هایی از آن روایات منقول، هم اکنون به صورت کتب طب النبی (ص) و طب الائمه (ع) در دست است. به عنوان شاهد می‌توان به این روایات اشاره کرد که فرمود: «لا خیر فی الحیاة الّا مع الصحة»؛ (۳) خیری در زندگی نیست مگر با صحت و سلامتی. «ما گروهی هستیم که تا گرسنه نشدیم نمی‌خوریم و چون خوردیم، سیر نشده از غذا دست بر می‌داریم» (۴). شاید در آن عصر، اسرار این سخنان بر مردم روشن نبود و تنها به عنوان سخنی حکمت آمیز مورد پذیرش قرار می‌گرفت، ولی امروز دانشمندانی مانند «مسترداز انگلیسی» با شگفتی می‌گوید که این سخن محمد (ص) اساس و پایه‌ای است که علم بهداشت بر آن بنیان گذارده شده است و پزشکان امروز با تمام مهارتی که دارند نمی‌توانند سخنی گرانبهاتر از آن بگویند (۵). می‌توان گفت که آنچه از قرآن و نیز پیامبر اسلام (ص) درباره طب روایت شده بهترین علاج بیماری‌ها است چون آن حضرت این سخنان را از کسی استفاده کرده که بیماری و دوا را پدید آورده و مرض و شفا را مقدر کرده است. نیز امام رضا (ع) فرمود: «انا وجدنا ان ما احل الله فقیه صلاح العباد و بقاءهم لهم الیه الحاجه و وجدنا المحرم من الاشیاء بالعباد الیه و وجدنا مفسدا ...» (۶)؛ علت اینکه خداوند استفاده و مصرف برخی از مواد غذایی را برای بندگان حلال و بلامانع شمرده، همانا به جهت اسباب سلامتی و حیات و نیاز بدن به آن بوده است، چه اینکه علت استفاده و مصرف برخی از مواد غذایی را تحریم و منع نموده به خاطر این است که اثرهای مخرب به بدن دارد و ضرورت و نیاز به مصرف آن نیست (۷). نیز نقل شد که بدن مانند یک زمین و بستر پاک می‌باشد و وقتی آن زمین را آباد کردی و آبیاری نمودی و به میزانی که نیاز دارد آب دهی، مسلماً آن زمین آباد می‌ماند و زراعت آن زیاد می‌شود و محصول آن خوب و پاکیزه می‌شود و اگر از عمران و آبادانی آن غفلت ورزیدی آن زمین فاسد می‌گردد و علف و گیاهی در آن نمی‌روید. بدن نیز مانند این زمین است که باید در غذا دادن و آب دادن به آن تدبیر به کار رود و وقتی بدن را با غذا و آشامیدنی‌های گوارا تغذیه و مراقبت کردی سالم می‌ماند و همه اعضای آن وظایف خود را به خوبی انجام

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

می‌دهند (۲). همچنین این مقوله مطمع نظر دانشمندان اسلامی نیز قرار گرفت. از همان قرون اولیه اسلامی تاکنون در این باب کتب فراوانی ترجمه و تألیف شد. از کتاب‌های مهم طبی می‌توان از فردوس الحکمه تألیف علی بن ربن طبری و کتاب‌های متعدد محمد زکریای رازی مانند الحاوی و الطب المنصوری و من لا یحضره الطبیب و نیز کتاب‌های ابن سینا مانند قانون نام برد (۵).

نیز در زمان مأمون عباسی، هشتاد جلد کتاب طبی که بیشتر آنها از جالینوس و بقراط بود به عربی ترجمه شد که از جمله آن می‌توان به این کتب اشاره کرد: مرض‌های حاد و اپیدمی به ترجمه عیسی بن یحیی، تشریح رحم به ترجمه حبیش الاعسم، آب و هوا و طبیعت انسان و نیروی غذاها، پزشک و فیلسوف به ترجمه حنین بن اسحق و پادزهر به ترجمه ابن بطریق اشاره کرد. پس از مرحله ترجمه، دانشمندان اسلامی، خود به تألیف کتاب‌های طبی پرداختند و ابتکارات و نوآوری‌های خود را به رشته تحریر در آورده که تعداد آن تا چهل کتاب می‌رسد (۸).

افزون بر این آثار تخصصی، کتب روایی نیز تدوین شد که کتاب الطب النبوی اثر ابن السنی دینوری (م ۳۶۳)، کتاب طب النبی اثر ابو العباس جعفر بن محمد مستغفر نسفی (م۴۳۲)، کتاب الطب النبوی ابو نعیم اصفهانی (م ۴۳۲)، کتاب الاحکام النبویّهٔ فی الصناعهٔ الطبّیهٔ ابو الحسن حموی (م ۷۲۰)، کتاب الطب النبوی اثر شمس الدین ذهبی (م ۷۴۸) از زمره آن است. بنا به گفته علامه آقا بزرگ تهرانی، رساله ذهبیه امام رضا (ع) اولین آنها است (۹). همچنین در مجامع حدیثی الکافی، المحاسن، الدعوات، مکارم‌الأخلاق، وسائل‌الشیعه، مستدرک الوسائل و بحار الانوار، عناوینی مانند کتاب طب، کتاب اطعمه و اشربه، باب صحت و سلامت و ... گشوده شد و احادیث طبی به صورت گسترده‌ای آورده شد. در سال‌های اخیر نیز کتاب‌هایی در این باب تالیف شد.

مع الوصف، در هیچ یک از این منابع به تحلیل سند و محتوای این احادیث اهتمام نشده است و بیشتر تلاش بر نقل بوده است. این پژوهش به این کاستی توجه نموده و در گام نخست مشخصاً به اعتبارسنجی سندی و دلالی احادیث طبی علاجی مرتبط با عسل، شیر، انجیر، زیتون، خرما، انگور، انار از کتاب طب النبی مستغفری پرداخته است که تاکنون از این نگاه مورد تحلیل و ارزیابی قرار نگرفته است. بنابراین پرسش اصلی تحقیق این است: آیا احادیث طبی کتاب طب النبی مستغفری از نگاه رجالی و درایی از سند و محتوای معتبری برخوردارند؟ و آیا این احادیث، منشأ وحیانی دارد که در این فرض این روایات متیقن و قطعی و قابل عمل است و یا آنکه صدور این احادیث در اثر تجربه در باره طب و بهداشت و منحصر به عصر و محیط خاص جغرافیایی گرمسیری حجاز بوده که در این صورت، این دست از آموزه‌ها فاقد اعتبار در تعمیم خواهد بود و عمل به آنها نیز الزامی نمی‌باشد. پیرامون این چالش بین علمای اسلامی اختلاف است و دو دیدگاه عمده وجود دارد. هر چند روایات طبی مانند روایات در سایر عرصه‌ها همچون احکام از نظر میزان درجه اعتبار منبع و اسناد آن، دارای مراتب مختلفی است، لکن به اعتقاد نگارنده روایات، صحیح السند فراوانی در این عرصه وجود دارد که دلالت آنها نیز با داده‌های علوم پزشکی سازگار است و قابل تعمیم می‌باشد.

مواد و روش ها

پژوهش حاضر از نوع تحقیق کیفی توصیفی- تحلیلی و شیوه استخراج اطلاعات و جمع‌آوری مطالب بر اساس شیوه کتابخانه‌ای و با بهره‌گیری از قرآن کریم و احادیث اسلامی و کتب تالیف شده در باب احادیث پزشکی و مشخصاً کتاب طب النبی (ص)، اثر ابوالعباس مستغفری انجام گرفت. برای انجام این تحقیق نخست تمام روایات کتاب طب النبی مستغفری مطالعه و بررسی و در چهار بخش احادیث مرتبط به آداب خوردن و آشامیدن، احادیث معرفی مطعومات و مشروبات مناسب سلامت جسم، احادیث پیشگیری از بیماری و احادیث مرتبط به علاج و درمان بیماری دسته‌بندی شد و آنگاه بررسی سندی و به دنبال آن تحلیل دلالی صورت گرفت و با داده‌های علمی در حوزه علوم پزشکی تطبیق داده شد. با توجه به اهمیت سلامت و تاکید آموزه‌های اسلامی بر آن، این پژوهش به دنبال آن است که از معارف حدیثی معصومین (ع) در ارتقای فرآیند سلامت بهره گیرد.

یافته ها

۱. گونه های روایات طبی از منظر اعتبارسنجی سند و

دلالت: طب النبی مجموعه‌ای از احادیث پیامبر اکرم (ص) درباره امور پزشکی و بهداشت و سلامت جسمی و روانی می‌باشد. برخی از علمای اسلامی معتقدند که پیامبر برای طبابت مبعوث نشد و چون منشأ احادیث پزشکی وحی نیست لذا عمل به آنها نیز الزامی نمی‌باشد. چنانچه امثال ابن خلدون گفته‌اند؛ ایشان به عنوان یک انسان ساکن در سرزمین حجاز که ممکن است در اثر تجربه درباره طب و بهداشت اطلاعاتی داشته باشد، در این زمینه آموزه‌هایی را در دسترس قرار داده است که در این صورت، این دست از آموزه‌ها فاقد اعتبار خواهند بود (۱۰). در عین حال برخی دیگر بر این باورند که فرق طب النبی با طبابت پزشکان در این است که اولی متیقن و قطعی و از وحی الهی و کمال عقل صادر شده است. پیامبر (ص) با حیثیت پیامبری و در مقام تشریع سخنانی را در باب طب و بهداشت ارایه کرد که در این صورت گفتار ایشان در این زمینه به مثابه گفتار ایشان در سایر حوزه‌های دینی همچون عبادات معتبر خواهد بود. به عبارت روشن‌تر بین علمای اسلامی اختلاف است که آیا معیار حجیت روایات طبی تعبد محض است یا تجربه محض؟

روایات طبی به سان روایات در سایر عرصه‌های دینی همچون عقاید، اخلاق و احکام از نظر میزان درجه اعتبار منبع و نیز چند و چون اسناد آنها دارای مراتب مختلفند که می‌توان آن را به چند دسته تقسیم کرد:

دسته اول: برخی از روایات طبی دارای صحت سند می‌باشد و در منابع اصیل نیز آمده‌اند و محتوای آن نیز مورد پذیرش است. البته اگر اثبات شود که متن آنها با یکی از دستاوردهای قطعی علم دارای تضاد و تناقض است در این صورت علی‌رغم صحت سند، باید روایت را کنار گذاشت و حکم نمود که چنین روایتی به اشتباه به معصوم نسبت داده شده است؛ زیرا معصوم هرگز گفتاری مخالف آنچه واقع و حقیقت است بیان نمی‌کند. به عبارت روشن‌تر هرگز میان آموزه‌های دینی و علمی تناقض راه نمی‌یابد. به عنوان مثال برای قسم اول می‌توان به روایت مستند از امیرالمومنین (ع) اشاره کرد که در یک مجلس ۴۰۰ مورد از مسائل مرتبط با بهداشت و درمان را بیان

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

فرمود که برخی از آنها مشابه احادیث نبوی مندرج از کتاب طب النبی مستغفری می‌باشد: «أَبِی عَنْ سَعْدٍ عَنِ الْیَقْطِینِیِّ عَنِ الْقَاسِمِ بْنِ یَحْیَی عَنْ جَدِّهِ الْحَسَنِ بْنِ رَاشِدٍ عَنْ أَبِی بَصِیرٍ وَ مُحَمَّدِ بْنِ مُسْلِمٍ عَنْ أَبِی عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ حَدَّثَنِی أَبِی عَنْ جَدِّی عَنْ آبَائِهِ ع أَنَّ أَمِیرَ الْمُؤْمِنِینَ ع عَلَّمَ أَصْحَابَهُ فِی مَجْلِسٍ وَاحِدٍ أَرْبَعَمِائَةِ بَابٍ مِمَّا یَصْلُحُ لِلْمُؤْمِنِ فِی دِینِهِ وَ دُنْیَاهُ قَالَ ع ...» (۱۱). چنین روایاتی در عالی‌ترین درجه اعتبار سند و مقبولیت قرار دارند.

