

۱۰۰
۱
۳۵۶
بِسْمِ



الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا
وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ

ثواب این اثر را تقدیم می‌کنم به مولایم امیرالمومنین علیه السلام ،
امید است که در روزگار و حوادث سخت قیامت دستگیری نمایند.

سرشناسه: نوری، رضا -

عنوان: روش های فوق پیشرفته درمانی برای حفظ سلامتی و درمان بیماری های صعب العلاج

تکرار نام پدیدآور: رضا نوری

مشخصات نشر: قم، آوای ابتکار، ۱۳۹۸

مشخصات ظاهری، [۳۵۶] W.

شابک: ۶-۴۸-۶۰۸۶-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

یادداشت: کتابنامه: ص. [۳۵۶].

موضوع: سلامتی

موضوع: بیماری ها - درمان

موضوع: پزشکی اسلامی

رده بندی کنگره: ۱۳۹۸، ۹۰۹ ر ن / ۷۷۶ RA

رده بندی دیویی: ۶۱۲

شماره مدرک: ۵۱۰۸۷۸۴



روش های فوق پیشرفته درمانی

برای حفظ سلامتی و درمان بیماری های صعب العلاج

مؤلف: رضا نوری

صفحه آرا: محمد نوری

ناشر: آوای ابتکار

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸ / شمارگان: ۱۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

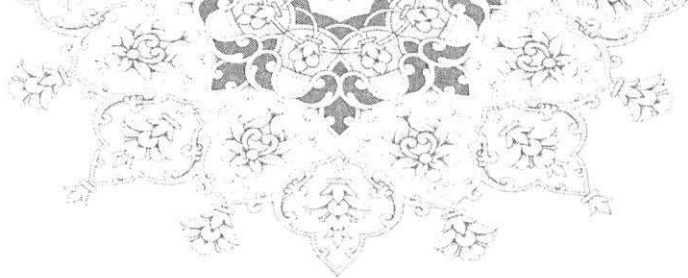
شابک: ۶-۴۸-۶۰۸۶-۶۲۲-۹۷۸

کلیه حقوق این اثر برای مؤلف محفوظ است

تکثیر تمام یا بخشی از کتاب به هر شکلی، منوط به اجازه کتبی از مؤلف می باشد.

قم، خیابان شهدا، کوچه ۲۸، کوچه جلال زاده، فرعی اول، پلاک ۶۹، تلفن: ۰۲۵۳۷۷۴۶۵۶۷

ارتباط پیامکی با مؤلف: ۰۹۳۷۰۳۱۹۷۲۱



روش‌های فوق‌پیشرفته درمانی

برای حفظ سلامتی
و درمان بیماری‌های صعب‌العلاج

رضانوری

بخش اول

کشف طب جدید «خوددرمانی بدن»

۲۰.....	چرا بشریت در حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها سردرگم شده؟
۲۴.....	تحولات عظیم در طب.....
۲۴.....	۱- کشف سیستم خوددرمانی بدن.....
۲۴.....	۲- ابداع روش‌های فوق پیشرفته درمانی.....
۲۵.....	ابتکاری بودن این نوع طبابت.....
۲۶.....	علامت ابتکاری بودن این روش درمانی.....
۳۰.....	سبک این روش درمانی.....
۳۰.....	نگاهی نو به بیماری و درمان.....
۳۰.....	درمان در سطحی فراتر از سایر طب‌ها.....
۳۰.....	نوع بیماری تأثیری در روند درمان ندارد.....
۳۳.....	نجات بشریت از دردها و بیماری‌ها.....
۳۳.....	طب واقعی همین طب است.....
۳۴.....	مقایسه برتری این طب در عرض چند روز.....
۳۵.....	با این روش‌ها، ترس بیمار شدن و یا درمان نشدن نخواهیم داشت.....
۳۸.....	دغدغه درمان‌های دیگر را نخواهیم داشت.....
۳۸.....	تحولات بدنی این روش‌ها، با هیچ چیزی بدست نمی‌آیند.....
۳۹.....	ضرورت انجام این روش‌ها برای همه انسان‌ها.....
۳۹.....	علت جهانی شدن این روش درمانی.....
۴۰.....	این طب، بهترین راه ترویج دین و معنویت در عصر حاضر.....
۴۳.....	خدمتی بزرگ به بشریت.....
۴۴.....	ضرورت تدریس این کتاب در مدارس و دانشگاه‌های دنیا.....

