

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

غذای حلال زندگی پاک

خداوند تبارک و تعالی ، خالق کل جهان هستی است و گل سر سبد آفرینش در هستی و کل موجودات ، انسان است !

زمانی که خداوند سبحان موجودی به نام انسان یا آدم را خلق می کند ، خود را می ستاید و به خود احسن می گوید !

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ
فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ .^۱

ترجمه : سپس نطفه را بصورت علقه در آوردیم ، سپس علقه را بصورت شبیه گوشتی آفریدیم و بعد گوشت را بصورت استخوان هائی آفریدیم ، سپس استخوان ها را گوشت پوشانیدیم ، سپس آن را بصورت آفرینش دیگری پدید آوردیم ؛ پس احسن بر بهترین خلق کننده !

انسان چگونه موجودی است ؟ چرا خداوند سبحان بعد از آفرینش انسان خود را می ستاید ؟
به خود می بالد ! به او عشق می ورزد !

انسان سه مشخصه اصلی دارد ، که او را از سایر موجودات متمایز می کند و به او ارزش و مقام و منزلت می دهد و بر تری او را ثابت می کند ؛ از جمله :

۱- تکلم .

۲- تفکر .

۳- خلاقیت و نو آوری .

این سه مورد انسان را از سایرین متمایز می کند و او را بر دیگران برتری می دهد .

(**تکلم**) ، که با آن انسان می تواند با همنوع خویش به راحتی ارتباط برقرار کند و حالات درونی و یا علم خود را انتقال دهد و همچنین عشق و علاقه خود را ابراز دارد ، و از آن لذت ببرد و در زندگی متلذذ گردد ! اما تفکر یکی از نشانه های بارز نوع بشر است که می توان گفت تنها عامل مهم و ارزشمندی است که او را از سایرین متمایز می کند .

این قدرت تفکر است که می تواند او را بر جهان هستی حاکم کند و مقام جانشینی خداوند سبحان را کسب کند!

آیا بالاتر از این هم مقام و منزلتی وجود دارد یا خیر؟

(**تفکر**) تنها عاملی است که انسان را به این مقام و منزلت سوق می دهد ، نه چیز دیگر!

خلاصه ، سومین و مهمترین نشانه انسانیت ، که او را از سایرین متمایز می کند ، عاملی است به نام ؛
(**خلاقیت**) و نو آوری است که زائیده تفکر آدمی است و انسان تنها موجودی است که این خصوصیات را دارد !

اما مسئله بسیار مهمی را باید گوشزد کنم و آن مسئله عبارتست از بقای نوع بشر که در گرو (**غذائی**) است که می خورد تا بتواند به زندگی خود ادامه دهد .

در جهان هستی هیچ موجودی را نمی توان یافت که تغذیه نکند و به حیات خود ادامه دهد !
حال اگر در این خصوص به قرآن کریم مراجعه کنیم ، پاسخ زیبایی را دریافت خواهیم کرد ، که عبارتست از :

۱- وَ كَذَلِكَ بَعَثْنَاهُمْ لِيَتَسَاءَلُوا بَيْنَهُمْ قَالَ قَائِلٌ مِّنْهُمْ كَمْ لَبِئْتُمْ قَالُوا لَبِئْنَا يَوْمًا أَوْ بَعْضِ يَوْمٍ قَالُوا رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا لَبِئْتُمْ فَابْعَثُوا أَحَدَكُمْ بِوَرِقِكُمْ هَذِهِ إِلَى الْمَدِينَةِ فَلْيَنْظُرْ أَيُّهَا أَزْكَى طَعَامًا فَلْيَأْتِكُمْ بِرِزْقٍ مِنْهُ وَلْيَتَلَطَّفْ وَلَا يُشْعِرَنَّ بِكُمْ أَحَدًا.^۲

ترجمه : و این گونه آنان را از خواب برانگیختیم تا میان خود از یکدیگر پرسش کنند ، یکی از آنان گفت چقدر در غار درنگ کردید؟ گفتند یک روز یا بخشی از یک روز درنگ کرده ایم ، گفتند پروردگارتان به آن چه درنگ کرده اید داناتر است و اکنون یکی از خودتان را با همین سکه نقره ایتان به سوی شهر بفرستید و باید نظر کند کدام یک از غذاها پاکیزه تر و رشد یافته تر است و باید برای شما روزی ای از آن آورد ، ولی باید با لطافت عمل کند و هیچ کس را به حال شما متوجه نسازد !

۲- فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ.^۳

ترجمه : ای انسان به غذایت با دیده (**تحقیق**) بنگر که چه می خوری ؟

۲- کهف ۱۹

۳- عبس ۲۴

۳- مَنْ كَانَ يَظُنُّ أَنْ لَنْ يَنْصُرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ فَلْيَمْدُدْ بِسَبَبٍ إِلَى السَّمَاءِ ثُمَّ لِيُقَطِّعْ فَلْيَنْظُرْ هَلْ يُذْهِبَنَّ كَيْدَهُ مَا يَغِيظُ .^۴

ترجمه: هر کس یقین دارد که خدا و پیامبرش را در دنیا و آخرت یاری نخواهد کرد، پس طنابی بسوی بالا بکشد، سپس باید آن را قطع کند و باید نظر کند که آیا نیرنگش چیزی را که او را به خشم آورده حتماً از بین می برد؟

۴- فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ .^۵

ترجمه: ای انسان بخودت با دیده (تحقیق) بنگر که چگونه آفریده شده ای؟!

از آیات فوق نتیجه جالبی را می توان دریافت نمود و آن عبارتست از:

خلقت انسان + اعمال انسان = غذای انسان

توجه: از آیات فوق استنباط کردیم که انسان زمانی می تواند به حیات و بقای خود ادامه دهد که غذایی برای خوردن و سد جوع داشته باشد، در غیر این صورت زندگی برای هیچ موجودی، خصوصاً انسان میسر نمی باشد!

حال در این مورد یعنی غذای انسان و مشخصات آن، و اثرات مفید و یا مضر آن را مورد دقت و بررسی قرار می دهیم تا انشا... مایه عبرتی برای سایر انسان های عاقل و دور اندیش باشد و بتوانند از این موضوع نهایت استفاده و بهره وری را داشته باشند. بتوانند به تعالی روح و جسم دست یابند و از زندگی نهایت لذت را ببرند و شاکر نعمت های بیکران حضرت حق باشند و طعم آرامش و خوشبختی را بچشند! در این زمینه بهترین مرجع برای رجوع به غذای انسان و مشخصات آن قرآن کریم می باشد که استنادات ما به این کتاب الهی که سراسر از علم و منطق است می پردازیم تا شگفتی آن مشخص شود و به فطرت الهی خود رجوع کنیم تا مسائل حل شود!

غذای انسان

خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم، زمانی که انسان را خلق می کند، به وجد آمده! و خود را می ستاید که چنین موجود با شعور و زیبایی را آفریده است که می فرماید:

۴- حج ۱۵

۵- طارق ۵

۱- ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا
ءَاخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ .^۶

ترجمه: سپس نطفه را بصورت علقه در آوردیم ، سپس علقه را بصورت شبیه گوشتی آفریدیم و بعد گوشت را بصورت استخوان هائی آفریدیم ، سپس استخوان ها را گوشت پوشانیدیم ، سپس آن را بصورت آفرینش دیگری پدید آوردیم ؛ **پس احسن بر بهترین خلق کننده!**

مگر انسان چه حسنی دارد که خداوند سبحان در این زمینه به خود احسن می گوید؟
وقتی قرآن کریم را مورد دقت و بررسی دقیق علمی قرار می دهیم نتایج شگفتی را بدست می آوریم که در این مختصر به آن اشاره خواهیم کرد .

خداوند سبحان در قرآن کریم در این زمینه خود را دو بار مورد ستایش قرا می دهد که برای انسان عاقل و با شعور بسیار جالب است!

این دو مورد عبارتست از: یک بار در مورد خلقت انسان که بیان شد و دیگری در مورد خلقت غذای پاک برای انسان مومن و متقی!

۲- اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ قَرَارًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صَوْرَكُمْ وَرَزَقَكُمْ مِّنَ
الطَّيِّبَاتِ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ فَتَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ .^۷

ترجمه: خدا کسی است که زمین را برای شما قرارگاهی و آسمان را بنائی قرار داد و شما را صورت گری کرد و صورت های شما را نیکو گردانید و از غذاهای پاکیزه به شما روزی داد ، **این خدا پروردگار شماست ، پس احسن به خدائی که پروردگار عالمیان است!**

از این آیه متوجه می شویم که خداوند سبحان چقدر به نوع بشر لطف و عنایت وافری دارد ، غذای خاصی را برای انسان خلق می کند . برای دومین بار نیز به خود بخاطر خلق غذای حلال و طیب احسن گفته و خویش را می ستاید!