دسته دوم: دسته‌ای که دارای ضعف سند و یا فاقد سند اند و به خاطر ارسال و قطع سند، یا ضعف یکی از راویان در حوزه عقیده واخلاق دچار ضعف‌اند. این دست از روایات قابل عمل و استناد نیستند. زیرا تنها راه باورمندی به متون روایات طبی انتساب آنها به معصوم است و با وجود ضعف سند روایت، انتساب آن به معصوم مخدوش است. مگر آن که متن چنین روایتی از هر جهت با دستاوردهای قطعی علم هماهنگ باشد که در این صورت می‌توان به صحت آن تن داد.

دسته سوم: شماری دیگر از روایات طبی مجعول و بسان برخی دیگر از عرصه‌های سنت همچون اعتقادات، از سوی مخالفان و معاندان به هدف تخریب باورهای دینی مردم جعل و بر ساخته شده‌اند. در منابعی که معرفی روایات مجعول اختصاص یافته موارد قابل توجهی از این دست از روایات بر شمرده شده است نظیر روایت ذباب که در آن به خاطر شفابخشی بال مگس به شناور ساختن آن در غذا به هنگام افتادن در غذا توصیه شده است یا روایتی که از شفا بخشی بادنجان نسبت به همه بیماری‌ها سخن به میان آمده است. مردود بودن این دست از روایات جای هیچ گونه تردیدی ندارد (۱۲).

شیخ صدوق نیز در تحلیل جامع و دقیقی در این باب می گوید: اعتقاد ما در باب احادیثی که در طب وارد شده این است که آنها بر چند وجه است: برخی از روایات ناظر به اقلیم جغرافیایی خاص گرمسیر همانند حجاز وارد شده است که آن هم برای آن شرایط مورد پذیرش قطعی است و استعمال آن در غیر آن اقلیم جائز نیست. قسمی دیگر بنا بر آنچه که معصوم از آن بیماری و از طبیعت شخص مُعیّن فرد شناخته، آن را فرمود، ولی مکان تجاوز از آن شخص را اعتبار نفرمود. بخش دیگر روایاتی است که مخالفان در کتاب‌ها جعل کرده‌اند تا هویت و صورت مذهب حق را در نظرها زشت نمایند. برخی از روایات نیز دچار توهم یا سهو شخص راوی شده و یا در خاطر و ذهن راوی ناتمام و ناقص مانده و همان گونه نقل شد و بالنهایه دسته‌ای مانند روایات وارده در باب عسل که شِفاء هر دردی است (۱۳)، حدیث صحیح می‌باشد (۱۴). به اعتقاد نگارنده، روایات معتبر فراوانی در این عرصه وجود دارد که دلالت آنها با داده‌های علوم پزشکی نیز سازگار است. این روایات عصری نبوده و در تمام زمان‌ها برای سلامت معنوی و جسمی، پیشگیری و درمان و علاج بیماری قابل تعمیم است.

۲. نگاهی به کتاب طب النبی مستغفری: کتاب طب النبی (ص) نوشته ابوالعباس، جعفر بن محمد بن معتز بن محمد بن مستغفر نسفی سمرقندی نخشبی حنفی، معروف به ابوالعباس مستغفری، متوفای ۴۳۲ هجری قمری است. همچنان که از نامش پیدا است، این کتاب در موضوع طب و به زبان عربی است و قواعد طب را از طریق سنت نبوی بیان می‌کند. این کتاب ۳۲ صفحه و دارای ۱۵۸ روایت نبوی گردآوری شده است که موضوع همه آنها طب و سلامة الأبدان است و اکثر آنها روایات کوتاهی است که از یکی دو سطر تجاوز نمی‌کند. در باب ارزش این کتاب باید گفت که کتاب «طب النبی» در میان علمای شیعه مشهور است و بسیار سفارش به مطالعه آن شده و خواجه نصیر الدین طوسی از وی تعبیر به «شیخ» و «امام» می‌کند. همچنین محقق طوسی، در کتاب آداب المتعلمین از آن نام برده و می‌گوید: «از جمله علومی که لازم است انسان یاد بگیرد طب است و در این زمینه استفاده از کتاب امام، ابوالعباس مستغفری به نام طب النبی (ص) بسیار نیکو است». نیز این کتاب یکی از مآخذ بحار الانوار است که علامه مجلسی آن را به صورت کامل در جلد ۵۹ بحار الانوار تحت عنوان باب ۸۹ نوادر، آورده و در آغاز می‌نویسد: «نورد فیه کتاب طب النبیّ المنسوب إلی الشیخ أبی العباس المستغفری» (۱۱) وی پس از نقل کامل تمام احادیث آن کتاب، به تحلیل کلی آن احادیث در چند سطر پرداخته است.

تنها شرحی که بر این کتاب یافت شده چنان‌که علامه آقا بزرگ تهرانی نیز در الذریعه اشاره کرده، از مرحوم خاتون آبادی است. در هر حال کتاب طب النبی مستغفری در یک جلد از سوی انتشارات رضی در قم در سال ۱۳۶۲ شمسی چاپ شد و متن دیجیتال آن نیز در نرم افزار جامع الاحادیث شیعه، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی قم درج گردیده است. سه نکته در باب این کتاب قابل دقت است:

نکته اول: مستغفری که قصدش تهیه کتابی طبی بوده، تنها متن روایات را نقل نموده و اسناد همه آنها را حذف کرده و تمام روایات آن مرسل است و به ذکر قال (ص) و قال رسول اللّه (ص)، اکتفا نموده است. در آغاز کتاب تحت عنوان المدخل آمده: «هَذِهِ الرِّسَالَةُ الْمَوْسُومَةُ بِطِبِّ النَّبِیِّ ص وُجِدَتْ بِحَذْفِ الْأَسَانِیدِ مَکْتُوبَةً... ؛ این رساله‌ای است که «طب النبی» نامیده می‌شود با حذف اسناد دیدم که چنین نوشته شده است». به همین جهت این اثر یک کتاب روایی معتبر محسوب نمی‌شود، گرچه بزرگانی همچون علامه مجلسی، که قائل است به اینکه در بحار تنها روایات معتبر و مورد اعتماد را نقل می‌کند، تمام این کتاب را در بحار الانوار نقل کرده است.گفتنی است بسیاری از این روایات را هم می‌توان در منابع شیعی یافت و هم می‌توان سند آن را پیدا نمود یعنی روایت مسند به همین مضمون یافت می‌شود. به عنوان نمونه حدیث «کُلْ وَ أَنْتَ تَشْتَهِی وَ أَمْسِکْ وَ أَنْتَ تَشْتَهِی؛ بخور! در حالی که اشتها داری، و [از خوردن] دست بردار! در حالی که [هنوز] اشتها داری» که در کتاب مورد بحث آمده است، در منابع شیعی نیز این حدیث با همین متن از مستغفری نقل شده است (۱۵-۱۱). لکن مشابه این حدیث از نظر محتوا و در تعیین حد برای خوردن طعام در روایات شیعی بازگو شده است. به عنوان مثال در کتاب بشارت المصطفی آمده است: «عماد الدین الطبری فی بشارة المصطفی: عن أبی البقاء ابراهیم بن الحسین البصری، عن أبی طالب محمد بن الحسن بن عتبة، عن أبی الحسن محمد بن الحسین بن أحمد عن محمد بن وهبان، عن علی بن أحمد العسکری، عن أحمد بن المفضل أبی سلمة، عن أبی علی راشد بن علی القرشی، عن عبد الله بن حفص المدنی، عن محمد بن اسحاق، عن سعد عن زید بن ارطاة ، عن کمیل بن زیاد، عن أمیر المؤمنین (ع) فی وصیة له طویلة – قال: یا کمیل، ... لا ترفعنّ یدک من الطّعام الا و انت تشتهیه فاذا فعلت ذلک فانت تستمرئه (۱۶) دست از غذا مکش، مگر در حالی که هنوز میل به آن داری؛ پس اگر این

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

کار را کردی، آن [غذا] را گوارا و دل پذیر خواهی یافت». نیز حضرت علی (ع) خطاب به فرزندش، امام حسین (ع) دستورالعملی بهداشتی صادر می‌کند که هر کس آن را به کار گیرد، هرگز نیازی به طب پیدا نخواهد کرد. وی می‌فرماید: «یا بنیّ الا اعلّمک اربع خصالٍ تستغنی بها عن الطّبّ؟ – فقال: بلی یا امیرالمؤمنین. – قال: لا تجلسْ علی الطّعام الا و انت جائعٌ و لا تقمْ عن الطّعام الا و انت تشتهیه وجوّد المضغ و اذا نمت فاعرض نفسک علی الخلا فاذا استعملت هذه استغنیت عن الطّب (۱۶)؛ ای پسرجان! آیا به تو چهار خصلت یاد ندهم که به سبب آن از طب بی‌نیاز شوی؟ امام حسن (ع) عرض کرد: آری [یاد بده] ای امیر مؤمنان. فرمود: اول این که بر سر سفره غذا منشین، مگر در حالی که گرسنه‌ای؛ و دوم این که از سر سفره غذا بر مخیز، مگر در حالی که هنوز به آن میل داری؛ و سوم این که خوب غذا را بجو؛ و چهارم این که هرگاه خواستی بخوابی به توالت برو؛ پس هرگاه این چهار عمل را انجام دهی، از طب بی‌نیاز خواهی شد».

و یا به عنوان مثال دوم روایت «الْمَعِدَةُ بَيْتُ كُلِّ دَاءٍ وَ الْحِمْيَةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ فَأَعْطِ نَفْسَكَ مَا عَوَّدْتَهَا» در عَوَالِی اللآلی همین روایت را از پیامبر مرسلاً نقل نموده است (۱۷). محدث نوری نیز مضمون این روایت را بدون سند و مرسلاً در مستدرک از امام علی (ع) این گونه آورده‌اند: «وَ فِي دَعَوَاتِهِ، قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ ع الْمَعِدَةُ بَيْتُ الْأَدْوَاءِ وَ الْحِمْيَةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ لَا صِحَّةَ مَعَ النَّهَمِ» (۱۵). نیز هم او از امام هفتم (ع) با اندکی تفاوت این گونه آورده است: «وَ عَنِ الْعَالِمِ ع قَالَ الْحِمْيَةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ وَ الْمَعِدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ وَ عَوِّدْ بَدَناً مَا تَعَوَّدَ» (۱۵) لکن محدث شهیر شیعی شیخ صدوق در علل الشرائع در ضمن حدیثی طولانی از امام صادق (ع) این روایت را مسند آورده است که سند آن چنین است: «[علل الشرائع] محمد بن إبراهيم بن إسحاق الطَّالَقَانِيُّ عَنِ الْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ الْعَدَوِيِّ عَنْ عَبَّادِ بْنِ صُهَيْبٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ عَنِ الرَّبِيعِ صَاحِبِ الْمَنْصُورِ قَالَ حَضَرَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ الصَّادِقِ ع مَجْلِسَ الْمَنْصُورِ يَوْماً وَ عِنْدَهُ رَجُلٌ مِنَ الْهِنْدِ يَقْرَأُ كُتُبَ الطِّبِّ فَجَعَلَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ الصَّادِقُ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ ع يُنْصِتُ لِقِرَاءَتِهِ ...» (۱۸-۱۳).

نکته دوم: مؤلف به جهت اختصارِ کتاب و وحدت موضوع، آن را فصل بندی نکرده و از ابتدای کتاب با عبارت قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله شروع نموده و با همان سیاق نیز کتاب را به اتمام رسانده است. تنها نکته در سیاق کتاب این است که اولین روایات کتاب روایاتی جامع و قواعدی کلی است و از اواسط کتاب، روایات موردی، که درباره غذای خاص و یا اثری خاص است شروع شده است. وی در آغاز کتاب، نخست به موضوع درد و درمان اشاره کرد که خدا هر دردی را آفرید درمان آن را نیز آفرید. وی به دو حدیث از پیامبر (ص) اشاره نموده که فرمود: «مَا خَلَقَ اللَّهُ تَعَالَى دَاءً إِلَّا وَ خَلَقَ لَهُ دَوَاءً إِلَّا السَّامَ؛ خداوند مرضی را نیافریده مگر این که برای آن دوایی آفریده است مگر مرگ». نیز فرمود: « الَّذِي أَنْزَلَ الدَّاءَ أَنْزَلَ الشِّفَاءَ ؛ کسی که بیماری را نازل کرده، دوا را هم نازل کرده است». آنگاه ۱۵۶ حدیث نبوی را بدون هیچ تبویب و دسته‌بندی آورده است.