بخش دوم

عدم اتکاء به سایر روش‌های درمانی

- ۴۶..... انمه عنه: «تا می‌توانید به دارو و طبیب مراجعه نکنید.»
- ۴۷..... تصور اشتباه در مورد حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها.
- ۴۷..... مشکلات درمان با درمان‌های دیگر.
- ۴۹..... نقص روش درمانی پزشکی نوین.
- ۵۱..... نقص روش درمانی طب سنتی.
- ۵۲..... نقص روش تغذیه درمانی.
- ۵۳..... نقص طب سوزنی، انرژی درمانی، هیپنوتیزم، یوگا و هر درمان دیگر.
- ۵۵..... نقص‌های دیگر همه این درمان‌ها.
- ۵۷..... تمام طب‌های موجود دنیا ناقص‌اند.
- ۵۷..... علت شیوع بیماری‌ها و درمان نشدن اکثر آنها.
- ۵۸..... درمان کامل و واقعی (رفع علت‌های اولیه بیماری‌ها).
- ۶۱..... رفع علت‌های اولیه بیماری‌ها، برای درمان کافی است.
- ۶۳..... کامل‌ترین درمان دنیا (قواعد خوددرمانی).
- ۶۳..... بخش اعظم طب اسلامی، قواعد خوددرمانی آن است نه طب سنتی اسلامی.
- ۶۵..... سطوح مختلف درمان (زیربنایی و روبنایی).
- ۶۷..... آیا چهارده معصوم علیهم‌السلام هم چنین درمان می‌کردند؟
- ۷۲..... جایگاه سایر روش‌های درمانی.
- ۷۴..... فایده و مزیت سایر روش‌های درمانی در برخی موارد.
- ۷۷..... نباید جمود فکری داشته و درمان‌های مختلف را طرد کرد.

بخش سوم

«سیستم خوددرمانی بدن»

- ۸۲.....سیستم خودتنظیمی بدن
- ۸۵.....سیستم خودتطبیقی بدن
- ۸۶.....سیستم خوددرمانی بدن
- ۸۶.....هوشمند بودن سیستم خوددرمانی
- ۸۷.....شواهد عینی بر وجود «سیستم خوددرمانی بدن»
- ۹۲.....قابل درمان بودن تمام بیماری‌ها
- ۹۳.....بهترین دلیل بر وجود سیستم خوددرمانی و قابل درمان بودن بیماری‌ها
- ۹۴.....علت اینکه برخی نویس بیشتر بیماری‌ها را غیر قابل درمان می‌داند
- ۹۵.....یک معضل بسیار بزرگ
- ۹۷.....فایده پی بردن به خوددرمانی داشتن بدن
- ۹۷.....نکته جالب و بسیار مهم
- ۹۸.....اگر بدن خوددرمانی دارد، پس چرا این همه بیمار وجود دارد؟
- ۱۰۱.....مواردی که از حیطه خوددرمانی خارج هستند
- ۱۰۳.....تصور اشتباه در مورد «سیستم خوددرمانی داشتن بدن»
- ۱۰۴.....تفاوت سرعت خوددرمانی در ساعات و حالات مختلف روحی و بدنی
- ۱۰۵.....سطح خوددرمانی بدن تابع عملکرد سلول‌ها
- ۱۰۶.....عوامل اصلی بدنی که موجب اختلال عملکرد سلول‌ها می‌شوند
- ۱۰۶.....۱- مواد زائد سلول‌ها
- ۱۰۶.....۲- نرسیدن سوخت کافی به سلول‌ها
- ۱۰۷.....هر دو مورد، وابسته به «کثیفی» و «کندی جریان خون» است
- ۱۰۹.....نقش خون در بیماری و سلامتی
- ۱۱۱.....۳- علت‌های غیر خونی
- براساس این علت‌ها، «عوامل اولیه بیماری‌ها» و نیز «روش‌های فوق پیشرفته درمانی»
- ۱۱۱.....ارائه می‌شوند