آیا ما انسان ها تا کنون در این زمینه اندیشیده ایم ؟!

چرا ما به تنها چیزی که توجه نداریم غذای مصرفی روزانه خودمان است!

۶- مومنون ۱۴

۷- غافر ۶۴

این غذا، ما را در چه مسیری روانه می کند؟ ما را به چه سمت و سوئی سوق می دهد؟ آیا می توانیم با نوع تغذیه به مراتبی زیبا و متعالی دست یابیم؟
حال نظر خداوند سبحان را در این زمینه جویا می شویم تا بیشتر دقت کنیم و بیشتر نوع غذائی را که خداوند می فرماید آن را مورد استفاده قرار دهیم.
خداوند سبحان در مورد غذای انسان چهار کلمه جالب دارد، از جمله:

حلال، حرام، طیبات و خبائث.

حلال:

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوَا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ.^۸

ترجمه: ای مردم بخورید آن چه در زمین حلال و طیب است و از راه های شیطان پیروی نکنید که او دشمن آشکار شماست!

وَ كُلُّوَا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ.^۹

ترجمه: و بخورید آن چه را که خداوند از حلال و طیب روزی شما کرده است و تقوی پیشه کنید، اگر به خدا ایمان دارید!

فَكُلُّوَا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ.^{۱۰}

ترجمه: پس بخورید از آن چه خداوند از حلال و طیب روزی شما کرده است و شکر نعمت های او را بجای آرید، اگر بنده خدا هستید؟

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُّوَا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقَكُمُ وَ اشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ.^{۱۱}

ترجمه: ای کسانی که ایمان آورده اید از طیباتی که خدا روزی شما کرده است بخورید و شکر خدا را بجای آرید اگر بنده خدا هستید؟

۸- بقره ۱۶۸

۹- مائده ۸۸

۱۰- نحل ۱۱۴

۱۱- بقره ۱۷۲

حرام :

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخَنزِيرِ وَ مَا أَهْلَ لَغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَ الْمُنْخَنِقَةُ وَ الْمَوْقُودَةُ وَ الْمُتْرَدِيَّةُ وَ النَّطِيحَةُ وَ مَا أَكَلَ السَّبْعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَ مَا ذُبِحَ عَلَى النَّصَبِ وَ أَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَمِ ذَلِكُمْ فِسْقٌ أَلْيَوْمَ يَأْسُ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَ اخْشَوْنِ أَلْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَ أَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَ رَضِيْتُ لَكُمْ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنْ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمِهِ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ .^{۱۲}

ترجمه : بر شما حرام شده است خوردن ، مردار و خون و گوشت خوک و آن چه را که به هنگام سر بریدن نام غیر خدا را بر آن ببرید و حیوانات خفه شده و بر اثر ضربه مرده باشد و یا از بلندی افتاده و جان سپرده و به ضرب شاخ کشته شده و آن چه درنده از آن خورده ، مگر آن چه را سر ببرید و آن چه برای بتان سنگی سر بریده شده است و نیز تقسیم کردن گوشت بوسیله چوب های شرط بندی ؛ این کار نافرمانی است ؛ امروز کسانی که کفر ورزیدند از دین شما نا امید شدند ، پس از آن ها نهراسید و از مخالفت من بترسید ! امروز دین شما را برایتان کامل کردم و نعمت خود را برای شما تمام نمودم و اسلام را برای شما به عنوان دین پذیرفتم و هر کس به اضطرار افتد در حالی که گرسنه و غیر متمایل به گناه باشد پس مانعی ندارد که از آن ها بخورد ؛ پس خدا بخشنده و رحیم است !

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحَرَّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ .^{۱۳}

ترجمه : ای کسانی که ایمان آورده اید طیبات خدا را که بر شما حلال کرده است ، بر

خود حرام نکنید و از راه خدا تعدی و تجاوز نکنید ، زیرا خدا متجاوزین را دوست ندارد !

وَ مَا لَكُمْ أَلَّا تَأْكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَ قَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَّا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ إِلَّا مَا اضْطُرِرْتُمْ إِلَيْهِ وَ إِنْ كَثِيرًا لَيُضِلُّونَ بِأَهْوَاءِهِمْ بِغَيْرِ عِلْمٍ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِالْمُعْتَدِينَ .^{۱۴}

ترجمه : و شما را چه شده که از آن چه نام خدا بر آن برده شده نمی خورید ؟ و حال آن که خدا آن چه را بر شما حرام کرده برایتان تشریح نموده است ! مگر آن چه را که به خوردن آن ناچار شدید و قطعاً

۱۲- مائده ۳

۱۳- مائده ۸۷

۱۴- انعام ۱۱۹

بسیاری از مردم به خاطر هوس هایشان بدون هیچ دانشی دیگران را گمراه می سازند؛ برآستی که پروردگارت خود بحال تجاوزکاران داناتر است.

قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ. ^{۱۵}

ترجمه: بگو در آن چه بسوی من وحی شده هیچ حرامی بر خورنده ای که آن را می خورد نمی یابم! جز این که مرداری باشد یا خون ریخته شده یا گوشت خوک، چرا که این ها پلید است و یا حیوانی که هنگام سر بریدن از روی نافرمانی نام غیر خدا بر آن برده شود، ولی کسی که ناچار شود در غیر صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد، پس گناهی بر او نیست چرا که پروردگارت بسیار آمرزنده و رحیم است.

قُلْ أَرَأَيْتُمْ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ لَكُمْ مِنْ رِزْقٍ فَجَعَلْتُمْ مِنْهُ حَرَامًا وَحَلَالًا قُلْ ءَلِلَّهِ أَذِنَ لَكُمْ أَمْ عَلَى اللَّهِ تَفْتَرُونَ. ^{۱۶}

ترجمه: بگو آیا نگریسته اند به آن چه از روزی که خدا برای شما فرود آورده و برخی از آن حرام و برخی را حلال نموده اید؟ بگو آیا خدا به شما رخصت داده یا بر خدا دروغ می بندید؟

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ. ^{۱۷}

ترجمه: بدرستی که بر شما مردار و خون و گوشت خوک و آن چه را که به هنگام سر بریدن نام غیر خدا بر آن برده شود، بر شما حرام کرده است ولی کسی که ناچار شود در صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد، پس گناهی بر او نیست، چرا که خدا بسیار آمرزنده و رحیم است!

طیبات:

وَ كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ.

ترجمه: و بخورید از آن چه که خداوند از حلال و طیب برای شما روزی کرده است و تقوی پیشه کنید، اگر به او مومن هستید؟!

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ.

ترجمه: پس بخورید از آن چه خدا از حلال و طیب برای شما روزی کرده و شکر نعمت های او را بجای آرید؛ اگر بنده خدا هستید؟!

۱۵- انعام ۱۴۵

۱۶- یونس ۵۹

۱۷- نحل ۱۱۵

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ .

ترجمه: ای کسانی که ایمان آورده اید از طيبات که روزی شما کرده ایم بخورید و شکر نعمت های خدا را بجای آرید اگر بنده خدا هستید؟!

خبائث:

وَ يَحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتُ وَ يَحْرَمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثُ .^{۱۸}

ترجمه: و برای شما طيبات را حلال و خبائث را حرام کردیم!

قُلْ لَا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَ الطَّيِّبُ وَ لَوْ ءَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ .^{۱۹}

ترجمه: بگو خبائث و طيبات مساوی نیستند، هر چند که فزونی خبائث تو را به شگفتی وادارد؛ پس ای صاحبان خرد خودتان را از عذاب خدا حفظ کنید؛ باشد که رستگار شوید!

نتیجه:

از آیات بیان شده فوق چنین نتیجه می گیریم که غذای انسان دارای دو مشخصه بارز می باشد که خداوند سبحان در قرآن کریم به آن اشاره کرده است و آن دو مورد عبارتند از:

۱- حلال .

۲- طیب .

یعنی غذایی که خداوند سبحان برای انسان تعیین نموده است باید، حلال و طیب باشد. زمانی که انسان به این نوع غذا روی آورد، بینش بسیار زیبایی را پیدا خواهد کرد که انسان را متحول خواهد نمود!

حال چرا باید غذای انسان حلال و طیب باشد؟

برای جواب این سوال بهتر است که از قرآن مجید کمک بگیریم و نظر خداوند سبحان را جویا شویم!

خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم بیان بسیار زیبایی دارد که می فرماید:

وَ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَ نَعَلَّمْهُ مَا تُوسَّوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ .^{۲۰}

خداوند سبحان در این آیه به صراحت می فرماید: **که من از رگ گردن به شما انسان ها**

نزدیکترم!