نکته سوم: اینکه به نظر علامه مجلسی اکثر روایات این کتاب از طریق عامه نقل شده است. مذهب مؤلف کتاب دقیقاً مشخص نیست. علامه مجلسی و شیخ طوسی او را شیعه می‌دانند، اما صاحب ریاض احتمال حنفی بودن او را تقویت کرده است.

۳. تقسیم‌بندی احادیث طبی کتاب مستغفری: در این پژوهش پس از بررسی دقیق مجموعه احادیث طبی مندرج در این اثر، آن را به چهار بخش (به جز چند روایت که مربوط به احتکار و پرهیز از اسراف بود و ارتباط به این اقسام چهارگانه نداشت) به شرح زیر تقسیم نموده و به روایات مربوطه اشاره می‌نماییم. البته این چهار دسته از روایات نیز به نوبه خود به روایات طبی توصیفی و روایات طبی دستوری قابل تقسیم‌اند. مثلاً توصیف و اخبار از گرمی مزاج در سلامتی و طول عمر و سردی در بیماری و ریشه امراض بودن: «بَشِّرِ الْمَحْرُورِينَ بِطُولِ الْعُمُرِ» و یا «أَصْلُ كُلِّ دَاءٍ الْبُرُودَةُ». سپس بر حسب مجال این مقاله به بررسی سندی و دلالی پاره‌ای از روایات بخش چهارم می‌پردازیم.

الف. بخشی از این روایات به آداب غذا خوردن مربوط است، مانند: غذا خوردن با جماعت و به صورت جمعی و با افراد بیشتر، چنانچه فرمود: «دوست داشتنی‌ترین طعام نزد خدا طعامی است که دست‌های بسیاری سوی آن دراز شود». نیز فرمود: «با هم غذا بخورید و متفرق نشوید که برکت در جماعت است». خوردن غذا با خادمان و کارگران، فرمود: «خوردن همراه با خادمان از تواضع است، پس هر کس با آنان غذا بخورد، بهشت مشتاق او می‌شود». غذا را با دست و با سه انگشت خورن، چنانچه فرمود: «خوردن با یک انگشت، خوردن شیطان است و با دو انگشت خوردن عیاران است و با سه انگشت، خوردن پیامبران است». آب را ایستاده ننوشیدن، چنانچه فرمود: «هیچ یک از شما ایستاده آب نخورد و اگر خورد برگرداند».

درآوردن کفش به هنگام خوردن غذا، چنانچه فرمود: «وقتی غذا می‌خورید کفش‌های خود را درآورید که آن باعث راحتی پاهای شما و یک سنت زیباست». پرهیز از خوردن طعام در کوچه و بازار، فرمود: «خوردن در بازار از پستی است». خوردن غذا با اشتها و میل خانواده، فرمود: «مؤمن با اشتهای خانواده‌اش غذا می‌خورد و منافق خانواده‌اش با اشتهای او غذا می‌خورد». خوردن غذا از آنچه که مقابل اوست و همراهی دیگران تا پایان اطعام، فرمود: «وقتی غذایی گذاشته شد، پس آنچه را که مقابل اوست بخورد و بالای آن را نخورد و چون برکت از بالای آن می‌آید و هیچ یک از شما از پیش غذا بلند نشود و دست خود را از آن نکشد مگر بعد از آنکه دیگران دست خود را کشیدند اگرچه سیر شده باشد چون این کار باعث خجالت همنشین می‌شود».

پرهیز از بریدن گوشت با چاقو در سفره: «گوشت را در سفره با چاقو نبرید که آن از کارهای عجم‌هاست و آن را با دندان بخورید که گواراتر و بهتر است». یا آنکه فرمود: «برکت در وسط طعام است پس از کناره‌های آن بخورید و از وسط آن نخورید» (هر فردی از جایی که طعام به او نزدیک‌تر است شروع کند). خوردن غذای حلال و پاک و پرهیز از غذای حرام، فرمود: «شیطان یاران خود را می‌خواند و می‌گوید بر شما باد گوشت و مسکر و نای (یک نوع آلت موسیقی) که من مجموعه شرها را جز در آنها نیافتم. و فرمود: هر کس میوه را به تنهایی بخورد به او ضرر نمی‌رساند». نبریدن نان با چاقو، فرمود: «نان را با چاقو نبرید و آن را گرامی بدارید که خدا آن را گرامی داشته است».

ب. بخشی دیگری از این احادیث به معرفی مطعومات و مشروبات و میوه‌جات مناسب پرداخته است، مثل: معرفی آب و نان به عنوان سرور اطعمه،

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

«سرور نوشیدنی‌های دنیا و آخرت آب است». معرفی گوشت به عنوان برترین خورشت: بهترین خورشت در دنیا و آخرت گوشت است. نیز فرمود: «هر کس چهل روز گوشت نخورد اخلاقش بد می‌شود». یا فرمود: «هر کس چهل روز گوشت نخورد قلب او قساوت می‌گیرد». البته گوشت گوسفند را ترجیح بر گوشت گاو داده‌اند و فرمود: گوشت گاو بیماری و شیر آن دواست و گوشت گوسفند دوا و شیر آن بیماری است. معرفی برنج به عنوان رئیس غذاها: «برنج در میان غذاها مانند رئیس در میان قوم است و من در میان پیامبران مانند نمک در غذا هستم». توصیه به خوردن میوه نوبر و پرهیز از خوردن میوه در خارج از فصل آن: «بر شما باد میوه‌ها به هنگام نوبر آن که آن بدن‌ها را سالم می‌کند و غم‌ها را برطرف می‌سازد و آنها را به هنگام تمام شدن رها کنید که آن بیماری برای بدن‌هاست».

معرفی انگور، خرما، خربزه، لیمو، انجیر به عنوان بهترین میوه‌ها و محبوب پیامبر، «بهترین غذای شما نان و بهترین میوه شما انگور است». «پیامبر از میوه‌ها انگور و خربزه را دوست می‌داشت». نیز فرمود: «نوح از غصه به خدا شکایت کرد به او وحی شد که انگور بخورد که انگور غصه را از بین می‌برد». فرمود: وقتی زنی بچه‌ای به دنیا آورد نخستین چیزی که آن زن می‌خورد رطب و خرمای شیرین باشد، زیرا که اگر بهتر از آن چیزی بود، خداوند به مریم وقتی عیسی را به دنیا آورد، می‌داد و فرمود: خانه‌ای که در آن خرما نباشد، در واقع طعامی در آن نیست و فرمود: خرما را با آب دهن بخورید که کرم را می‌کشد و فرمود: چه خوب است که مؤمن سحری خرما بخورد و فرمود: هر وقت رطب آمد به من تهنیت بگویید و هر وقت رطب رفت به من تسلیت بگویید و فرمود: هر کس خرما داشته باشد، با آن افطار کند و اگر خرما نداشته باشد با آب افطار کند که آن پاک‌کننده است. فرمود: بر شما باد لیمو که آن قلب را نورانی می‌کند و بر عقل می‌افزاید و فرمود: انگور را دانه دانه بخورید که گواراتر است.

خوردن هلیله سیاه، «بر شما باد هلیله سیاه که آن از درخت بهشتی است طعم آن تلخ است ولی در آن شفای هر دردی است». نیز فرمود: بهترین چیزی که روزه‌دار با آن افطار می‌کند، کشمش و خرما و یا یک چیز شیرین است. توصیه به خوردن سبزیجات به صورت عام و خصوصاً استفاده از کرفس و کاسنی، بادمجان، سرکه: «سفره‌های خود را با سبزی زینت دهید که خوردن آن همراه با گفتن بسم اللّه، شیاطین را می‌راند». «کرفس سبزی پیامبران است» نیز فرمود: «بر شما باد کرفس که اگر چیزی عقل را بیافزاید، همان است». نیز فرمود: «هر کس سرکه بخورد، فرشته‌ای به پا می‌خیزد و برای او استغفار می‌کند تا وقتی که از آن فارغ شود». بادمجان بوته بهشتی: «زیاد بادمجان بخورید که آن درختی است که در بهشت دیده‌ام، پس هر کس آن را با این قصد بخورد که بیماری‌آور است بیماری می‌آورد و هر کس با این قصد بخورد که دواست دوا می‌شود». « هیچ برگی از کاسنی نیست مگر اینکه بر آن قطره‌ای از آب بهشت است».

ج. بخشی از این احادیث جنبه پیشگیری از بیماری را دارد، همانند: پرهیز از پرخوری، چنانچه فرمود: هر کس به خوردن زیاد طعام و آب عادت کند قلب او قساوت می‌گیرد. نیز فرمود: «معده، خانه بیماری و پرهیز، سرآمد هر دو است و به نفس خود آنچه را که عادت داده‌ای بده». پرهیز از خوردن طعام داغ و استفاده از غذا پس از سرد شدن، چنانچه فرمود: «طعام را سرد کن که طعام داغ برکت ندارد». مراعات اوقات غذا به ویژه در هنگام سحر و صبح و پرهیز از خوردن غذا در شب، چنانچه فرمود: «برکت در سه چیز است: جماعت، سحور و ترید» و یا فرمود: «سحری بخورید که در آن برکت است». نیز فرمود: «بر خلاف اهل کتاب سحری بخورید». استفاده از حنا برای درمان سردرد، تقویت نور چشم و تقویت قوه باه، «خداوند برای ما خوشایندتر از حنا گیاهی نیافریده است». فرمود: حنا خضاب اسلام است، عمل مؤمن را زیاد می‌کند و سردرد را از بین می‌برد و به چشم، تیزی می‌بخشد و بر جماع می‌افزاید و آن سرور گیاهان در دنیا و آخرت است. معرفی حجامت به عنوان راهکار مداوای بیماری، فرمود: «در شبی که به معراج رفتم به هیچ فرشته‌ای نمی‌گذشتم مگر اینکه می‌گفت: ای محمد امت خود را به حجامت کردن دستور بده و بهترین چیزی که با آن بیماری‌ها را مداوا می‌کنید حجامت کردن و سیاه دانه و جوز است».

د. بخش چهارم احادیث علاجی که به مقوله درمان اشاره می‌نماید، مثل آنکه: خلال کردن دندان پس از طعام موجب سلامت آن می‌شود: «پس از خوردن طعام خلال کنید و دهانتان را با آب بشویید که باعث سالم بودن دندان‌ها می‌شود». نیز فرمود: «خلال کنید که آن از نظافت است و نظافت از ایمان است و ایمان با صاحب خود در بهشت است». خوردن غذا با چوب به جای دست و یا فلزی دیگری مثل قاشق استیل باعث ایمنی از درد کلیه می‌گردد: هر کس (در غذا خوردن) از دو چوب استفاده کند، از درد دو کلیه در امان خواهد بود. خوردن نمک قبل از غذا، فرمود: «سه بار نمک خوردن پیش از غذا از فرزند آدم هفتاد و دو نوع بلا را می‌گرداند که از جمله آنها است جنون و جذام و برص». نیز فرمود: «سرور خورشت‌های شما نمک است». «هر کس پیش از هر چیز نمک بخورد سیصد و سی نوع بلا از او دفع می‌شود که آسان‌ترین آنها جذام است» و «با نمک شروع کنید که آن دوای هفتاد درد است».