بخش چهارم

«عوامل اولیه تمام بیماری‌ها»

- منظور، علت‌های بعدی و بدنی که سایر طب‌ها مشغول‌اند، نیست..... ۱۱۴
- عامل اول - عدم رعایت پرهیزهای غذایی..... ۱۱۵**
- ۱- غذاهای حرام..... ۱۱۵
- ۲- بهداشتی نبودن غذا..... ۱۱۶
- ۳- پر خوری..... ۱۱۷
- تصور اشتباه در مورد پر خوری، تغذیه متنوع و تغذیه مقوی..... ۱۱۷
- مضرات پر خوری..... ۱۲۰
- ضرر خوراک قبل از گرسنگی..... ۱۲۲
- ۴- تغذیه متنوع..... ۱۲۳
- علت مضر بودن تغذیه مصنوعی..... ۱۲۵
- عوامل و فاکتورهای مهم‌تر از تغذیه..... ۱۲۶
- دلیل این مطلب..... ۱۲۸
- علت سالم‌تر بودن گذشتگان، روستاییان و کوهستانی‌ها..... ۱۳۰
- ۵- تغذیه غیر طبیعی و مصنوعی..... ۱۳۲
- موارد مبتلا به مهمی که باید رعایت کرد..... ۱۳۲
- ۶- رعایت نکردن طبع غذاها از نظر سردی و گرمی..... ۱۳۵
- ۷- رعایت نکردن پرهیزهای غذایی مخصوص هر بیماری..... ۱۳۵
- ۸- موارد متفرقه دیگر..... ۱۳۷
- دستورات غلط غذایی..... ۱۴۰
- علت اشتباه بودن بعضی دستورات غذایی پزشکی‌نویس..... ۱۴۰

- عامل دوم - آلودگی اعصاب و روان (اضطراب) ۱۴۳
- تاثیر روان بر بدن ۱۴۳
- الف- تاثیر هورمونی ۱۴۴
- وظیفه هورمون ها ۱۴۴
- نقش فوق العاده هورمون ها در بیماری و سلامتی ۱۴۶
- نحوه تاثیر روان بر هورمون ها ۱۴۷
- تاثیر هورمونی اضطراب آبی ۱۴۸
- تاثیر هورمونی اضطراب مستمر ۱۴۸
- تاثیر هورمونی آرامش ۱۴۹
- ب- تاثیر مستقیم بر سلول ها ۱۵۰
- عملکرد کل بدن در اختیار مغز ۱۵۰
- نحوه تاثیر مستقیم اضطراب ۱۵۰
- تاثیر مستقیم اضطراب آبی ۱۵۱
- تاثیر مستقیم اضطراب مستمر ۱۵۲
- تاثیر اضطراب در تشدید بیماری ها ۱۵۳
- اضطراب ناشی از بیماری، از خود بیماری خطناک تر است ۱۵۴
- صرف اضطراب، بدتر از بیماری های جسمی است ۱۵۵
- اقسام اضطراب ۱۵۶
- فرق اضطراب دنیوی با اضطراب ناشی از مسائل اخروی ۱۵۶
- حداقل ترین فایده پی بردن به اثر اضطراب و آرامش ۱۶۵
- عامل سوم - کم تحرکی ۱۵۷
- عواقب کم تحرکی ۱۵۷
- الف- کندی جریان خون ۱۵۷
- ب- بالا رفتن غلظت خون ۱۵۸