۱۸- اعراف ۱۵۷

۱۹- مائده ۱۰۰

۲۰- ق ۱۶

یعنی جسم انسان ظرفی است برای تجلی انوار حضرت حق ، به همین خاطر باید یک انسان سالم و مومن غذای حلال و طیب استفاده کند تا انوار الهی در وجودش تجلی یابد و به تعالی رسد ، چه هدفی بالاتر از این که انسان به چنین جایگاهی والا دست یابد و دریچه هائی از حقیقت امر الهی برایش گشوده گردد !

اثرات غذای حلال و طیب در انسان

باز برای دریافت جواب صحیح ، از قرآن کریم استمداد می طلبیم که خداوند در این مورد برای نوع بشر الگوئی را تعریف کرده است و می فرماید :

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا .^{۲۱}

خداوند تبارک و تعالی ، اسوه و الگو را برای یک انسان متقی و مومن و عاقل حضرت رسول اکرم (ص) را قرار می دهد و او را به این نام می خواند !

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ .^{۲۲}

خداوند سبحان آن حضرت را مایه رحمت برای کل جهان هستی ارسال می دارد !

وجود با برکت آن حضرت موجب می شود که جهان پر از خیر و برکت برای همه انسان ها شود و مایه فیض و خوشبختی و عمل به نیکی ها گردد !

حال ببینیم که خداوند تبارک و تعالی با چنین پیامبری که مایه رحمت و برکت است ، چگونه رفتار می کند و او را مورد خطاب قرار داده و می فرماید :

يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ .^{۲۳}

ترجمه : ای رسول از طیبات تناول کنید تا عمل صالحی داشته باشید ؛ به آن چه که می کنید ما آگاهیم .

توجه : با دقت در این آیه در می یابیم که چنین پیامبری که مایه رحمت و برکت برای کل هستی است و انسان کاملی است مورد خطاب حضرت حق قرار گرفته و در مورد غذای پاک به او سفارش می شود و

مهمتر این که ، طرز تفکر و عمل او بستگی به نوع غذایی دارد که او تناول می کند !

توجه : ای پیامبر غذای طیب تناول کن تا بتوانی عمل صالحی داشته باشی !

۲۱- احزاب ۲۱

۲۲- انبیاء ۱۰۷

۲۳- مومنون ۵۱

چرا ما انسان ها نسبت به قرآن کریم این قدر بی تفاوت شده ایم؟

چرا در این زمینه و زمینه های دیگر تفکر نمی کنیم؟

چرا اسیر عادت های غلط و نادرست شده ایم؟

چرا بنده خدا نیستیم و فقط بنده و اسیر شکم شده ایم؟

نتیجه: نتیجه ای که از این مختصر دریافت کردیم این است که غذای **حلال** و **طیب** سر نوشت انسان را رقم می زند و او را بر سر منزل مقصود می رساند.

این انسان گر چه پیامبر گرامی اسلام باشد، اگر غذای حلال و طیب تناول کند می تواند به اهداف عالی خود نائل شود؛ در غیر این صورت به هدف نخواهد رسید!

توجه: ای انسان به غذای خود بنگر که چه می خوری!

نوع غذا سر نوشت انسان را تغییر داده و می تواند او را به سر منزل مقصود برساند و یا او را از مسیر اصلی انسانیت دور کرده و به قهقرا سوق دهد!

تاثیر غذاهای حرام و خبائث در انسان

وقتی که در این باره دقت می کنیم، مسائل زیبایی مشخص و روشن می شود و به غفلت اکثریت مردم پی می بریم که در مورد تغذیه می توان گفت که اهمیتی برایشان ندارد که چه نوع مواد غذایی را مورد استفاده قرار دهند.

متأسفانه اکثریت مردم گوش به رسانه های جمعی داده و مرجعشان در تغذیه، تبلیغات رسانه ها می باشد. جای تاسف و تأثر است که در قرن بیست و یکم که به قول اکثریت مردم قرن حاضر، عصر نانو تکنولوژی و ماشین است! نه دین!

همین افراد به اصطلاح درس خوانده و تحصیل کرده، به تنها چیزی که اهمیت نمی دهند؛ نوع تغذیه است و متأسفانه بیشتر از (فست فود) و غذاهای بی محتوا و غربی استفاده می کنند!

وقتی که قرآن کریم را مورد مطالعه و دقت قرار می دهیم، شگفتی های آن بوضوح روشن می شود و ما را به سر منزل مقصود راهنمائی و هدایت می کند.

استفاده از غذاهای حرام و خصوصاً خبائث، انسان را از انسانیت خود خارج کرده و به پستی و قهقرا سوق می دهد که آن را می توان بوضوح رویت کرد.

خداوند سبحان در این زمینه آیات متعددی را در قرآن کریم بیان می کند از جمله :

۱- قُلْ لَا أُجِدُّ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ.
۲۴

ترجمه : بگو در آن چه بسوی من وحی شده هیچ حرامی بر خورنده ای که آن را می خورد نمی یابم! جز این که مرداری باشد یا خون ریخته شده یا گوشت خوک ، چرا که این ها پلید است و یا حیوانی که هنگام سر بردن از روی نافرمانی نام غیر خدا بر آن برده شود ، ولی کسی که ناچار شود در غیر صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد ، پس گناهی بر او نیست چرا که پروردگارت بسیار آمرزنده و رحیم است .

۲- إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ.
۲۵

ترجمه : بدرستی که بر شما مردار و خون و گوشت خوک و آن چه را که به هنگام سر بردن نام غیر خدا بر آن برده شود ، بر شما حرام کرده است ولی کسی که ناچار شود در صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد ، پس گناهی بر او نیست ، چرا که خدا بسیار آمرزنده و رحیم است !

غذاهائی که خداوند سبحان بر نوع بشر حرام کرده و همچنین غذاهای خبیث را نیز حرام می داند ، چرا انسان تحصیل کرده امروز به آن توجهی ندارد ؟

آیا این انسان به اصطلاح متمدن و یا بقول خود متجدد ، چرا این مقدار به غذای خود که عامل بقا و سلامتی و حیات اوست بی توجه و مهمتر این که بی تفاوت شده است . تنها آمال و آرزویش استفاده از غذاهائی است که با اسانس های شیمیائی طعم گرفته و ذائقه خود را گول می زند .

تنها دلیلشان بقول خودشان خوشمزه بودن آن ها است ، نه کیفیت !

متأسفانه امروزه الگوی غذائی ما مسلمان ها ، الگوی تغذیه غربی است که حقیقتاً فاجعه است و انسان امروز را به نیستی و نابودی می کشاند و او را از خود بیگانه و بی غیرت می کند و هستی و ناموس خویش را به رایگان در اختیار دیگران قرار می دهد و از این کار لذت می برد ! اف بر چنین انسان هائی که زمین خدا قدرت تحمل چنین انسان های رذل و پست را ندارد !

۲۴- انعام ۱۴۵

۲۵- نحل ۱۱۵

با خواندن این مطلب تقاضا دارم که قضاوت نکنید و اجازه دهید که این مطلب را به انتها برسانم ، بعد قضاوت کنید که بسیار جالب توجه است .

سوال :

- ۱- آیا تفاوت سوسیس و هات داگ را می دانید یا خیر؟
- ۲- آیا مخترعین و مبتکرین آن را می شناسید که چه کسانی در جهان بودند؟
- ۳- آیا می دانید که امروز چه کسانی خون می خورند؟
- ۴- آیا می دانید که چه کسانی از گوشت خوگ استفاده می کنند؟
- ۵- آیا اثرات سوء چنین غذاهائی را در روح و روان آدمی می دانید؟
- ۶- غذای حلال و طیب چه اشکالی دارد که از آن استفاده نمی کنید؟
- ۷- آیا عادت غذائی غرب خصوصاً اروپا را می دانید یا خیر؟

پاسخ :

- ۱- تنها فرق سوسیس و هات داگ در ظرف پوششی آن است ، یعنی برای سوسیس از روده های پلاستیکی استفاده می شود ولی برای هات داگ از روده حرام گوسفندهای ذبح شده در ایران که به کشور آلمان صادر می شود و از آن جا به کشورهای اروپائی و آمریکا!
 - ۲- مخترعین و مبتکرین این نوع غذا ها ، اعراب جاهلیت قبل از اسلام بودند که خون حیوان را در روده کوچک ریخته و می پختند و می شد سوسیس و یا آن را در روده بزرگ حیوان ریخته و می پختند و می شد کالباس!
- خداوند سبحان به این مساله در سوره مبارک انعام آیه ۱۴۵ اشاره می کند!
- ۳- امروز در کشورهای اروپائی ، مردم آن دیار غذائی دارند به نام (**بودون**).
- بودون** چیست؟ بودون غذائی است که تشکیل شده است از **خون خوگ** که با پیاز پخته و در روده خوگ (روده کوچک و بزرگ) می ریزند و خشک کرده می خورند که بوی تنفر آمیزی دارد!
- توجه :** رویت و تحقیق نویسنده در کشور فرانسه در شهر پاریس!
- این غذا (**بودون**) را در همه کشورهای اروپائی بدون استثنا استفاده می کنند ، خصوصاً آلمان و فرانسه!
- ۴- امروزه در کشورهای اروپائی و آمریکائی از گوشت این حیوان به وفور استفاده می کنند! حتی پوست کله و گوش این حیوان را می خورند!