نوشیدن آب به صورت مکیدن، فرمود: «وقتی میل به آب داشتید آن را به صورت مکیدن بخورید و پی در پی نخورید». نیز فرمود: «پی در پی خوردن باعث تشنگی می‌شود». نهی از خوردن مغز استخوان، فرمود: «بدترین امت من کسانی هستند که مغز استخوان را بخورند». توصیه به خوردن گوشت شتر، فرمود: بر شما باد به خوردن گوشت شتر بر خلاف یهود (که نمی‌خورند). پخت گوشت با شیر جهت درمان ضعف جسمی: «خداوند به یکی از پیامبران خود که از ضعف شکایت کرده بود، وحی کرد که گوشت را با شیر بپزد که شفا و برکت در آنهاست». استفاده از روغن بنفشه که در تابستان، سرد و در زمستان، گرم است: «با روغن بنفشه خود را چرب کنید که آن در تابستان، سرد و در زمستان، گرم است». «برتری روغن بنفشه بر سایر روغن‌ها مانند برتری اسلام بر سایر ادیان است».

نوشیدن شیر دارای آثاری چون کاهش حرارت قلب، تقویت قوه باه، افزایش حافظه، جلا دادن چشم است، فرمود: بر شما باد شیر که آن حرارت را از قلب برطرف می‌کند همان گونه که انگشت، عرق را از پیشانی برطرف می‌کند و نیز خوردن شیر، پشت را محکم می‌کند و بر عقل می‌افزاید و ذهن را ذکاوت می‌دهد و چشم را جلا می‌بخشد و فراموشی را از بین می‌برد. استفاده زن حامله از شیر موجب ازدیاد عقل بچه در رحم او می‌گردد: «زن‌های حامله خود را شیر بدهید که آن عقل بچه را زیاد می‌کند». نیز شیر

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

دارای چربی است و پس از نوشیدن دندان را باید شستشو نمود: «هر وقت شیر خوردید دهانتان را بشویید که در آن چربی است». خوردن پنیر با گردو، فرمود: «خوردن پنیر بیماری است و گردو دوا است و اگر با هم باشند دوا هستند». فرمود: ده چیز باعث فراموشی می‌شود: خوردن پنیر، خوردن بازمانده موش و خوردن سیب ترش و گشنیز و حجامت کردن با نقره و رفتن از میان دو زن و نگاه کردن به کسی که بر دار زده شده و تعزیه و خواندن سنگ قبرها. فرمود: پنیر بخورید که آن خواب می‌آورد و طعام را هضم می‌کند. نوشیدن عسل باعث تقویت حافظه و رفع ناراحتی سینه می‌گردد، «جسم با سه چیز شاد می‌شود و رشد می‌کند: عطر و لباس نرم و خوردن عسل». نیز فرمود: «بر شما باد عسل، سوگند به کسی که جان من در دست اوست خانه‌ای نیست که در آن عسل باشد مگر اینکه فرشتگان به ساکنان آن خانه طلب آمرزش می‌کنند. پس اگر کسی آن را بخورد هزار دوا در درون او وارد می‌شود و هزار هزار بیماری از او خارج می‌شود و اگر در حالی که عسل در درون اوست بمیرد بدن او را آتش نمی‌گیرد و فرمود: چه خوب است خوردن عسل که رشد می‌دهد و ناراحتی سینه را از بین می‌برد و فرمود: هر کس حافظه بخواهد، عسل بخورد».

خوردن خربزه موجب شستشوی مستانه و تقویت قوه باه و قطع سردی است، فرمود: بهار امت من انگور و خربزه است و فرمود: خربزه را به عنوان میوه بخورید که آن میوه بهشتی است و در آن هزار برکت و هزار رحمت است و خوردن آن شفای هر دردی است. و فرمود: خربزه را با دندان بخورید و آن را قطعه قطعه نکنید که آن میوه مبارک و پاکی است، دهان را پاک و قلب را مقدس و دندان‌ها را سفید می‌کند و خدا را خشنود می‌سازد، بوی آن از عنبر و آب آن از کوثر و گوشت آن از بهشت و لذت آن از جنت و خوردن آن از عبادات است و از ابن عباس نقل شده که پیامبر فرمود: بر شما باد خربزه که در آن ده خصلت است: غذا و نوشیدنی و مسواک و دارای بوی خوش است و مثانه را شست و شو می‌دهد و سردی را قطع می‌کند و شکم را می‌شوید و آب پشت را زیاد می‌کند و جماع را افزایش می‌دهد و سردی را قطع می‌کند و بشره را پاک می‌سازد.

خوردن انار دباغ کننده معده است، فرمود: بر شما باد انار و پی آن را هم بخورید که آن دباغ‌کننده معده است، هیچ دانه‌ای از آن در درون شما قرار نمی‌گیرد مگر اینکه قلب نورانی می‌شود و چهل روز انسان را از وسوسه شیطان حفظ می‌کند. خوردن انجیر در درمان قولنج و خوردن به، در از بین بردن تاریکی چشم، فرمود: خوردن انجیر امان از قولنج است و فرمود: خوردن به، تاریکی چشم را از بین می‌برد. خوردن کشمش در تسکین رنج و فرو نشاندن بلغم و محکم کردن عصب، فرمود: بر شما باد کشمش که رنج را از بین می‌برد و بلغم را فرو می‌نشاند و عصب را محکم می‌کند و بدگویی را می‌برد و قلب را نیکو می‌کند. خوردن کدو برای تقویت حافظه، فرمود: بر شما باد کدو که آن بر عقل می‌افزاید. نیز فرمود: کدو بخورید که اگر برای خدا گیاهی سبک‌تر از آن بود، آن را برای برادرم یونس می‌رویانید. نیز فرمود: «وقتی یکی از شما آبگوشت تهیه می‌کند، در آن بسیار کدو بریزد که بر عقل و فکر می‌افزاید». خوردن انجیر در درمان بواسیر و نِقرس موثر است، فرمود: «انجیر بخورید که به بواسیر و نقرس منفعت دارد». فرمود: «عناب تب و سرفه را از بین می‌برد و قلب را نورانی می‌کند». خربزه پیش از غذا برای شستشوی شکم مفید است و بیماری را از بین می‌برد، فرمود: خربزه بخورید و آن را با دندان بخورید که آب آن رحمت و شیرینی آن از شیرینی ایمان است و ایمان در بهشت است، پس هر کس قدری خربزه بخورد، خدا برای او هفتاد هزار حسنه می‌نویسد و از او هفتاد هزار سیئه محو می‌کند. فرمود: خربزه ده خصلت دارد (که پیش از این گفته شد) و اینکه برای پیامبر از طائف خربزه‌ای آوردند آن را بوئید و بوسید سپس فرمود: خربزه را با دندان بخورید که آن از زینت‌های زمین و آب آن از رحمت خدا و شیرینی آن از بهشت است و فرمود: هیچ زن حامله‌ای خربزه نمی‌خورد مگر اینکه نوزاد او زیبا روی و خوش خلق می‌شود. فرمود: خربزه پیش از غذا شکم را شست و شو می‌دهد و بیماری را به کلی از بین می‌برد و فرمود: بر شما باد مرزنگوش آن را ببویید که برای «خشام» خوب است و «خشام» یک بیماری است. فرمود: سیاه دانه دوای هر دردی است بجز مرگ. فرمود: هر کس اسپند بخورد و بخوابد از سرگیجه در امان خواهد بود. سیر و پیاز تقویت عصب و قوه باه، فرمود: «وقتی به شهری وارد شدید از سبزی یا پیاز آن بخورید که بیماری آن شهر را از شما دور می‌کند و رنج را از بین می‌برد و عصب را محکم می‌کند و باه را افزایش می‌دهد و تب را می‌برد. فرمود: هر کس سیر و پیاز و چیز بدبو بخورد به ما نزدیک نشود و به مسجد نزدیک نشود».

٤. بررسی و تحلیل سندی و دلالی پاره‌ای از احادیث طبی

بخش چهارم: با عنایت به این تقسیم و موضوع‌بندی احادیث کتاب مستغفری، نگارنده به فراخور محدودیت یک مقاله، به بررسی سندی و دلالی پاره‌ای از احادیث از مجموعه از اقسام مزبور همانند عسل، شیر، گوشت، عدس، انجیر، زیتون، خرما، انگور، انار، موز، سیر، پیاز، کدو، خیار، ریحون، تره که از اهمیت بیشتری از نظر خاصیت بهداشتی و درمانی و طبی برخوردار می‌باشند و بیان کننده اعجاز بیان و سخن نبوی است، خواهد پرداخت (۴).

۵. تحلیل سندی و دلالی روایات خواص درمانی عسل: واژه عسل با همین لفظ یک بار به معنای «شراب» (نه به معنای عسل زنبور) به صورت تشبیه درباره نعمات بهشتیان در قرآن استعمال شده است: «وَأَنْهَارٌ مِنْ عَسَلٍ مُصَفًّى» (۱)؛ جوی‌هایی از عسل مصفی. نیز دو بار به مفهوم عسل به همین معنای شهد زنبوران، بدون کاربرد واژه آن در قرآن استعمال گردید که یک بار به صورت روشن در یک جمله «يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ» درآیات ۶۸ و ۶۹ سوره نحل آمده است «وَ أَوحَى رَبُّکَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ * ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» و یک بار به مفهوم غیر صریح و تاویلی و با کلمه ای دیگر این مفهوم در قرآن آمده است: «وَ أَنْزَلْنا عَلَيْهِمُ الْمَنَّ وَ السَّلْوى» (۱) این آیه نعمت‌هایی که خدا به بنی اسرائیل در آن بیابان ارزانی داشت و آنان را به دادن این برکت منت نهاد، غذایی پاکیزه، مطبوع، لذیذ و نیرو بخش به نام «مَنّ» بود. مفسران در مفهوم «مَنّ» تفسیرهای گوناگونی ابراز داشتند که یکی از آن تفاسیر این است که «مَنّ» یک نوع عسل طبیعی بوده که بنی اسرائیل در طول حرکت خود در آن بیابان به مخازنی از آن رسیدند و از آن استفاده کردند. این تفسیر با بیانی که در عهدین در باره وجود عسل در اراضی مقدس آمده همخوانی دارد. «اراضی مقدسه به کثرت انواع گل‌ها و شکوفه‌ها معروف است و بدین لحاظ است که

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

جماعت زنبوران همواره در شکاف سنگ‌ها و شاخ درختان و خانه‌های مردم می‌نشینند، به طوری که فقیرترین مردم عسل را می‌توانند خورد». به هر حال «من» یک نوع عسل کوهستانی و یا ماده قندی نیرو بخشی مشابه آن بود که یکی از مفیدترین و پرانرژی‌ترین غذاها به شمار می‌آمد (۶). یکی از مواد غذایی دارویی که در حدیث نبوی مورد تاکید قرار گرفت عسل است. مستغفری در کتاب طب النبی چند روایت در باب خواص درمانی و بهداشتی عسل نقل کرده که رسول خدا فرمود: «نوشیدن عسل باعث شادی جسم، تقویت حافظه، رفع ناراحتی سینه می‌گردد». در ذیل به تحلیل و بررسی آن می‌پردازیم:

الف- «ثَلَاثَةٌ يَفْرَحُ بِهِنَّ الْجِسْمُ وَ يَرْبُو الطِّيبُ وَ لِبَاسُ اللَّيِّنِ وَ شُرْبُ الْعَسَلِ» جسم با سه چیز شاد می‌شود و رشد می‌کند: عطر و لباس نرم و خوردن عسل.

ب- «عَلَيْكُمْ بِالْعَسَلِ فَوَ الَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ مَا مِنْ بَيْتٍ فِيهِ عَسَلٌ إِلَّا وَ تَسْتَغْفِرُ الْمَلَائِكَةُ لِأَهْلِ ذَلِكَ الْبَيْتِ فَإِنْ شَرِبَهَا رَجُلٌ دَخَلَ فِي جَوْفِهِ أَلْفُ دَوَاءٍ وَ خَرَجَ عَنْهُ أَلْفُ دَاءٍ فَإِنْ مَاتَ وَ هُوَ فِي جَوْفِهِ لَمْ تَمَسَّ النَّارُ جَسَدَهُ» ؛ بر شما باد عسل، سوگند به کسی که جان من در دست اوست خانه‌ای نیست که در آن عسل باشد مگر اینکه فرشتگان به ساکنان آن خانه طلب آمرزش می‌کنند. پس اگر کسی آن را بخورد هزار دوا در درون او وارد می‌شود و هزار هزار بیماری از او خارج می‌شود و اگر در حالی که عسل در درون اوست بمیرد بدن او را آتش نمی‌گیرد.