- تحرك و ورزش ۱۵۹
- ماجرایی بسیار جالب ۱۶۲
- تأثیرات ابتدائی و اولیه ورزش ۱۶۳
- ۱- بالا رفتن سرعت جریان خون ۱۶۳
- ۲- رقیق شدن خون ۱۶۴
- ۳- بالا رفتن ظرفیت و قدرت دستگاه گردش خون ۱۶۵
- ۴- دریافت اکسیژن بیشتر و دفع دی اکسید کربن بیشتر ۱۶۶
- ۵- دفع بهتر سموم از طریق روده بزرگ و کلیه ها و تعریق ۱۶۷
- ۶- دفع رطوبت بدن ۱۶۸
- ۷- از بین بردن سردی بدن ۱۶۸
- ۸- بالا رفتن ظرفیت و استحکام بدن ۱۶۹
- ۹- تقویت سیستم دفاعی ۱۷۰
- ۱۰- ترشح هورمون های نشاط زا ۱۷۱
- ۱۱- ترشح مواد خاص ۱۷۱
- ۱۲- تعدیل ژنتیکی ۱۷۱
- ۱۳- دفع انرژی های معیوب و دریافت انرژی های تازه ۱۷۱
- ۱۴- انعطاف بدن ۱۷۲
- ۱۵- تعادل وزن بدن ۱۷۳
- ۱۶- تناسب اندام ۱۷۳
- نکته اول: فواید درمانی مترتب بر این اثرات ۱۷۴
- نکته دوم: بدن مثل وسایل مکانیکی نیست ۱۷۴
- نکته سوم: افراط در ورزش مضر خواهد بود. ۱۷۴
- نکته چهارم، ورزش به سبک رقص، مضر است ۱۷۴
- نوع ورزش و حرکات بدنسازی که باید انجام دهیم ۱۷۵
- علت بهتر بودن انجام ورزش موقع صبح ۱۷۸
- درمان سرطان ۱۷۹
- چکار کنیم اراده ورزش کردن پیدا کنیم؟ ۱۸۲