جالب توجه این که این حیوان را پست و کثیف می دانند و بدترین فحش و ناسزائی که می خواهند نثار یکدیگر کنند می گویند: **خوک کثیف!**

در فرانسه اصطلاح (پُخ) را برای دشنام بکار می بردند، یعنی **خوک کثیف**.

سوال: این چه منطقی است که این حیوان را پست و کثیف می دانید ولی با میل و رغبت و بالذت هرچه تمامتر می خورید؟ مهمتر این که این گوشت را خشک کرده و بر اثر ماندن کپک سبز رنگی میزند و آن را به چند برابر قیمت (حدود ۳۰ برابر) خریداری کرده و با انواع شراب می خورید!

فرانسه که به اصطلاح مهد تمدن و علم است، پس چرا فرانسوی ها از این ضایعات تناول می کنند؟! خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم می فرماید: کسانی که خون و گوشت خوک را مورد استفاده قرار می دهند دچار **فسق و فجور** می شوند!

۵- آثاری که بر اثر خوردن چنین غذاهائی در روح و روان آدمی حلول می کند عبارتند از:

لابالیگری، بی بند و باری و بی غیرتی است!

امروزه بیش از ده سال است که در کشور فرانسه و شهر پاریس، کلویی دائر است به نام:

(شان ژیست کلوپ) یعنی کلوپ معاوضه!

در این کلوپ فقط خانواده ها که عبارت باشند از زن و شوهر، مجازند وارد این کلوپ شوند و افراد مجرد حق ورود به این کلوپ را ندارند!

تفریح خانواده های فرانسوی، شب ها ورود زوجین به این کلوپ بوده و به خوردن انواع شراب و گوشت خوک مبادرت می ورزند و زن های خود را با یکدیگر معاوضه کرده و در مقابل همدیگر عمل جنسی را انجام می دهند و از این کار نهایت لذت را می برند.

نگارنده مسائلی را در شهر پاریس ناظر بودم که شرم دارم آن را بیان کنم!

نتیجه: این عمل مگر به غیر از اثرات سوء غذاهای حرام و خبائث است، مگر انسان عاقل و فهیم تن به چنین کاری می دهد.

مهمتر این که امروزه اثرات چنین غذاهائی فاجعه آفریده است و بشریت را به ابتذال کشیده و آمیزش و ازدواج مرد با مرد را در کشورهای اروپائی قانونی کرده اند!

جالب توجه این که شهر دار پاریس خود از این قماش انسان هاست یعنی (گی) می باشد. گی به افرادی می گویند که با همجنس خود آمیزش می کنند، (آمیزش مرد با مرد) مانند: قوم لوط که تن به چنین عمل زشتی می دادند!

در مردان و خصوصاً در زنان هم چنین مسائلی وجود دارد، که مردان را (گی) و زنان را (لزبین) می گویند.

لزبین به زنانی می گویند که با همجنس خود طبق می زنند! (آمیزش زن با زن) توسط آلت های مصنوعی که گرانبهتر هستند!

توجه: مسئله سکس در اروپا و آمریکا بصورت یک صنعت بسیار عظیمی خود نمائی می کند!

آیا قرن بیست و یکم یعنی این، تمدن و علم و فرهنگ یعنی این، پیشرفت یعنی این؟! این مسائل که در بین حیوانات هم نیست، پس انسان عاقل و متمدن و تحصیل کرده باید چنین باشند، بلانسیب حیوان این گونه انسان ها که ننگ بشریت هستند!

در این زمینه مطالب بسیار است و به همین مختصر در این جزوه بسنده می کنم، چون حیا اجازه نمی دهد و اما یک تجربه تلخ تاریخ اسلام که به واقعه عاشورا منتهی می شود؛ عبارتست از خطبه خواندن حضرت امام حسین (ع) در مقابل لشکریان یزید!

حضرت هر چه قدر که به خواندن خطبه ادامه می دهند و واقعیت ها و حقایق را بیان می کنند، کمتر نتیجه می گیرند و در آخر چنین جمله ای را بکار می برند:

در شگفتم که چرا حقایق در شما اثر نمی کند و آن را نمی فهمید، هیچ دلیلی وجود ندارد به جز این که شکم های شما از لقمه حرام انباشته است!

نتیجه: آیا این مسائل به جز تاثیر غذاهای حرام و خبائث، چیز دیگری است؟!!

ای انسان به غذای خود بنگر که چه می خوری تا به انحراف و ذلت نیفتی! (قرآن).

۶- استفاده از غذاهای حلال و طیب موجب می شود که انسان به جایگاه اصلی خویش که **کمال**

انسانیت است برسد و دریچه هائی از **علم و معرفت** برویش گشوده شود!

انوار الهی در وجودش تجلی کند، و جامعه را اصلاح کند و پاکی و صمیمیت را اشاعه دهد و سلامت خانواده و جامعه تامین گردد!

۷- عادت غذایی در کشورهای اروپائی همان طور که بیان شد، استفاده از خون خوک (بودون) و گوشت خوک و انواع پنیرهای کپک زده و خصوصاً گوشت خوک مانده و کپک زده، کپک سبز روی آن می روید که آن را با انواع شراب می خورند.
(رویت نگارنده در پاریس در یکی از بازارهای مقشه).

آیا غذای انسان عاقل و متمدن امروزی که سراپا ادعا بوده و بخاطر علم اندکی که دارد، خدا را بنده نیست! این نوع غذا باید باشد؟
انسان از زندگی چه انتظاری دارد؟ بی بند و باری و فساد و فحشا! یا انسانیت و حرکت بر مبنای فطرت پاک؛ که الهی است!

جای بسی تعجب است که امروزه ما مسلمان ها از خود بیگانه شده و راهی را دنبال می کنیم که عاقبتی ندارد و غرب را کعبه آمال خود قرار داده و روز به روز به قهقرا می رویم و خود را به نابودی و فساد سوق می دهیم!

اگر کمی به غرب توجه کنیم و آن را منطقی و بی طرف مورد نقد و بررسی قرار دهیم می بینیم که، در عصر حاضر هم هنوز استحمام و صورت شستن را بدرستی نمی دانند، جالب نیست و یا بهتر است که به کتاب تمدن اسلام و عرب نوشته دکتر گوستاولبون فرانسوی مراجعه کنید و حقایق غرب را از زبان خود ایشان بشنوید تا شاید باور کنید!

انسان عاقل کسی است که بر مبنای فطرت پاک و الهی خویش در زندگی حرکت کند، تا به سر منزل مقصود پاک و زیبای انسانیت برسد.

متأسفانه امروز، اکثر مردم این مسئله را عنوان می کنند، خواهی نشوی رسوا، هم رنگ جماعت شو!
چه حرف مزخرفی و چه عرف نا همگونی که دقیقاً بر خلاف قرآن کریم و گفته خداوند سبحان است!
خداوند تبارک و تعالی در این زمینه بیان بسیار زیبایی در قرآن کریم دارد و می فرماید:

وَإِنْ تُطِيعْ أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ يُضِلُّوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ.^{۲۶}

ترجمه: و اگر از بیشتر مردم که در زمین هستند پیروی کنی، تو را از راه خدا گمراه می کنند!
مردم جز از ظن و گمان پیروی نمی کنند و جز این نیست که آنان حدس می زنند و خیالبافی می کنند.

آیا این منطق درست و صحیح است که کلام الهی را بی توجهی کرده و به دنبال حدس و گمان مردم برویم؟ آیا مردم برای ما الگو و اسوه هستند یا پیامبر گرامی اسلام؟
آیا پیروی از کلام الهی درست است، یا اطاعت از حدس و گمان انسان های جاهل و نادان؟!
با بررسی دقیق رفتار و کردار جامعه امروزی فقط و فقط این نتیجه حاصل می شود که اکثریت مردم روی زمین از دو چیز اساسی و مهم کاملاً بدور هستند، آن دو چیز عبارتست از:

۱- خداوند تبارک و تعالی .

۲- قرآن کریم .