ج- نِعْمَ الشَّرَابُ الْعَسَلُ يُرْبِي وَ يُذْهِبُ دَرَنَ الصَّدْرِ؛ چه خوب است خوردن عسل که رشد می‌دهد و ناراحتی سینه را از بین می‌برد».

د- مَنْ أَرَادَ الْحِفْظَ فَلْيَأْكُلِ الْعَسَلَ هر کس حافظه بخواهد، عسل بخورد» (۴).

اعتبارسنجی سندی: از نظر سند، این احادیث مقبول است؛ زیرا اولاً موید به قرآن است که به نص روشن عسل را مایه شفا دانسته و ثانیاً این احادیث متضافر است و مورد عمل مشهور دانشمندان اسلامی قرار گرفته است و نیازی به توصیف سندی نمی‌باشد. مضافاً بر این ثقه الاسلام کلینی در کافی شریف بابی تحت عنوان «بَابُ الْعَسَلِ» باز کرده و پنج حدیث مستند از ائمه اهل البیت (ع) نقل کرده که بیشتر آن صحیح السند می‌باشد، مانند این روایت: «عِدَّةٌ مِنْ أَصْحَابِنَا عَنْ سَهْلِ بْنِ زِيَادٍ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ أَبِي نَصْرٍ عَنْ حَمَّادِ بْنِ عُثْمَانَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ سُوقَةَ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ مَا اسْتَشْفَى النَّاسُ بِمِثْلِ الْعَسَلِ». نیز برخی از این احادیث را محدث نوری از کتاب مستغفری با دید پذیرشی نقل کرده است (۱۵). همچنین محدث حر عاملی در مجلد ۲۵ وسائل الشیعه باب تحت عنوان «بَابُ أَكْلِ الْعَسَلِ وَ الِاسْتِشْفَاءِ بِهِ» گشوده و ۱۵ روایت مسند در همین موضوع نقل کرده است. نیز محدث نوری در مستدرک الوسائل ۱۸ روایت در باره خواص عسل آورده است (۱۵). افزون بر روایات منقول از سوی امامیه، احادیث فراوانی مرسلاً و مسنداً از طریق اهل سنت نیز در این باب نقل شده که به عنوان نمونه به یک حدیث اشاره می‌نماییم: «حدثنا محمد بن المثنی و محمد بن بشار واللفظ لابن المثنی قالا حدثنا محمد بن جعفر حدثنا شعبة عن قتادة عن أبی المتوکل عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ص فَقَالَ إِنَّ أَخِي اسْتَطْلَقَ بَطْنُهُ فَقَالَ ص اسْقِهِ عَسَلًا فَسَقَاهُ ثُمَّ جَاءَهُ فَقَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْكَ قَدْ سَقَيْتُهُ فَلَمْ يَزِدْ إِلَّا اسْتِطْلَاقاً فَقَالَ ص اسْقِهِ عَسَلًا قَالَ قَدْ سَقَيْتُهُ فَلَمْ يَزِدْهُ إِلَّا اسْتِطْلَاقاً فَقَالَ ص صَدَقَ اللَّهُ وَ كَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ اسْقِهِ عَسَلًا فَسَقَاهُ فَبَرَأَ انْتَهَى » (۱۹) مردی نزد رسول خدا (ص) آمد و از آن حضرت در باره درمان بیماری شکم برادر خود راهنمایی خواست، رسول خدا (ص) فرمود که او را عسل بخورانید. آن مرد برادرش را عسل خورانید، ولی افاقه نداد. او مرتبه دوم [در برخی از نقل‌ها تا بار چهارم] نزد پیامبر آمد و گفت که عسل خوراندم ولی فایده نداد! آن حضرت برای بار دوم نیز فرمود که او را عسل بخورانید؛ زیرا که خدای تعالی راست می‌گوید [فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ] و شکم برادر تو دروغ! سپس آن مرد رفت و برادرش را عسل خوراند و برادرش شفاء یافت.

تحلیل محتوا: اما از نظر تحلیل محتوا باید گفت که در قرآن و روایات اسلامی روی خاصیت درمانی عسل تکیه شده است. عسل مقوی‌ترین غذاها و هدیه پرارزش خداوند است که در کتاب آسمانی قرآن از آن به عنوان محصول شفابخش و داروی دردهای مردم یاد شده است: «فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ» (۱). واژه «شفاء» در قرآن تنها در باره قرآن (۱) و عسل (۱) به کار برده شد. عسل، شفاء از دردهای جسمی و قرآن، شفاء دردهای قلبی است. پیامبر اکرم (ص) فرمود: «بر شما باد دو درمان، عسل و قرآن». (۲۰-۱۱) در سخنی دیگر نیز فرمود: «شفاء امت من از رنج‌ها در سه چیز است، آیتی از قرآن و نیشتر حجامت کننده و نوشیدن مقدار یک انگشت از عسل» (۲۱). علامه جرجانی در کتاب تفسیر خود پس از نقل روایت نبوی مزبور می‌نویسد که قرآن شفاء تمام مرض‌ها و نیشتر حجّام شفاء از امراض خونی است و اما عسل شفاء امراض بُلغمی (ادویهٔ حارهٔ) و امراض صُفراوی و ترشی‌ها و امراض سُودایی و چربی‌ها است؛ از این رو کمتر ترکیب دارویی از تراکیب دارویی حکماء است که عسل در آن نباشد (۲۱).

در روایات متعددی نقل شده که «ما استشفی الناس بمثل العسل»؛ مردم به چیزی مانند عسل استشفاء نمی‌کنند (۷). یا در نقل دیگر آمده است: «لم یستشف مریض بمثل شربهٔ عسل»؛ هیچ بیماری به مانند شربت عسل درمان نکرده است. (همان) نیز در احادیث دیگری عسل برای درمان دل درد توصیه گردیده و از پیامبر (ص) نقل شده که فرمود: کسی که (لا اقل) هر ماه یک بار عسل بنوشد و شفائی را که قرآن از آن یاد کرده بطلبد، خدا او را از ۷۷ نوع بیماری شفا می‌بخشد (۲۲). امام رضا (ع) در مورد عسل فرمود: «در عسل موجبات شفا از هر دردی موجود است و کسی که یک سر انگشت عسل ناشتا مصرف کند موجب قطع (ازدیاد) ترشحات بلغمی یا مخاطی و مواد صفراوی و از بین رفتن حالت حساسیت و هم چنین موج پاکیزگی ذهن و فکر و فزونی قوای حافظه می‌شود، چنانچه همراه با جویدن کندر باشد» (۱۵-۱۱). قتاده می‌گوید: «عسل داروی دردهای مردم است». ابن مسعود نیز می‌گفت: «دو چیز شفای دردهاست قرآن و عسل، آنها را ترک نکنید» (۲۰). امام رضا (ع) در مورد عسل فرمودند: «در عسل موجبات شفا از هر دردی موجود است و کسی که یک سر انگشت عسل ناشتا مصرف کند موجب قطع (ازدیاد) ترشحات بلغمی یا مخاطی و مواد ضفراوی و از بین رفتن حالت حساسیت و هم چنین موج پاکیزگی ذهن و فکر و فزونی قوای حافظه می‌شود چنانچه همراه با جویدن کندر باشد» (۱۵-۱۱). در روایتی از پیامبر اکرم (ص) آمده است: «نعم الشراب العسل و قال من اراد الحفظ

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

فلیاکل العسل؛ چه نوشابه خوبی است عسل» و نیز فرمودند: «کسی که می‌خواهد حافظه‌اش زیاد شود پس باید عسل بخورد» (۱۵).

خواص غذایی، بهداشتی و درمانی عسل از دیدگاه علوم

پزشکی: دانشمندان برای عسل، خواص بسیار زیادی گفته‌اند که هم جنبه درمانی، هم پیشگیری و هم نیرو بخشی دارد. ترکیبات عسل بیش از ۷۰ فایده گوناگون دارد که برای بدن انسان لازم است. عسل دارای انواع ویتامین‌های شش گانه A, B, C, P, K, E می‌باشد (۲۳). دارای انواع پروتئین، اسید امینه، اسیدهای آلی مثل اسید فورمیک، مقداری آنزیم و محرک‌های حیاتی و رایحه‌های معطر می‌باشد. املاح معدنی در عسل فراوان‌اند؛ از جمله: کلسیم، سدیم، پتاسیم، منگنز، آهن، کلر، فسفر، گوگرد و ید (۲۴). عسل از ۷۰ نوع ماده مختلف تشکیل شده است و مهم‌ترین منابع شیرین عسل شامل ۱۵ نوع از انواع شکرهاست که مهم‌ترین آنها قند فروکتوز به میزان ۴۰٪، قند گلوکوز به میزان ۳۰٪ و قند قصب به میزان ۴٪ می‌باشد. عسل جزء اولین مواد غذایی کامل است؛ شامل مجموعه‌ای از ویتامین‌های B_1, B_2, B_3, B_5, B_6 و ویتامین C و ویتامین A, E, K به مقادیر کم ولی مفید می‌باشد (۲۵).

مهم‌ترین ویژگی عسل این است که با گذشت زمان فاسد نمی‌شود مشروط بر این که دور از رطوبت نگهداری شود و بیش از ۶۰ درجه حرارت نبیند. علت فاسد نشدن عسل اسید فرمیک است که زنبور عسل آن را می‌سازد. اسید فرمیک ضد عفونی کننده طبیعی و ضرری ندارد و ضد رماتیسم است؛ در عین حال نیرو بخش و قندش قند بسیارخوبی است که مقوی قلب است و سبب بهبود وضع فشار مایعات بدن می‌شود. کمی و زیادی فشار خون را علاج می‌کند و امراض کبدی را معالجه می‌کند (۲۴). خواص عسل که مهم‌ترین ویژگی که عسل را به عنوان یک دارو از سایر داروها متمایز می‌سازد نداشتن عوارض زیان‌آور جانبی بر سایر اندام‌های بدن است بلکه بر عکس، حال عمومی سایر دستگاه‌ها را نیز بهبود می‌بخشد. این عامل در کوتاه کردن زمان بیماری و سرعت درمان موثر است (۲۶).

عسل و بیماری قلبی: طبق آنچه در روایات آمده عسل به قلب نشاط می‌بخشد عسل به علت داشتن گلوکز زیاد سهل التجزیه و انرژی‌زا است و تاثیر مهمی در تحریک و تقویت عضلات قلب دارد (۲۷).

عسل و بیماری‌های گوارشی: عسل به علت داشتن بعضی آنزیم‌ها به هضم غذا کمک می‌کند. مثل لیپاز، آمیلاز و ساکاراز و از شدت اسید معده می‌کاهد و می‌تواند در افراد مبتلا به ترش کردن (رفلاکس) موثر باشد. برای زخم معده و التهاب آن نیز مفید است (۲۸).