عامل چهارم - عدم تنظیم وقت خواب..... ۱۸۴

نقش خواب در حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها..... ۱۸۴

تغییر و تحولات بدن و طبیعت در طول شبانه‌روز..... ۱۸۴

ضروری بودن خواب شب..... ۱۸۶

تغییر و تحولات وقت خاص خواب..... ۱۸۶

اگر در وقت خاص خواب نخوابیم..... ۱۸۷

عدم جایگزینی چیزی بجای خواب بموقع..... ۱۸۸

وقت خواب در فصل‌ها و مناطق مختلف..... ۱۸۸

بهترین زمان خواب شب..... ۱۸۹

مضر بودن خواب سحر و بین‌الطلوعین..... ۱۹۰

وقت بیدار شدن در فصل‌های مختلف..... ۱۹۰

تغییر و تحولات سحر و بین‌الطلوعین..... ۱۹۱

بهترین زمان بدن از لحاظ توانائی‌های ذهنی و بدنی..... ۱۹۳

مضر بودن خواب روز..... ۱۹۴

علت مضر بودن خواب روز..... ۱۹۵

در دو مورد خواب صبح و روز اشکال ندارد..... ۱۹۵

مفید بودن خواب ظهر..... ۱۹۶

مدت خواب..... ۱۹۶

کم‌خوابی، پرخوابی و علت مضر بودن آنها..... ۱۹۶

فاصله شام از خواب..... ۱۹۷

آداب، شرائط و نحوه خوابیدن..... ۱۹۸

علت اینکه برخی متوجه وقت خواب و آسیب دیر خوابیدن نمی‌شوند..... ۲۰۰

چکار کنیم تنظیم وقت خواب داشته و خوابمان بهتر شود؟..... ۲۰۲

- عامل پنجم - عدم استراحت کافی ۲۰۴
- عامل ششم - قدرت فوق العاده مغز ۲۰۶
- عملکرد تمام اعضاء بدن با دستور مغز ۲۰۶
- تاثیر و عکس العمل آنچه در بیرون می بینیم یا می شنویم ۲۰۷
- تاثیر و عکس العمل تصورات ذهنی صرف ۲۰۸
- نمونه هایی دیگر در مورد تاثیر تصور ذهنی ۲۰۸
- الف- نیت روزه ۲۰۹
- ب- علت قوی بودن انسان های اولیه ۲۰۹
- ج- علت قوی بودن شیر ۲۰۹
- د- تلقین ۲۰۹
- ه- تاثیر تصور ذهنی بر سبل بعد ۲۱۰
- نحوه تاثیر تصورات ذهنی صرف ۲۱۱
- نحوه تاثیر تصور بیماری و صحت ۲۱۲
- علت همه این تاثیرات ۲۱۲
- تصورات ذهنی موقعی بهتر و زودتر اثر می کنند که ۲۱۴
- قدرت فوق العاده مغز ۲۱۵
- اگر نتوانیم روش های بدنی را انجام دهیم، در ذهن انجام دهیم ۲۱۵
- در نیت درمانی، نیازی به شناخت علمی بیماری نیست ۲۱۶
- نحوه نیت درمانی ۲۱۶
- اگر کسی در تاثیر نیت درمانی تردید داشته باشد ۲۱۷
- حداقل ترین فایده پی بردن به تاثیر تصور ذهنی ۲۱۸

- عامل هفتم - تصورات آلوده هوسی ۲۱۹
- آسیب‌های ترانه و فیلهای حرام، بی‌حجابی و بدحجابی ۲۲۲
- ۱- ترشح هورمون‌های غریزی به داخل خون ۲۲۳
- ترشح هورمون‌ها باید به روال طبیعی باشند ۲۲۳
- کثیف شدن خون ۲۲۴
- بلوغ زودرس ۲۲۵
- آسان بودن فهمیدن کثیفی خون ۲۲۵
- در بیماری‌های معبالعلاج، نیاز جدی به پرهیز است ۲۲۸
- محدوده تاثیرگذاری بی‌حجابی و بدحجابی ۲۲۸
- ۲- تضعیف قره‌قرری ۲۲۹
- ۳- نامتعادل شدن قوه غریزی ۲۳۰
- ۴- منجر به دفع انرژی و ویتامن بدن ۲۳۱
- نیاز کاذب ۲۳۱
- تضعیف بدن ۲۳۱
- ضربه مستقیم به بدن، بیماری و پیری زودرس ۲۳۲
- تدریجی بودن آسیب ۲۳۳
- ۵- اضطراب ۲۳۴
- چگونه مضطرب می‌کند ۲۳۵
- تلاطم اول، دوم، سوم و چهارم ۲۳۵
- علت بیشترین تاثیر به نوجوانان و جوانان ۲۳۶
- آسان بودن فهم اضطراب ترانه و فیلم‌های حرام ۲۳۷
- فرق این اضطراب با اضطراب ناشی از چیزهای دیگر ۲۳۹
- نمونه‌هایی از علائم ظاهری اضطراب درونی ۲۴۰
- الف- رفتارهای نامتعادل ۲۴۰

- ۲۴۰ ب- روی آوردن به مواد مخدر
- ۲۴۱ ج- اختلافات خانوادگی
- ۲۴۲ د- اضطراب کل زندگی
- ۲۴۴ مقایسه روحیه و طول عمر
- ۲۴۵ منکر لذت و شادی ظاهری نیستیم
- ۲۴۶ لذت و شادی مفید است که
- ۲۴۸ ۶- مانعی در انجام روش‌های فوق پیشرفته درمانی
- ۲۴۹ از طریق تأثیر روانی، پزشکی، رفتاری
- ۲۵۱ **عامل هشتم - آلودگی هوا**
- ۲۵۱ الف- آسیب آلودگی هوا بر سلول‌ها و بدن
- ۲۵۱ نمونه‌هایی از آلودگی هوا
- ۲۵۲ آلودگی هوای شهری
- ۲۵۲ کاری که می‌توانیم بکنیم
- ۲۵۳ مفید بودن بعضی دودها
- ۲۵۳ ب- آسیب سردی و گرمی هوا
- ۲۵۳ آسیب استفاده از کولر
- ۲۵۴ آسیب انتقال از آب و هوای گرم به سرد و بالعکس
- ۲۵۵ **عامل نهم - آلودگی صوتی**
- ۲۵۵ آسیب سروصداها بر سلول‌ها و سلامتی
- ۲۵۶ آسیب سروصدا بر کیفیت خواب
- ۲۵۶ سروصداها در داخل خانه
- ۲۵۷ سروصداها در بیرون خانه
- ۲۵۸ کاری که می‌توانیم انجام دهیم
- ۲۵۹ **عامل دهم - امواج**
- ۲۵۹ الف - آسیب امواج الکترومغناطیسی بر سلول‌ها