دلیل این بررسی دقیق علمی را از زبان قرآن کریم بیان می کنم تا حرف بیهوده ای را نگفته باشم!
خداوند سبحان از زبان پیامبر عظیم الشانش حضرت محمد (ص) بیان بسیار زیبایی دارد که شرح حال انسان های متمدن و متجدد امروزی است و می فرماید:
وَقَالَ الرَّسُولُ يَا رَبِّ إِنَّ قَوْمِي اتَّخَذُوا هَذَا الْقُرْآنَ مَهْجُورًا.^{۲۷}
ترجمه: و پیامبر فرمود، خدا یا امت من از قرآن دوری کردند و آن را مهجور قرار دادند!
افرادی که امروزه چنین عمل می کنند (دوری از قرآن) آیا از آنان انتظاری غیر از این را می توان داشت؟!

غذای انسان چیست؟

با مطالعه و بررسی های دقیق قرآن کریم بارها و بارها به این نتیجه می رسیم که خداوند قادر متعال برای نوع بشر غذایی را آفریده است تا در او نشاط و شادابی را ایجاد کرده و او را از هر گونه بیماری و کسالت نجات دهد!

چرا ما انسان ها در این امر دقت نمی کنیم و به اصل خویش باز نمی گردیم؟
چرا خود را نمی شناسیم؟ چرا به جهان هستی که خداوند سبحان همه را برای ما انسان ها آفریده توجه نمی کنیم؟ چرا دچار غفلت و بی خبری شده ایم؟
بنده حقیر که هفده سال است که در باره غذای انسان و خود انسان و بیماری هایش مطالعه و تحقیق می کنم، مطالب بسیاری دستگیر شده است. از جمله:

غذای اصلی انسان در قرآن کریم بدین شکل بیان شده است که عبارتست از :

۱- غذای اصلی انسان **گیاه** می باشد که در آیات متعدد بیان شده است .

۲- غذای فرعی یا جانبی انسان غذاهای **گوشتی** و **دریائی** می باشد .

برای بیان این مطالب آیاتی به عنوان نمونه بیان می شود تا در آن ها دقت شود .

غذاهای گیاهی (غذای اصلی انسان) .

الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَكُمْ فَلَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَنْدَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ .^{۲۸}

ترجمه : خدا کسی است که زمین را بستری و آسمان را بنائی برای شما قرار داد و از آسمان آبی فرو فرستاد و بوسیله آن از محصولات روزی برای شما بیرون آورد ، پس برای خدا شریکی قرار ندهید در حالی که شما می دانید !

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ (۲۴)

ترجمه : پس ای انسان به غذای خود بنگر که چه می خوری ؟

أَنَا صَبَّبْنَا الْمَاءَ صَبًّا (۲۵)

ترجمه : که ما آب را با بارشی فرو ریختیم !

ثُمَّ شَفَقْنَا الْأَرْضَ شَفَقًا (۲۶)

ترجمه : سپس زمین را کاملاً شکافتیم !

فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا (۲۷)

ترجمه : در آن دانه را رویانیدیم !

وَعِنَبًا وَقَضْبًا (۲۸)

ترجمه : و انگور و سبزی !

وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا (۲۹)

ترجمه : و زیتون و درخت خرما !

وَ حَدَاتِقَ غُلْبًا (۳۰)

ترجمه: و باغ های انبوه!

وَ فَكِيهَةً وَ أَبَا (۳۱)

ترجمه: میوه و گیاهان چراگاه!

مَتَعًا لَكُمْ وَ لَأَنْعَمِكُمْ (۳۲)

ترجمه: غذای شما و برای دام هایتان است!

در این سوره (عبس) خداوند سبحان بیان عجیبی دارد و نیازمندی های بدن انسان را به ترتیب الویت بیان می کند که عبارتند از:

ابتدا پروتئین ها، قندها، چربی ها و در آخر به ویتامین ها اشاره می کند!

خداوند سبحان در این سوره کلمه (فلینظر) را بیان می کند که فعل امر بوده و انسان را در مورد غذایش، امر به تحقیق می کند!

توجه: مطلب بسیار زیبایی که خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم بیان می کند، عبارتست از اشتراک غذای انسان با دام!

این مسائل در چهار آیه در سوره مختلف بیان شده است که در این جزوه مختصر بیان می شود تا موجب عبرت افراد آگاه و محقق شود و در این مورد به تحقیق و تفحص پردازند تا بسیاری از مسائل پیچیده آدمی روشن شود.

۱- كُلُوا وَ ارْعَوْا أَنْعَمَكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِأُولِي النُّهَى .^{۲۹}

ترجمه: بخورید و دام هایتان را بچرانید، مسلماً در آن نشانه هائی است برای صاحبان اندیشه!

۲- إِنَّمَا مَثَلُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ مِمَّا يَأْكُلُ النَّاسُ وَ الْأَنْعَامُ حَتَّى إِذَا أَخَذَتِ الْأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ وَظَنَّ أَهْلُهَا أَنَّهُمْ قَدِرُونَ عَلَيْهَا أَتَاتَا أَمْرًا لَيْلًا أَوْ نَهَارًا فَجَعَلْنَاهَا حَصِيدًا كَأَن لَّمْ تَغْنَبِ بِالْأَمْسِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ .^{۳۰}

ترجمه: مثال پست زندگی دنیا فقط همانند آبی است که از آسمان فرو فرستادیم و به آن گیاهان زمین؛ از آن چه مردم و دام ها می خورند، آمیخته شود؛ تا هنگامی که زمین زیبائیش را برگرفت و

۲۷- طه ۵۴

۲۸- یونس ۲۴

آراسته شد و اهل آن یقین می کنند که آنان بر آن توانائی دارند ، ناگهان در شبی یا روزی فرمان نابودی ما بدان در رسد و آن را درو می کنیم چنانکه گویا دیروز هرگز بر پا نبوده است ! این گونه آیات را برای گروهی که تفکر می کنند ، شرح می دهیم !

۳- أَوْلَمْ يَرَوْا أَنَّا نَسُوقُ الْمَاءَ إِلَى الْأَرْضِ الْجُرُزِ فَنُخْرِجُ بِهِ زَرْعًا تَأْكُلُ مِنْهُ أَنْعُمُهُمْ وَأَنْفُسُهُمْ أَفَلَا يُبْصِرُونَ .^{۳۱}

ترجمه : و آیا نظر نکرده اند که ما آب باران را بسوی زمین بی آب و علف می رانیم و بوسیله آن زراعتی را بیرون می آوریم که دام هایشان و خودشان از آن می خورند ، آیا نمی بینید ؟

۴- مَتَّعْنَا لَكُمْ وَلَئِنَّمِكُمْ .^{۳۲}

ترجمه : این غذای شما و دام هایتان است !

نتیجه : از آیات فوق چنین نتیجه می گیریم که اشتراک تغذیه بین انسان و دام وجود دارد ! چرا ؟ اگر این مساله را دقیق مورد نقد و بررسی علمی قرار دهیم دریچه هائی از علم و آگاهی بروی ما به لطف الهی باز خواهد شد .

چرا انسان باید چنین اشتراکی با دام داشته باشد ؟

پاسخ :

۱- انسان هر غذائی که تناول کند ، همان می شود . یعنی خصوصیات هر نوع مواد غذائی در روح و جسم آدمی حلول می کند و او را به همان سمت سوق می دهد . غذاهای گیاهی از یک لطافت خاصی برخوردار هستند که همان لطافت به انسان منتقل می شود و او را لطیف و دوست داشتنی و آرام می کند !

۲- خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم به غذاهای گیاهی کرامت بخشیده است و آن ها را ستوده است که می فرماید :

أَوْلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيمٍ .^{۳۳}

۲۹- سجده ۲۷

۳۰- عبس ۳۲

۳۱- شعراء ۷

ترجمه: و آیا بسوی زمین نظر نکرده اند که چه بسیار انواع گیاهان از هر جفت کریم و ارجمند در آن رویانندیم؟!

۳- با استفاده از غذاهای گیاهی عموماً انواع میکروب ها و باکتری ها و تخم انگلها و ویروسها نمی توانند براحتی در بدن انسان رشد و تکثیر پیدا کنند!

۴- با استفاده از این نوع غذاها معمولاً جامعه نیاز به این همه دارو و درمان و بیمارستان و مراکز بهداشتی نیاز پیدا نمی کند و از نظر اقتصادی هزینه های بسیاری صرفه جوئی می شود!

۵- جرم و جنایت به مقدار چشم گیری کاهش پیدا می کند و انسان ها در صلح و صفا بسر می برند و وجودشان مملو از عشق و مهر و محبت می شود

۶- آیا دام ها مثل انسان به حریم یکدیگر تعدی و تجاوز می کنند و یا این که این عادات مخصوص انسان ها می باشد و عمده دلائلش عدم توجه به فطرت انسانی خویش بوده و آن را فراموش می کنند!