«مترلینگ» دانشمند زیست‌شناس می‌گوید: «همین امروز اگر زنبور عسل (اعم از وحشی و اهلی) از بین برود یکصد هزار نوع از گیاه‌ها و گل‌ها و میوه‌های ما از بین خواهد رفت و از کجا که اصولاً تمدن ما از بین نرود؟»؛ زیرا نقش زنبوران عسل در جا به جا کردن گرده‌های نر گل‌ها و بارور ساختن گیاهان ماده و به دنبال آن پرورش یافتن میوه‌ها آن قدر عظیم است که بعضی از دانشمندان حتی آن را از عسل‌سازی زنبوران هم مهم‌تر می‌دانند). این سخن او اهمیت تعبیر قرآن را آشکارتر می‌سازد (۲۳). آثار و خواصی که برای عسل در روایات بیان شده، با داده‌های پزشکی روز قابل اثبات است. مثلاً طبق آنچه در روایات آمده که عسل به قلب نشاط می‌بخشد و حافظه و هوش را تقویت می‌کند، بدان جهت است که عسل به علت داشتن گلوکز زیاد، سهل التجزیه و انرژی‌زا است و تاثیر مهمی در تحریک و تقویت عضلات قلب دارد (۲۷). از نظر علمی صمغ موجود در عسل، جدار عروق را نرم نگه می‌دارد؛ در نتیجه، مواد غذایی بهتر به مغز و اعصاب می‌رسد و مطالب بهتر در حافظه می‌ماند و کمتر به دست فراموشی سپرده می‌شود. از طرفی ویتامین D موجود در عسل، اعمال بین کلسیم و فسفر را تنظیم می‌کند در نتیجه اعصاب کار خود را خوب انجام می‌دهند (۲۸). نیز عسل به علت داشتن بعضی آنزیم‌ها به هضم غذا کمک می‌کند. مثل لیپاز، آمیلاز و ساکاراز و از شدت اسید معده می‌کاهد و می‌تواند در افراد مبتلا به ترش کردن (رفلاکس) موثر باشد. برای زخم معده و التهاب آن نیز مفید است. عسل زود جذب خون می‌شود و در خون سازی فوق العاده مؤثر است و به همین جهت نیرو بخش است (۲۹).

٦. شیر: نوشیدن شیر دارای آثاری چون کاهش حرارت قلب، تقویت قوه باه، افزایش حافظه، جلا دادن چشم است. این آثار و مانند آن در احادیث فراوانی آمده است که مستغفری نیز در کتاب طب النبی از پیامبر خدا (ص) نقل نموده است. مانند: «أَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَى نَبِيٍّ مِنْ أَنْبِيَائِهِ حِينَ شَكَا إِلَيْهِ ضَعْفَهُ أَنِ اطْبُخِ اللَّحْمَ مَعَ اللَّبَنِ فَإِنِّي قَدْ جَعَلْتُ الشِّفَاءَ وَ الْبَرَكَةَ فِيهِمَا» و حدیث «عَلَيْكُمْ بِالْأَلْبَانِ فَإِنَّهَا تَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ كَمَا يَكْسَحُ الْإِصْبَعُ الْعَرَقَ عَنِ الْجَبِينِ وَ تَشُدُّ الظَّهْرَ وَ تَزِيدُ فِي الْعَقْلِ وَ تُذَكِّي الذِّهْنَ وَ تَجْلُو الْبَصَرَ وَ تُذْهِبُ النِّسْيَانَ» (۴).

اما از نظر سند باید گفت که احادیث متضافر بلکه متواتری در باب خواص و آثار شیر وجود دارد و از بحث سندی بی‌نیاز می‌گرداند. ثقه الاسلام کلینی در کتاب الکافی جلد ششم ابوابی با عنوان «بَابُ الْأَلْبَانِ، بَابُ أَلْبَانِ الْبَقَرِ، بَابُ أَلْبَانِ الْإِبِلِ ...» دهها حدیث را در آن ارتباط نقل کرده است. بخشی از این احادیث مسند و صحیح می‌باشند. به عنوان مثال: در حدیث مسندی از امام باقر (ع) نقل می‌کند که فرمود: «شیر ضعف جسمی را تقویت می‌کند و گوشت بدن را می‌رویاند و استخوان را قوی می‌نماید؛ عَلِيُّ بْنُ مُحَمَّدِ بْنِ بُنْدَارَ وَ غَيْرُهُ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ أَبِيهِ عَنِ الْقَاسِمِ بْنِ مُحَمَّدٍ الْجَوْهَرِيِّ عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الْأَصْبَهَانِيِّ قَالَ كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ وَ أَنَا أَسْمَعُ جُعِلْتُ فِدَاكَ إِنِّي أَجِدُ الضَّعْفَ فِي بَدَنِي فَقَالَ لَهُ عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ فَإِنَّهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ وَ يَشُدُّ الْعَظْمَ» (۳۰). در حدیث دیگری امام موسی بن جعفر فرمود که: «شیر و عسل قوه باه و ضعف جنسی را تقویت می‌نماید؛ عَنْهُ عَنْ نُوحِ بْنِ شُعَيْبٍ عَمَّنْ ذَكَرَهُ عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الْأَوَّلِ ع قَالَ مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ وَ الْعَسَلُ» (۳۰). و برای دباغی کردن معده سودمند است: «عِدَّةٌ مِنْ أَصْحَابِنَا عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ خَالِدٍ عَنْ يَحْيَى بْنِ إِبْرَاهِيمَ بْنِ أَبِي الْبِلَادِ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ قَالَ شَكَوْتُ إِلَى أَبِي جَعْفَرٍ ع ذِرْباً وَجَدْتُهُ فَقَالَ لِي مَا يَمْنَعُكَ مِنْ شُرْبِ أَلْبَانِ الْبَقَرِ فَقَالَ لِي أَ شَرِبْتَهَا قَطُّ فَقُلْتُ لَهُ نَعَمْ مِرَاراً فَقَالَ كَيْفَ وَجَدْتَهَا فَقُلْتُ وَجَدْتُهَا تَدْبُغُ الْمِعَدَةَ وَ تَكْسُو الْكُلْيَتَيْنِ الشَّحْمَ وَ تُشَهِّي الطَّعَامَ فَقَالَ لِي لَوْ كَانَتْ أَيَّامُهُ لَخَرَجْتُ أَنَا وَ أَنْتَ إِلَى يَنْبُعَ حَتَّى نَشْرَبَهُ» (۳۰).

درباره تحلیل دلالت این احادیث باید بگوییم که شیر یکی از غذاهای پر ارزش است و از آن جهت که غذایی نسبتاً کامل و خوش طبعی است در هر عصر و زمانی مورد توجه بشر بوده است. مواد معدنی شیر گاو ۸ تا ۹ گرم

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

در لیتر است که شامل سدیم، پتاسیم، کلسیم، منیزیم، روی و به مقدار کمتری منگنز، مس، آهن، فلور، کلراید، گوگرد، فسفر، برم، آرسنیک است (۲۶). شیر بهترین منبع برای کلسیم است وجود کلسیم برای رشد استخوان‌ها و استحکام آن ضروری است. وجود کلسیم تنها برای استخوان‌ها و دندان‌ها و موها لازم نیست بلکه برای محکم کردن عضلات نیز وجودش لازم است مخصوصاً برای عضلات قلب که دائم در حال حرکت می‌باشند.

خواص درمانی شیر: شیر به عوامل بیماری‌های خطرناک و عفونی اجازه نشو و نمو و فعالیت نمی‌دهد. مسکن اعصاب و تقویت کننده حافظه است. شیر عامل زیبایی و سلامت انشان است (۲۶). شیر گاو کثیر الغذا و برای درمان افراد سرد مزاج مفید است. مولد خون و تقویت کننده قلب است. تن را فربه می‌کند. غم و غصه را از بین می‌برد (۲۶). شیر شامل انواع ویتامین B, C و ویتامین P و ویتامین A, E است که ویتامین A و D در شیر نسبتاً بیشتر است (۲۶). رسول اکرم (ص) راجع به شیر فرمودند: «سید الاشربه اللبن؛ جزو سرور نوشیدنی‌ها شیر است». همچنین فرمودند: «بر شما باد به مصرف شیر زیرا حرارت را از دل و اندرون پاک می‌کند همان‌طور که انگشت، عرق پیشانی را پاک می‌کند و محکم می‌کند ستون فقرات را و موجب فزونی عقل و خردمندی و پاکی ذهن و فکر و جلا و تقویت قوای بینایی و از بین رفتن فراموشی می‌شود» (۱۵).

تغذیه کودک با شیر مادر: کودک درآغاز تولد تا پایان سال دوم زندگی در حال رشد است. از سال دوم به بعد اندکی از این سرعت کاسته می‌شود و مجدداً در نزدیکی بلوغ، رشد سریع می‌شود. مناسب‌ترین غذا برای کودک در ۶-۵ ماه اول زندگی شیر است زیرا ترکیب آن و خواص موادی که در آن است همان است که طفل شیرخوار به آن نیاز دارد (۳۱). شیر روزهای اول بعد از تولد آغوز یا مان نام دارد که زرد رنگ و بسیار مغذی است. شیر مادر از بروز بیماری‌های حساسیتی می‌کاهد (۳۲). شیر مادر آلودگی میکروبی ندارد و به جوشاندن نیازی ندارد (۳۱). پزشکان امروزه به این مطلب رسیده‌اندکه برای جلوگیری از پوسیدگی دندان‌ها در آینده، کودک باید از شیر طبیعی مادر تغذیه کند زیرا گذشته از این که شیر مادر تمام موارد مورد نیاز رشد دندان‌ها مانند کلسیم و سایر ویتامین‌ها را در بر دارد تغذیه با شیشه پستانک موجب می‌شود که سطح بین دندان‌ها دچار پوسیدگی گردد (۳۳). شیر مادر تنها ماده غذایی است که ضریب هوشی کودک را ۱ تا ۳ واحد افزایش می‌دهد (۳۱). از اثرات معنوی شیر، زیاد کردن عقل و از بین بردن غم و غصه می‌باشد.

۷. انجیر: پیامبر (ص) فرمود: «خوردن انجیر در درمان قولنج و درمان بواسیر و نِقرس موثر است؛ وَ قَالَ ص أَكْلُ التِّينِ أَمَانٌ مِنَ الْقُولَنْجِ» (۴). پیامبر (ص) در مورد مصرف انجیر فرمودند: «انجیر، چه تازه و چه خشک آن را بخورید زیرا موجب قوای جنسی و قطع شدن بواسیر می‌شود و همچنین برای نقرس و دردهای رماتیسمی مفید و سودمند است» (۱۵). انجیر از نظر معنوی موجب رقت قلب می‌شود، در حدیثی در این زمینه آمده است: «هر که خواهد رقت قلب پیدا کند به خوردن انجیر ادامه دهد» (۳۴). ثقه الاسلام کلینی در کافی شریف و به تبعه او محدث حر عاملی در وسائل الشیعه بابی تحت عنوان « بَابُ التِّينِ» گشوده و در خواص انجیر روایت نقل نموده‌اند که: «انجیر بُخُور را زایل، لب و استخوان را مستحکم، رویش مو را تقویت و درد را تسکین می‌دهد؛ مُحَمَّدُ بْنُ يَعْقُوبَ عَنْ عَلِيِّ بْنِ إِبْرَاهِيمَ عَنْ أَبِيهِ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ أَبِي نَصْرٍ عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الرِّضَا ع قَالَ التِّينُ يَذْهَبُ بِالْبَخَرِ وَ يَشُدُّ الْعَظْمَ وَ يُنْبِتُ الشَّعْرَ وَ يَذْهَبُ بِالدَّاءِ وَ لَا يُحْتَاجُ مَعَهُ إِلَى دَوَاءٍ وَ قَالَ التِّينُ أَشْبَهُ شَيْءٍ بِنَبَاتِ الْجَنَّةِ. قَالَ الْكُلَيْنِيُّ وَ رَوَاهُ سَهْلُ بْنُ زِيَادٍ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ الْأَشْعَثِ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ أَبِي نَصْرٍ أَيْضاً مِثْلَهُ أَقُولُ وَ رَوَاهُ الْبَرْقِيُّ فِي الْمَحَاسِنِ عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ أَبِي نَصْرٍ» (۳۰-۷). نیز محدث حر عاملی بابی تحت عنوان مداوای به انجیر و درمان مفاصل «بَابُ التَّدَاوِي بِالْحُلْبَةِ وَ التِّينِ» باز نموده و از امام موسی کاظم (ع) روایت می‌کند که: «مُحَمَّدُ بْنُ يَعْقُوبَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ يَحْيَى عَنْ أَحْمَدَ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ عِيسَى عَنْ بَكْرِ بْنِ صَالِحٍ قَالَ سَمِعْتُ أَبَا الْحَسَنِ الْأَوَّلَ ع يَقُولُ مِنَ الرِّيحِ الشَّابِكَةُ وَ الْحَامِ وَ الْإِبْرِدَةُ فِي الْمَفَاصِلِ تَأْخُذُ كَفّاً حُلْبَةٍ وَ كَفّاً تِينٍ يَابِسٍ تَغْمُرُهُمَا بِالْمَاءِ وَ تَطْبُخُهُمَا فِي قِدْرٍ نَظِيفَةٍ ثُمَّ تُصَفِّي ثُمَّ تُبَرِّدُ ثُمَّ تَشْرَبُهُ يَوْماً وَ تَغِبُّ يَوْماً حَتَّى تَشْرَبَ مِنْهُ تَمَامَ أَيَّامِكَ قَدْرَ قَدَحٍ رَوِيٍّ» (۷).

سند این روایت صحیحه است و مشابه آن نیز روایات فراوانی وارد شده است و از نظر دلالت نیز باید گفت که انجیر میوه‌ای خوش طعم و مغذی است. مواد غذایی موجود در انجیر عموماً برای سوخت و ساز بدن ضروری است. مصرف انجیر «بدن را نیرومند و صورت را با طراوت می‌کند و عضلات را نشاط می‌آورد» (۳۵). انجیر به جهت داشتن فسفر و کلسیم، در پرورش هوش و حافظه بسیار موثر است و بهترین میوه برای بیماران عصبی و افراد تند مزاج است. خوردن این میوه به جهت اینکه باعث افزایش ادرار و عرق می‌شود سموم و مواد زاید بدن را دفع می‌کند، بوی بد دهان را نیز بر طرف می‌کند و برای تقویت لثه‌ها لازم است (۳۶).

۸. زیتون: زیتون برای تقویت قوه باه و دفع باد جسم موثر است. نیز روغن زیتون موجب از بین رفتن خشم و غضب می‌شود، چنانکه امام رضا (ع) فرمودند: «روغن و طعام آن غذای خوبی است زیرا موجب پاکیزگی دهان و از بین رفتن مواد و ترشحات بلغمی می‌شود، رنگ چهره را مصفا و روشن و اعصاب را تقویت می‌کند و حالت خستگی و بی‌حالی و ناتوانی را از بین می‌برد. حالت خشم و غضبناکی را خاموش می‌کند. همچنین موجب دور شدن میکروب می‌شود» (۱۵). پیامبر (ص) فرمودند: «کسی که از آن (روغن زیتون) بخورد و با آن روغن مالی کند شیطان (میکروب) تا ۴۰ روز به او نزدیک نمی‌شود» (۷).

ثقه الاسلام کلینی در کافی شریف و به تبعه او محدث حر عاملی در وسائل الشیعه بابی تحت عنوان « بَابُ الزَّيْتِ وَ الزَّيْتُونِ»(۳۰-۷) گشوده و در خواص زیتون و روغن زیتون روایات فراوانی آورده‌اند. تنها در کافی هفت حدیث نقل نموده که برخی از آنها از نظر سند موثقه می‌باشد. به عنوان نمونه: «عِدَّةٌ مِنْ أَصْحَابِنَا عَنْ أَحْمَدَ بْنِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ يَعْقُوبَ بْنِ يَزِيدَ عَنْ يَحْيَى بْنِ الْمُبَارَكِ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ جَبَلَةَ عَنْ إِسْحَاقَ بْنِ عَمَّارٍ أَوْ غَيْرِهِ قَالَ قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع إِنَّهُمْ يَقُولُونَ الزَّيْتُونُ يُهَيِّجُ الرِّيَاحَ فَقَالَ إِنَّ الزَّيْتُونَ يَطْرُدُ الرِّيَاحَ»، نیز «مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ جَعْفَرٍ رَفَعَهُ قَالَ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ع الزَّيْتُونُ يَزِيدُ فِي الْمَاءِ» (۳۰). از نظر دلالت، علم پزشکی این داده‌های حدیثی را تایید می‌کند، چرا که زیتون یک ماده غذایی بسیار ارزشمند است که مقدار زیادی چربی، پروتئین و آهن و فسفات را در خود دارد. همچنین از نظر ویتامین‌های A, B, D بسیار غنی است.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

فوائد روغن زیتون: مصرف روغن زیتون، فشار خون را پایین می‌آورد به همین علت پایین‌ترین میزان مرگ و میر در کشورهایی است که روغن زیتون استفاده می‌کنند. مصرف منظم زیتون تسکین بیماری روماتیسیم می‌شود. همچنین روغن زیتون صفرا بر است و باعث تخلیه کیسه صفرا می‌شود و از ایجاد سنگ‌های صفرا جلوگیری می‌کند. مادرانی که روغن زیتون استفاده می‌کنند نوزادان آنها از نظر قد، وزن و رفتارهای روانشناسی بهتر هستند. روغن زیتون با کمک به جذب کلسیم باعث رسوب آن در استخوان‌ها و مانع پوکی استخوان می‌شود. روغن زیتون که از میوه زیتون استخراج می‌شود در مقایسه با روغن‌های دیگر ارزش غذایی بیشتری داشته و مزه بهتری دارد. ویژگی مهم این روغن آن است که اسیدهای چرب داخل آن اشباع نیستند و مانع از بالا رفتن کلسترول خون می‌شوند (۲۶).

۹. خرما: پیامبر اعظم (ص) فرمود: «به زنی که بچه به دنیا آورد نخستین چیزی که آن زن می‌خورد رطب و خرمای شیرین باشد، زیرا که اگر بهتر از آن چیزی بود، خداوند به مریم وقتی عیسی را به دنیا آورد، می‌داد؛ إِذَا وَلَدَتِ الْمَرْأَةُ فَلْيَكُنْ أَوَّلُ مَا تَأْكُلُ الرُّطَبَ الْحُلْوَ وَ التَّمْرَ فَإِنَّهُ لَوْ كَانَ شَيْءٌ أَفْضَلَ مِنْهُ أَطْعَمَهُ اللَّهُ تَعَالَى مَرْيَمَ حِينَ وَلَدَتْ عِيسَى (ع)». نیز رطب را بهترین طعام دانسته که صائم، افطار را با آن باز نماید و سحری را با آن شروع نماید: «نِعْمَ السَّحُورُ لِلْمُؤْمِنِ التَّمْرُ» و «مَنْ وَجَدَ التَّمْرَ فَلْيُفْطِرْ عَلَيْهِ وَ مَنْ لَمْ يَجِدْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى الْمَاءِ فَإِنَّهُ طَهُورٌ» (۴). در این زمینه روایات به صورت متضافر بلکه متواتر وارده شده است و ما را از بحث سند شناسی بی‌نیاز می‌نماید.

اما از نظر دلالت و محتوا نیز علم طب، مساند و معاضد آن است. تحقیقات نشان می‌دهند که ترکیبات فعالی در خرما وجود دارد که می‌تواند با تقویت عضلات رحمی در آخرین ماه‌های بارداری، اتساع این عضلات را در حین وضع حمل تنظیم کرده و از سویی دیگر با کاهش میزان خونریزی هنگام زایمان، از دردها و بسیاری دیگر از عوارض زایمان بکاهد (۳۷). در خرما موادی یافت می‌شود که باعث کاهش فشار خون زائد برای مدت کوتاهی می‌شود و این امر به کاهش میزان خونریزی حین زایمان و پس از آن منجر می‌گردد (۲۶). استاد شهید پاک‌نژاد می‌نویسد: «خرما در کشورهای مختلف به خصوص در مناطق خشک پرورش می‌یابد و دارای مقادیر زیادی پتاسیم، سدیم، کلسیم، منیزیم، آهن، مس، فسفر و گوگرد است (۲۳). فقدان پتاسیم موجب بروز زخم معده می‌شود. برخی از خستگی‌ها و سردردها در اثر کمی سدیم است. خرما دارای ویتامین‌های B, C و دارای قند و سلولز و املاح مدنی است و به علت داشتن منیزیم ضد سرطان است. مصرف خرما در زنان باردار موجب تمیز شدن روده بزرگ می‌شود. تمیز بودن روده‌ها به ویژه روده بزرگ، زایمان را آسان‌تر می‌کند (۳۵).

۱۰. انگور: پیامبر از میوه‌ها، انگور و خربزه را دوست می‌داشت؛ «كَانَ النَّبِيُّ يُحِبُّ الْفَاكِهَةَ الْعِنَبَ وَ الْبِطِّيخَ». پیامبر (ص) انگور را بهترین میوه دانست: «خَيْرُ فَاكِهَتِكُمُ الْعِنَبُ» و فرمود: «بهار امّت من انگور و خربزه است؛ «رَبِيعُ أُمَّتِي الْعِنَبُ وَ الْبِطِّيخُ». نیز فرمود: «انگور را دانه دانه بخورید که گواراتر است؛ كُلِ الْعِنَبَ حَبَّةً حَبَّةً فَإِنَّهَا أَهْنَأُ». نیز فرمود: «نوح از غصه به خدا شکایت کرد به او وحی شد که انگور بخورد که انگور غصه را از بین می‌برد؛ شَكَا نُوحٌ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى الْغَمَّ فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ أَنْ يَأْكُلَ الْعِنَبَ فَإِنَّهُ يُذْهِبُ الْغَمَّ» (۴). همین روایت را کلینی با سند چنین آورده است: «عَنْهُ عَنِ الْقَاسِمِ الزَّيَّاتِ عَنْ آبَانِ بْنِ عُثْمَانَ عَنْ مُوسَى بْنِ الْعَلَاءِ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ لَمَّا حَسَرَ الْمَاءُ عَنْ عِظَامِ الْمَوْتَى فَرَأَى ذَلِكَ نُوحٌ ع جَزِعَ جَزَعاً شَدِيداً وَ اغْتَمَّ لِذَلِكَ فَأَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَيْهِ هَذَا عَمَلُكَ بِنَفْسِكَ أَنْتَ دَعَوْتَ عَلَيْهِمْ فَقَالَ يَا رَبِّ إِنِّي أَسْتَغْفِرُكَ وَ أَتُوبُ إِلَيْكَ فَأَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِلَيْهِ أَنْ كُلِ الْعِنَبَ الْأَسْوَدَ لِيَذْهَبَ غَمُّكَ» (۳۰). در روایتی از امام صادق (ع) نقل شده انگور خشک شده یا کشمش طائف موجب تقویت اعصاب و از بین رفتن حالت خستگی و مریضی و نیز موجب خوش طبعی تنفس می‌شود (۷). خوردن انگور موجب شادی و نشاط می‌شود. در روایتی از امام صادق (ع) نقل شده کشمش به علت گلوکز فراوان و خالص خستگی را از تن بیرون می‌کند. همچنین از ایشان نقل شده که پیامبری از پیامبران خدا (و در روایتی دیگر حضرت نوح) شکایت کرد از غم و حالت افسردگی پس خدای عزوجل به او امر کرد به این که انگور بخورد (۳۸). ثقه الاسلام کلینی در کافی شریف بابی تحت عنوان «بَابُ الْعِنَبِ» گشوده و شش حدیث مسند آورده است که برخی موثقه و صحیحه می‌باشد (۳۰). بنا بر این سند این احادیث مشکلی نخواهد داشت.

و اما در تحلیل دلالت آن و مطابقت آن با داده‌های علم پزشکی باید گفت که انگور رسیده میوه مفیدی در درمان یبوست‌ها، التهاب معده و روده، سیاه سرفه، سل ریوی، احتقان کبد و طحال، کم خونی و نقرس است ولی باید توجه داشت از انگوری استفاده شود که پوست نازک داشته باشد؛ زیرا پوست زخیم انگور به تنهایی قابل هضم نیست. انگور سه اثر موثر و مفید در مزاج دارد: مسهل، ملین و پاک کننده خون و مغذی بدن است. آب انگور قوا را تجدید می‌کند و ترشیدگی معده را برطرف می‌سازد. انگور علاوه بر اثرات جسمی نظیر پاک کنندگی معده و خون، دارای اثرات معنوی از جمله از بین رفتن غم و غصه نیز می‌باشد (۲۶).