خداوند سبحان در این مورد چه زیبا و جالب بیان می کند و می فرماید:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ .^{۳۴}

ترجمه:

پس روی خود را به دین حق گرایانه متوجه کن ، که خدا مردم را بر اساس فطرت آفریده که هیچ تغییری در آفرینش الهی نیست ؛ این دین استوار است ولیکن بیشتر مردم (فطرت) را نمی دانند!

چه زیبا خداوند سبحان بیان می فرماید: این فطرت چیست که اکثریت مردم از آن بی خبرند و نمی دانند؟!

تمام گرفتاری های انسان بهمین خاطر است که از فطرت الهی خویش بدور مانده و تلاش بیهوده می کند و در نهایت به جایی نمی رسد!

چرا اکثریت مردم با تفکر بیگانه اند؟

چرا در خود فرو نمی روند و خود را نمی شناسند؟

خود شناسی مقدمه ای است برای خدا شناسی و نجات یافتن از معضلات جامعه امروزی بشر!

امید است که انسان امروزی کمی بخود آید و خود را بشناسد تا نجات یابد .

غذاهای دریائی برای انسان

خداوند سبحان در قرآن کریم دو آیه در مورد غذاهای دریائی بیان می کند و اشاره دارد که از غذاهای دریای آب شور و شیرین و بصورت تازه استفاده کنید و شکر نعمت های او را بجای آرید !

۱- وَ مَا يَسْتَوِي الْبَحْرَانِ هَذَا عَذْبٌ فُرَاتٌ سَائِغٌ شَرَابُهُ وَ هَذَا مِلْحٌ أُجَاجٌ وَ مِنْ كُلِّ تَاكُلُونَ لَحْمًا طَرِيًّا وَ تَسْتَخْرِجُونَ حَلِيَّةً تَلْبَسُونَهَا وَ تَرَى الْفُلُكَ فِيهِ مَوَاحِرَ لِيَتَّبِعُوا مِنْ فَضْلِهِ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ .^{۳۵}

ترجمه : و دو دریا یکسان نیستند ، یکی نوشیدنش گوارا و آن دیگر شور و تلخ است و از هر دو گوشت تازه می خورید و زیوری که آن را می پوشید بیرون می آورید و کشتی ها را در آن شکافنده می بینی تا از بخشش او بهره جوئید تا شاید از خدا تشکر کنید ؟ !

۲- وَ هُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِنَا كُلُّوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَ تَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حَلِيَّةً تَلْبَسُونَهَا وَ تَرَى الْفُلُكَ مَوَاحِرَ فِيهِ وَ لِيَتَّبِعُوا مِنْ فَضْلِهِ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ .^{۳۶}

ترجمه : و او کسی است که دریا را رام ساخت تا از آن گوشت تازه بخورید ، و از آن زیوری که آن را می پوشید بیرون آورید ؛ و کشتی ها را در آن شکافنده می بینی ، تا از بخشش او بهره جوئید ، شاید از خدا تشکر کنید ؟ !

استفاده از غذاهای دریائی تازه موجب می شود که انواع املاح و فلزات مفید در این مواد غذائی مثل روی که در دوطرف بدن ماهی بصورت یون وجود دارد ، نیازمندی های بدن انسان را مرتفع کند و به انسان آرامش خاص را بدهد .

زیرا ماهی موجودی است که از آرامش نسبتاً خوبی برخوردار می باشد و با خوردن آن آرامش بسراغ شخص خواهد آمد !

همان گونه که خداوند سبحان در قرآن کریم می فرماید :

بهتر است که غذاهای دریائی را بصورت تازه استفاده کنید تا حد اکثر بهره از آن نصیب شما شود .

۳۳- فاطر ۱۲

۳۴- نحل ۱۴

غذاهای حیوانی برای انسان

یکی دیگر از غذاهای انسان را فرآورده های حیوانی تشکیل می دهد که عبارتست از انواع گوشت قرمز ، مانند :

گوشت گوسفند ، گوشت گاو ، گوشت بز ، گوشت شتر و غیره .

خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم در این مورد (گوشت قرمز) تعداد اندکی آیه را بیان می کند که به بیان آن ها می پردازیم :

لِيَشْهَدُوا مَنَفِعَ لَهُمْ وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَّعْلُومَةٍ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِّنْ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ فَكُلُوا مِنْهَا وَأَطْعِمُوا
الْبَائِسَ الْفَقِيرَ .^{۳۷}

ترجمه : تا شاهد سودهایشان باشند و در روزهای معینی نام خدا را بخاطر نعمت ها و به هنگام قربانی بر دام های زبان بسته که به آنان روزی داده است ببرند، پس از گوشت آن ها بخورید و به نیازمندان نیز بخورانید .

ذَٰلِكَ وَمَنْ يُعْظَمْ حُرْمَتَ اللَّهِ فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَأَحَلَّتْ لَكُمْ الْأَنْعَامَ إِلَّا مَا يُتْلَىٰ عَلَيْكُمْ فَاجْتَنِبُوا الرِّجْسَ
مِنَ الْأَوْثَانِ وَاجْتَنِبُوا قَوْلَ الزُّورِ .^{۳۸}

ترجمه : هر کس برنامه های بزرگ الهی را محترم بشمارد ، پس آن نزد پروردگارش برای او بهتر است و برای شما دام ها حلال شده مگر آن چه حکمش بر شما خوانده می شود ، پس از بت های پلید دوری کنید و از گفتار باطل دوری نمائید .

وَلِكُلِّ أُمَّةٍ جَعَلْنَا مَنَسَكًا لِّيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِّنْ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ فَإِلَهُكُمْ إِلَهُ وَحِدٌ فَلَهُ أَسْلِمُوا وَبَشِّرِ
الْمُحْسِنِينَ .^{۳۹}

ترجمه : و برای هر امتی مراسم عبادی قربانی قرار دادیم تا نام خدا را هنگام قربانی بر دام های زبان بسته که به آنان روزی داده ببرند ، و معبود شما معبودی یگانه است ، پس فقط تسلیم فرمان او شوید و فروتنان را مرزده دهید .

وَذَلَّلْنَاهَا لَهُمْ فَمِنْهَا رَكُوبُهُمْ وَمِنْهَا يَأْكُلُونَ .^{۴۰}

۳۵- حج ۲۸

۳۶- حج ۳۰

۳۷- حج ۳۴

ترجمه: و آن ها را برایشان رام ساختیم ، پس برخی از آنان را سوار شوید و برخی را بخورید !

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَمِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنفَعٌ كَثِيرَةٌ وَ مِنْهَا تَأْكُلُونَ .^{۴۱}

ترجمه: و قطعاً دام ها برای شما عبرتی است ، از آن چه در شکم آن هاست به شما شیر می نوشانیم و

برای شما در آن ها سود های فراوان است و از گوشت آنان بخورید !

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَنْعَمَ لِتَرْكَبُوا مِنْهَا وَ مِنْهَا تَأْكُلُونَ .^{۴۲}

ترجمه: خداوند از چهار پایان را برای شما مرکب قرار داد ، و از برخی بخورید !

وَ الْبَدْنَ جَعَلْنَاهَا لَكُمْ مِّنْ شَعْتِ اللَّهِ لَكُمْ فِيهَا خَيْرٌ فَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهَا صَوَافٍ فَإِذَا وَجَبَتْ جُنُوبَهَا فَكُلُوا

مِنْهَا وَ أَطْعَمُوا الْقَانِعَ وَ الْمُعْتَرَّ كَذَلِكَ سَخَّرْنَاهَا لَكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ .^{۴۳}

ترجمه: و برای شما آن شترهای فربه را از نشانه های خدا قرار دادیم ؛ در آن ها برای شما خیر است .

پس در حالی که برای قربانی در صف ایستاده اند نام خدا را بر آن ها بپسید ، و هنگامی که پهلو هایشان بر

زمین افتاد ، پس گوشت آن ها را بخورید و به نیازمندان و درخواست کنندگان بخورانید ، این گونه برای

شما رام ساختیم تا شاید شما سپاسگزاری کنید .

این آیه (**بُدن**) در مورد گوشت شتر می باشد ، که می فرماید : از آن تناول کنید .

با توجه به آیات بیان شده در این مختصر ، در می یابیم که غذاهای حیوانی را به حد اقل برسانیم تا

کمترین صدمه را ببینیم !

برای استفاده از این نوع غذا ها باید شرائطی را که خداوند متعال در قرآن کریم بیان می کند ، بهمان

طریق باید مورد استفاده قرار دهیم .

برای استفاده از این نوع مواد غذایی ابتدا باید حیوان را طبق شرائطی که خداوند سبحان در قرآن کریم

بیان می کند ذبح کرده و سپس مورد استفاده قرار داد .

مساله مهمی که در غذاهای حیوانی وجود دارد عبارتست از :

۳۸- یس ۷۲

۳۹- مومنون ۲۱

۴۰- غافر ۷۹

۴۱- حج ۳۶

شرائط ذبح حیوان حلال گوشت

- ۱- هنگام ذبح به حیوان آب داد .
- ۲- حیوان را روبه قبله ذبح کرد .
- ۳- کاردی که با آن سر حیوان را می برند باید کاملاً تیز بوده تا حیوان احساس درد نکند .
- ۴- ابتدا رگ های اصلی حیوان را از بالای استخوان حنجره قطع کرد تا خون حیوان کاملاً خارج شود .
- ۵- هنگام ذبح حتماً نام مبارک و صفات خدا (بسم الله الرحمن الرحيم) را بیان کرد ، در غیر این صورت گوشت این حیوان حرام خواهد شد !
- ۶- اگر چنین عمل کردیم ، گوشت این حیوان قابل استفاده می شود .
- ۷- در مصرف این نوع مواد غذایی بهتر است که زیاده روی نشود .

آیات مربوط به شرایط ذبح حیوان

قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ .^{۴۴}

ترجمه: بگو در آن چه بسوی من وحی شده هیچ حرامی بر خورنده ای که آن را می خورد نمی یابم! جز این که مرداری باشد یا خون ریخته شده یا گوشت خوک ، چرا که این ها پلید است و یا حیوانی که هنگام سر بردن از روی نافرمانی نام غیر خدا بر آن برده شود ، ولی کسی که ناچار شود در غیر صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد ، پس گناهی بر او نیست چرا که پروردگارت بسیار آمرزنده و رحیم است .

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ .^{۴۵}

ترجمه:

۴۲- انعام ۱۴۵

۴۳- نحل ۱۱۵

بدرستی که بر شما مردار و خون و گوشت خوک و آن چه را که به هنگام سر بریدن نام غیر خدا بر آن برده شود، بر شما حرام کرده است ولی کسی که ناچار شود در صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد، پس گناهی بر او نیست، چرا که خدا بسیار آمرزنده و رحیم است!

چرا نام مبارک خداوند را هنگام ذبح باید گفت!

- ۱- خداوند تبارک و تعالی خالق جهان هستی است.
- ۲- تمام نعمت های موجود در جهان را او آفریده است.
- ۳- هر کاری را باید با نام مبارک خداوند سبحان آغاز کرد.
- ۴- هر کاری یا امری که با نام و یاد او شروع نشود سرانجامی نخواهد داشت.
- ۵- برای استفاده از نعمت های خداوند باید از او کسب اجازه شود، در غیر این صورت ما حق استفاده از نعمت ها را نداریم.
- ۶- آیا ما حاضریم که اموالمان را دیگران بدون اجازه ما دخل و تصرف کنند؟
- ۷- در حالی که مالکیت ما قرار دادی است و بعد از مردن ما، ساقط می شود!
- ۸- بیان نکردن نام مبارک خداوند سبحان موجب می شود که اثرات بدی در گوشت حیوان ایجاد شود!!
- ۹- برای اثبات این مساله می توان از تحقیقات دانشمند ژاپنی به نام **ایموتو** استفاده کرد.
- ۱۰- ایشان در این تحقیقات بوضوح تاثیر کلام خوب و بد را اثبات کرده اند.
- ۱۱- نام مبارک **الله** موجب تاثیرات بسیار زیبایی در مواد غذایی ایجاد می کند که موجب سلامتی و آرامش می شود!
- ۱۲- چه کاری با نام مقدس خداوند سبحان آغاز شود به انجام نمی رسد؟
- ۱۳- غذایی که با این نام آغاز شود مایه سلامتی و نشاط خواهد بود.
- ۱۴- انسان هائی که همیشه با نام خداوند تبارک و تعالی زندگی خویش را آغاز می کنند در همه حال انسان هائی هستند که از آرامش و نشاط و سلامتی کامل بر خوردار هستند و از زندگی خویش لذت می برند!

تأثیر غذای حلال و طیب در انسان

انسان زمانی می تواند به آرامش و سکون برسد که تفکر زیبایی داشته باشد . خداوند تبارک و تعالی زیبای مطلق است ، همه زیبایی ها فقط به او ختم می شود . انسانی که با زیبایی ها سر و کار داشته باشد در حقیقت به منبع زیبایی که خداوند سبحان است وصل می شود و در زندگی همه چیز را زیبا و دوست داشتنی می بیند . انسان مومن انسانی است که همیشه دارای نشاط و آرامش باشد . انسان مومن انسانی است بسیار منطقی و عاقل و همه کارهایش بر مبنای استدلال می باشد که خداوند سبحان در قرآن کریم بیان بسیار زیبایی دارد که می فرماید :

وَقَالُوا لَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلَّا مَنْ كَانَ هُودًا أَوْ نَصْرِي تِلْكَ أَمَانِيُّهُمْ قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ^{۴۶} .

ترجمه : و گفتند : جز کسی که یهودی یا مسیحی است ، داخل بهشت نخواهد شد این آرزوهای آن هاست بگو اگر راست می گوئید دلیل روشنتان را بیاورید ! انسان مومن تمام کارهایش باید بر مبنای منطقی و استدلال باشد . سوال این جاست که آیا نوع غذا در داشتن ایمان تأثیر دارد یا خیر ؟ این مسئله را قبلاً از قرآن کریم اثبات کردیم ، دقت شود ! خداوند سبحان تمام نعمت های خوب و زیبای خود را برای انسان مومن آفریده است ، یعنی انسانی می تواند خلیفه خدا شود که ، در راه خدا حرکت کند و تمام گفته های او را سر لوحه زندگی خویش قرار دهد .

خداوند سبحان در این زمینه بیان زیبایی دارد که می فرماید :

اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطُّغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ^{۴۷} .

ترجمه :

۴۴- بقره ۱۱۱

۴۵- بقره ۲۵۷

خدا سرپرست کسانی است که به او ایمان آورده اند ، خداوند آنان را از تاریکی ها بسوی نور هدایت می کند و کسانی که کفر ورزیده اند سرپرستشان طاغوت است ، که طاغوت آنان را از نور بسوی تاریکی ها و ظلمت ، وارد می کند . آنان اهل آتشند در حالی که آنان در آن ماندگارند . خداوند ولی و سرپرست کسانی است که به او ایمان می آورند ، آنان را از ظلمت و تاریکی و فقر و جهل و بدبختی خارج کرده و در نور قرار می دهد !

اما دلیل محکمی که می توان بیان کرد که حقیقتاً غذای حلال و طیب اثرات شگفت انگیزی را در وجود آدمی از جمله جسم و روح می گذارد . زیرا این نوع غذا با وجود انسان سنخیت کامل را دارد ! خداوند تبارک و تعالی در قرآن کریم بیان زیبایی دارد که می فرماید :

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ .^{۴۸}

خداوند سبحان عمل پیامبر (ص) را در گرو غذای حلال و طیب می داند و به او سفارش می کند که اگر می خواهی عمل درستی داشته باشی ، باید غذای طیب را تناول کنی !

آیا غذا این قدر در روح جسم آدمی اثر بسزائی دارد ؟

در عمل می بینیم که حقیقتاً این گونه است ؛ زیرا انسان گل سر سبد آفرینش است .

قبلاً بیان کردیم که خداوند سبحان دو بار به خود احسن گفته ، یک بار در مورد خلقت انسان و دیگر ، در مورد غذای انسان خود را ستوده است !

با بررسی آیات قرآن به این نتیجه دست یافتیم که غذای انسان مهمتر از خلقت انسان است ، زیرا خداوند منان دو بار کلمه (فلینظر) را در مورد غذای انسان بکار برده است و فقط یک بار این کلمه را در مورد خلقت انسان بیان کرده است !

حال چرا غذای انسان این همه مهم و حیاتی است ؟ برای این که غذا عامل مهم و حیاتی برای ادامه حیات و رشد و تکثیر و عامل مهم بقای نسل آدمی است !

اما در غذا ها مهمترین آن گیاهی است که قبلاً بیان شد .

مساله مهمی که در قرآن بارها مشاهده می شود ، این است که غذای انسان باید در درجه اول گیاهی باشد و مهمتر از آن باید با آب باران که آب پاک و مطهری است رشد کند تا اثرات زیبایی را در روح و روان و جسم آدمی بگذارد .
خداوند سبحان در این زمینه می فرماید :

الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَكُمْ فَلَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَنْدَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ .^{۴۹}

ترجمه :

خدا کسی است که زمین را بستری و آسمان را بنائی برای شما قرار داد و از آسمان آبی فرو فرستاد و بوسیله آن از محصولات روزی برای شما بیرون آورد ، پس برای خدا شریکی قرار ندهید در حالی که شما می دانید !