۱۱. انار: خوردن انار دباغ کننده معده است، پیامبر (ص) فرمود: «بر شما باد انار و پی آن را هم بخورید که آن دباغ‌کننده معده است، هیچ دانه‌ای از آن در درون شما قرار نمی‌گیرد مگر اینکه قلب نورانی می‌شود و چهل روز انسان را از وسوسه شیطان حفظ می‌کند» (۴). نیز از امام علی (ع) مشابه این روایت نقل شده است و افزوده است که به کودکانتان انار بخورانید که قدرت تکلم آنها سرعت می‌بخشد (۳۸). امام رضا (ع) خوردن انار شیرین را موجب نیرومندی جسمی و نیز خوش رویی فرزند دانسته است (۱۱). همچنین خوردن انار از بعد معنوی موجب نورانیت قلب و طرد شیطان می‌شود. انار یکی از میوه‌هایی است که تمام قسمت‌های آن برای انسان قابل استفاده است. وجود ماده غذایی به نام تانن موجود در انار برای استحکام معده مفید است. وجود ویتامین های گروه B، املاح، منیزیم و پتاسیم ارزش غذایی آن را زیاد کرده و به مطبوعی و مفرح بودن آن می‌افزاید. آب انار در بیماری‌های دستگاه ادراری و صفراوی مفید است. قبل از ابداع داروهای شیمیایی و جدید ضد انگلی از قسمت‌های مختلف انار به خصوص پوست ریشه آن در دفع کرم کدو استفاده می‌شد (۳۹).

بحث و نتیجه گیری

چنانچه مشاهده شد، روایات طبی از نظر میزان درجه اعتبار منبع و اسناد دارای مراتب مختلف‌اند. برخی از روایات طبی دارای صحت سند می‌باشد و در منابع اصیل نیز آمده است. در این پژوهش با محوریت کتاب ابوالعباس

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

مستغفری روایات وارده در این باب به چهار دسته تقسیم شده و سپس احادیث دسته چهارم مورد تحلیل قرار گرفت. در نتیجه می‌توان گفت که احادیث درمانی در خصوص استشفای به عسل، شیر، انجیر، زیتون، خرما، انگور و انار از لحاظ سند رجالی و دلالت درایی مورد وثوق می‌باشد و یافته‌های علمی هم آن را تایید می‌کند. لذا می‌توان دریافت که آموزه‌های حدیثی قابلیت تعمیم در همه زمان‌ها و مکان‌ها را دارد و می‌تواند برای ارتقای سلامت مورد توجه قرار گیرد. نیز این احادیث نشانگر اعجاز علمی احادیث معصومین (ع) در این گستره می‌باشد.

.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

References

1. The holy Quran, Surah Yonus, Verse 57.
2. 7Ali ibn Musa (A.S.), Imam VIII, Alresalate Zahabiah. Attributed to Imam Ali Ibn Musa al reza. Qum: Khayam Publication, 1402; 13. [Arabic]
3. Ibn Babawaih, Muhammad ibn 'Ali. Man lā yahduruhu al-Faqīh. Tehran, Elmiah Eslamiah Publications, 1992; 368: 4. [Arabic]
4. Mostaghfari, Jafar Ibn Muhammad.Teb-al-Nabi.Qum: Razi Publications 1983; 15: 13. [Arabic]
5. Mostaghfari, Jafar Ibn Muhammad.Teb-al-Nabi and Teb-al-Sadegh, The way to health in Islam; Tehran, Maraghi, M, Translator, momenin, 2002. [In Persian]
6. Makarem Shirazi N. Tafsir nemooneh. Tehran: Dar-al-kotobe islamiah; 1995. [In Persian]
7. Horr Ameli, Mohammad ibn Hosein. Wasā'IL al-Shī'a, Qum, Al-albeit Publications, 1993. [Arabic]
8. Mostaghfari, Jafar ibn Muhammad, Khalili, Mohammad, Teb-al-Nabi and Teb-al-Sadegh, http://www.ghadeer.org/Book/537/89402
9. Aqa Bozorg Tehrani, Mohammad Mohsen. Al zorriate Ela Tasanif Al shiat. Qum: 3 Ismailian Publications, 1987 (Lunar Hegira year); 10: 46. [Arabic]
10. Dinparast M, Heritage Izutsu, All the Wisdom and Nowledge http://www.ettelaathekmatvamarefat.com/new/index.php
11. Majlesi, Mohammad Bagher Ibn Mohammad Taghi, Bahar-al-Anvar.: Lebanon: Beirut Alvafa Institute; 1983. [Arabic]
12. Nasiri Ali. Genealogy of Medical Hadiths. Pazhouhesh name-ye quran VA hadith 2006; 4: 142. [In Persian]
13. Ibn Babawaih, Muhammad ibn 'Ali. Al-khesal.Qum: Jameatal Modarreseen Publications 1982; 2: 623-511. [Arabic]
14. Ibn Babawaih, Muhammad ibn 'Ali, eteghadat, Al-Imam Al-Hadi Publications, 2012, 142-143. [In Persian]
15. Noori, hussain ibn e Mohammed Taqi. Mostadrak Al-Vasael. Qum: Al-albait Publications 1987; 16: 224, 453, 366, 370, 374, 440, 365. [Arabic]
16. Ibn Shobeh Hassan Ibn Ali. Tohaf alqol an Al Alrasoul. Qum: Jamea-al-Modareseen Publications 1983; 187-215. [Arabic]
17. Ibne Abi Jomhoor Muhammad ibn Zeynoddin Âwali al -laali al -aziziye fi al -ahadith al diniye4 volumes. Qum: Seyed-al-shohada Publications 1984; 193. [Arabic]
18. Ibn Babawaih, Muhammad ibn 'Ali Elal-al-Sharaye. Qum: Maktab-al-davari publications 2006; 1: 98. [Arabic]
19. Majlesi. Bahar-al-Anvar.: Lebanon: Beirut Alvafa Institute 1983; 63: 295. [Arabic]
20. Tabarsi Fazl Ibne Hassan. Majma-al-bayan fi Tafsir-al-Quran. Tehran: Naser Khosro Publications 1993; 6: 574. [Arabic]
21. Jurjani Abu al -fath ibn makhdoom. Tafsir shahi fi ayat al-'ahkam. Tehran: Navid Publications 1983; 2: 546. [In Persion-Arabic]
22. Qumi Abbas. Safinah-al-Bahar. Mashhad: Astane Ghodse Razavi Publications 1995; 2: 190. [Arabic]
23. Pak Nejad Reza. First University, Last prophet, Tehran, Islamiah bookseller 1969; 5: 130, 55; 7: 69. [In Persian]
24. Ahmad Amin. Islam Doctors without Medication. Qum: Islamic Publications Office 1997; 1: 119-123. [In Persian]
25. Maarefat Mohammad Hadi. Al-Tamhid Fi Ulum Al-Quran. Qum: Nashr al-Islami 1996; 6: 175-176. [Arabic]
26. Fattahi, maasoum, H, Zarvandi, M., Nutrition in Islam and Medicine; Mashhad: Beh Nashr 2004. [In Persian]

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

27. Fathi Yosof. Nectar of the flowers and the Qur'an. 3th National Conference on Mental Health Quran and medicine according to the Quran, Sunnah and medicine, 2008, Mashhad.Isfahan Ghaemiyeh. 2009; 1: 119. [In Persian]
28. Abzan Ahmad. Nutrition from the view of Qur'an, Sunnah and medicine. 3th National Conference on Mental Health Quran and medicine according to the Quran, Sunnah and medicine, 2008, Mashhad.Isfahan Ghaemiyeh 2009; 4: 310. [In Persian]
29. Najjari Rohollah. Honey, colorful healing. 3th National Conference on Mental Health Quran and medicine according to the Quran, Sunnah and medicine, 2008,Mashhad.Isfahan Ghaemiyeh.2009; 4: 348. [In Persian]
30. Koleini Mohammad Ibn Yaqub. Alkafi. Tehran: dar-al-kotob Islamiah, 1986. [Arabic]
31. Isfahani, MM, [et.al…]. Rules of health, Tandis 2004; 311-349. [In Persian]
32. Nouri Shadkam, Mahmoud .Quran and Tebbe Novin. Tehran: dar-al-kotobe Islamiah 1999; 348. [In Persian]
33. Biazar Shirazi Abdolkareem. A New Treatise of Medical Jurisprudence. Daftare Nashre farhange Islami; 1996; 1: 114. [In Persian]
34. Tabarasi, Hassan Ibne Fazl. Makarim Al-Akhlaq. Qum: al-Sharif al-Radi Publications 1991; 173. [Arabic]
35. Khalili Mohammad, Tehrani Amir Sadeghi. Teb-al-sadegh. Translation and commentary of Nasir Amir Sadeghi Tehrani Tehran: Atai press institute 1966; 133-134. [In Persian]
36. Dankob M A, Nora M.The importance of breastfeeding in the Qur'an and Islam, Neonatal Pediatric Nutrition Congress,Mashhad, Mashhad University of Medical sciences. 2008 [In Persian]. http://congress.mums.ac.ir//erepository/archive/131/papers/58186
37. Milani Bonab A, Bagheri Nasami N, Hoseinzadeh Shamsi, M. The effects of dates in reducing delivery pain and facilitating the delivery. 3th National Conference on Mental Health Quran and medicine according to the Quran, Sunnah and medicine, 2008,Mashhad.Isfahan Ghaemiyeh.2009; 4: 298.
38. Koleini. Mohammad Ibn Yaghoub, Alkafi. Tehran: Darolketab islamiah 1986; 6: 351-354. [Arabic]
39. GharahZadeh Z. Energy-producer fruits in Qur'an, selected from Tayeb foods from the view of Qur'an and medicine 3th National Conference on Mental Health Quran and medicine according to the Quran, Sunnah and medicine, 2008, Mashhad.Isfahan Ghaemiyeh 2009; 4: 226 [In Persian].

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]

Islam and Health Journal
Babol University of Medical Sciences

Babol Univ. of Med. Sciences
Islam and Health Journal/ 2014; 1(4): 27-40

Content and documentary validation of medical hadiths of Mostaghfari's Teb-al-Nabi (PBUH)

Received: 1 May 2015 Accepted: 16 Jul 2015

Hosseini Karnami SH (PhD)[1*]

1. Department of Islamic Theology, Mazandaran University of Medical sciences, Sari, Iran

*Corresponding Author:
Hosseini Karnami SH, Department of Islamic Theology, Mazandaran University of Medical sciences, Sari, Iran

Tel: **+98 11 33543615**
Fax: **+98 11 33543615**
Email: **hosin.hosini@gmail.com**

Abstract

Introduction: Having attention to medicine by the leaders of Islam made Moslems pay attention to the medical science and write books about it. One of the oldest books in > this regard is Teb-al-Nabi by Mostaqfari. The aim of this article was to study the documentation and authenticity of the above-mentioned book and compare its findings with the findings of medical sciences.

Methods: This study is a qualitative, descriptive and analytical and the data collection method is based on library research and surveying into the medical hadiths in this book. Then, the teachings of the Hadiths are compared with findings in the medical science.

Findings: findings of the study show that the hadiths in this book can be classified into four categories, namely rules of eating and drinking, introduction of solid and liquid foods appropriate to physical health, disease prevention and curing of the diseases. The study of the authenticity of the above mentioned hadiths shows the teachings of hadiths in the above-mentioned areas are not related to Nabavi era, and can be extended to several ages and places and even in this era they can be used to improve the health of the society.

Conclusion: This study shows that medical hadiths about the curing effects of foods such as honny, fig, olive are well accepted and valued in terms of documentation and authenticity and scientific findings also confirm the findings of this study.

Keywords: **document analysis, content analysis, medical hadiths, teb-al-Nabi by Mostaghfari**

[Downloaded from iahj.ir on 2026-09-12]