چرا غذای انسان باید با آب باران رشد کند ؟

این مسئله را از نظر علمی مورد بررسی قرار می دهیم تا یکی دیگر از شگفتی های قرآن کریم در مورد غذای انسان مشخص شود !

به دلایل متعددی باید غذای انسان با آب باران به عمل آید تا انسان به مراحل تعالی روح و جسم نائل شود

- ۱- آب باران را قرآن کریم ، آب پاک و مطهر می داند !
- ۲- آب باران ، آب خالص بوده و از هر گونه آلودگی ها بدور می باشد !
- ۳- آب باران به روش باریدن بر زمین می رسد و به گیاه و خاک صدمه نمی رساند !
- ۴- آب باران براحتی و با سرعت جذب زمین و گیاه می شود و گیاه بسرعت رشد می کند !
- ۵- آب باران دارای کود مناسب ، برای گیاه بوده از جمله ازت !
- ۶- آب باران با ازت موجود در هوا ترکیب شده و بصورت انیدرید به زمین می بارد !
- ۷- آب باران حکم ضد آفت را برای گیاه دارد !

۸- آب باران که بصورت انیدرید بزمین می بارد ، با نیترا ت زمین ترکیب شده و تولید اسید نیتریک می کند که بهترین ضد آفت برای گیاه می باشد !

۹- آب باران در فصل مناسب شروع به باریدن می کند و زمین و گیاه می تواند براحتی آن را مورد استفاده قرار دهد !

۱۰- آب باران بخاطر پاک بودنش ، ذات گیاه را بر مبنای فطرت پاکش رشد می دهد !

۱۱- فطری بودن گیاه اثرات عجیبی در روح و روان آدمی دارد و او را بر مبنای فطرت الهی اش به تکامل می رساند .

۱۲- آب باران موجب می شود که غذای فطری انسان که خداوند برایش آماده کرده است ، براحتی بدست انسان برسد .

۱۳- آب باران موجب می شود که ، غذاهای گیاهی که بدین روش رشد کرده اند بر اثر مصرف در بدن انسان ، انوار الهی تجلی یابد !

۱۴- آب باران بخاطر داشتن اکسیژن کافی ، هنگامی که آن را می آشامیم اکسیژن موجود و کافی

در آن باعث سوخت و ساز بهتر مواد غذائی در سلول ها شده و پیشگیری از بیماری ها می شود

با بررسی دقیق و علمی قرآن مجید در مورد انسان و غذایش به این نتیجه می رسیم که غذای انسان باید دو ویژگی داشته باشد .

۱- حلال .

۲- طیب .

نتیجه :

۱- با بررسی مسائل مربوط به غذای انسان دریافتیم که تنها غذای مورد نیاز انسان ، غذای **حلال و**

طیب است !

۲- غذای انسان دارای چهار مشخصه می باشد ، از جمله :

الف : حلال .

ب : حرام .

ج : طیبات .

د : خبائث .

۳- غذاهای حرام و خبائث در شان انسان عاقل و منطقی نیست!

۴- استفاده از غذاهای حرام و خبیث موجب می شود که انسان از حالت تعادل روحی و روانی خارج شده و به قهقرا سقوط کند .

۵- استفاده از غذاهای حلال و طیب موجب می شود که انسان به حالت تعادل برسد و تمامی کارهایش بر مبنای منطق و استدلال باشد .

۶- استفاده از غذاهای حرام مانند : گوشت خوک و خون موجب می شود که انسان به رذالت و پستی کشیده شود و مبادرت به کارهایی کند که بر خلاف طبیعت و منش انسانیت باشد ؛ مانند : **گی ها**

و نرین ها !

۷- استفاده از غذاهای حرام و خبائث موجب می شود که انسان ؛ تعدی و تجاوز به حق دیگران را براحتی انجام دهد و ابائی نداشته باشد .

۸- استفاده از این نوع غذاها موجب می شود که انسان به فسق و فجور کشیده شده و تن به کارهای ناشایست دهد .

۹- عموماً انسان های خلاف کار کسانی هستند که از این نوع غذاها بیشتر استفاده می کنند .

۱۰- معمولاً انسانی که معتقد به غذاهای حلال و طیب است ، خلافی از این نوع افراد که مرتکب خطا می شوند ، دیده نمی شود !

۱۱- افرادی که از غذاهای حلال و طیب استفاده می کنند ؛ عموماً انسان های شریف و آرامی هستند که مثبت اندیش هستند !

۱۲- قوام خانواده در این نوع افراد که از غذاهای حلال و طیب استفاده می کنند مستحکم است .

۱۳- فسق و فجور در این خانواده ها وجود ندارد و فرزندان خوبی را تحویل جامعه می دهند .

۱۴- در این خانواده ها غیرت و همت وجود دارد و اعمال منافی عفت انجام نمی گیرد .

۱۵- اگر بخواهیم فردی را مورد شناسائی قرار دهیم بهتر است که ابتدا از نوع تغذیه او پرس و جو

کنیم !

۱۶- خوردن هر نوع غذا ؛ اثرات همان غذا را در روح و روان آن شخص خواهد داشت !

۱۷- خوردن گوشت هر حیوانی ؛ خوی و خصلت همان حیوان را در انسان بجای می گذارد .

۱۸ - یکی از علت های مهمی که خداوند سبحان غذای اصلی انسان را گیاه قلمداد می کند همین

امر است .

۱۹- استفاده از غذاهای گیاهی موجب می شود که خصوصیات گل و گیاه در روح و روان انسان حلول کند .

۲۰- استفاده از این نوع غذاها موجب می شود که انسان به تعالی روح برسد و در مسیر حق و حقیقت قرار گیرد .

۲۱- پیامبران بزرگ الهی نیز برای رسیدن به رشد و تعالی از خداوند تبارک و تعالی در خواست غذاهای گیاهی کرده اند از جمله حضرت ابراهیم و حضرت عیسی (ع) که آیات آن بیان می شود .

الف : وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ اجْعَلْ هَذَا بَلَدًا آمِنًا وَارْزُقْ أَهْلَهُ مِنَ الثَّمَرَاتِ مَنْ آمَنَ مِنْهُمْ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ قَالَ وَمَنْ كَفَرَ فَأُمْتِعْهُ قَلِيلًا ثُمَّ أَضْطَرُّهُ إِلَىٰ عَذَابِ النَّارِ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ .^{۵۰}

ترجمه :

و هنگامی که ابراهیم (ع) گفت پروردگارا مکه را سرزمین امن قرار ده ؛ مردمش را هرکس از آنان به خدا و روز قیامت ایمان آورد از گیاهان روزی ده ! گفت هرکس کفر بورزد پس اندکی برخوردارش می کنم ، سپس او را بسوی عذاب آتش می کشانم و بد فرجامی است .

ب : قَالَ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا أَنْزِلْ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ تَكُونُ لَنَا عِيدًا لِأَوْلَادِنَا وَعَآخِرِنَا وَآيَةً مِنْكَ وَارْزُقْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ .^{۵۱}

ترجمه :

عیسی (ع) پسر مریم گفت خدا یا پروردگار ما از آسمان غذایی بر ما فرو فرست که عیدی برای اول ما و آخر ما و نشانه ای از تو باشد و ما را روزی ده و تو بهترین روزی دهندگانی .

ج : وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ .^{۵۲}

ترجمه :

و بخورید آن چه را که از حلال و طیب ، خدا روزی شما کرده و تقوی پیشه کنید ، اگر به خدا ایمان دارید !

حضرت ابراهیم (ع) از خداوند سبحان مکان امن و برای خانواده اش غذاهای گیاهی را درخواست می کند !

۴۸- بقره ۱۲۶

۴۹- مائده ۱۱۴

۵۰- مائده ۸۸

حضرت عیسی (ع) از خداوند تبارک و تعالی مائده آسمانی را درخواست می کند که بر اثر نزول آن عید اعلام کند .

مهمتر این که کسانی که غذای حلال و طیب را استفاده می کنند ؛ این نوع غذا تعهد ایجاد می کند که مرتکب اعمال زشت و ناپسندی نشوند .

در آیه آخر خداوند تاکید دارد که اگر مومن و متقی هستید از غذاهای حلال و طیب استفاده کنید !

زیرا این نوع غذا ، ایمان و تقوی ایجاد می کند !

خداوند سبحان در این آیه می فرماید : از غذاهای حلال و طیب استفاده کنید و تقوی پیشه کنید اگر مومن

هستید !

پایان

مبتکر طب قرآنی : جمشید : خدادادی یک شنبه ۱۳۸۷/۲/۲۲