- ۲۶۰ امتحان گوشی همراه نمونه عینی تاثیر منفی امواج
- ۲۶۰ بیشترین تاثیر بر بچه‌ها و جنین‌ها
- ۲۶۰ آسیب امواج الکترومغناطیسی بر کیفیت خواب
- ۲۶۰ از جمله وسائلی که امواج پخش می‌کنند
- ۲۶۱ ب - آسیب امواج نور بر سلول‌ها
- ۲۶۱ آسیب امواج نور بر کیفیت خواب
- ۲۶۳ راهکار مقابله با آلودگی غذا، هوا، صوت و امواج
- ۲۶۶ عامل نازدهم - ژنتیک
- ۲۶۷ بیشتر بیماری‌های ژنتیکی بخاطر
- ۲۶۷ عامل دوازدهم - گناه
- ۲۶۷ تاثیر علمی گناه در بیمار شدن
- ۲۶۷ تاثیر معنوی و ماورائی گناه در بیمار شدن
- ۲۶۸ عوامل غیر مادی سلامتی
- ۲۷۰ عوامل غیر مادی بیماری
- ۲۷۴ ماجرای زلزله دو روستا
- ۲۷۵ بلاها و بیماری‌های تازه بخاطر گناهان جدید
- ۲۷۶ تاثیر صرف تصور گناه
- ۲۷۶ ماجرای لگد شتر
- ۲۷۷ تشخیص ارتباط بیماری‌ها با گناه
- ۲۷۸ عامل سیزدهم - تقدیر الهی
- ۲۷۹ عوامل متفرقه دیگر
- علت‌العلل اولیه بیماری‌ها
- ۲۸۰ و نیز علت‌العلل انجام روش‌های فوق پیشرفته درمانی

بخش پنجم

«روش‌های فوق پیشرفته درمانی»

- ۲۸۶..... نکاتی چند در مورد این روش درمانی
- ۲۹۲..... تاثیر شگفت‌انگیز این روش‌ها
- ۲۹۳..... نکته لطیف و بسیار مهم این کتاب
- ۲۹۳..... سلامتی، طول عمر و درمان، به میزان انجام این روش‌هاست
- ۲۹۴..... ضرورت بیشتر این روش‌ها با گذشت زمان و افزایش عوامل بیماری‌ها
- ۲۹۶..... علت فوق پیشرفته بودن این روش‌ها
- ۳۰۳..... همت و جدیت، تنها شرط لازم برای انجام این روش‌ها
- ۳۰۴..... بهترین راه دستیابی به این شرط
- ۳۰۵..... بزرگ‌ترین مانع انجام این روش‌ها
- ۳۰۶..... خاصیت درمانی این روش‌ها ولو باور هم نباشد
- ۳۰۷..... علمی بودن این روش‌ها
- ۳۱۵..... این روش‌ها چگونه موجب درمان بیماری‌ها می‌شوند؟
- ۳۱۸..... چه بیماری‌هایی با این روش‌ها درمان می‌شوند؟
- ۳۲۱..... روش‌های فوق پیشرفته درمانی (قواعد خوددرمانی)
- ۳۴۱..... اهمیت ویژه ورزش و نیت‌درمانی
- ۳۴۳..... احتیاط
- ۳۴۵..... نحوه استفاده از این روش‌ها
- ۳۴۵..... اولین کاری که باید کرد
- ۳۴۵..... نسخه و دستورالعمل
- ۳۴۶..... علت اینکه باید تمام این روش‌ها را انجام داد
- ۳۴۸..... اگر نتوانستیم بعضی از آنها را انجام دهیم
- ۳۴۹..... ملاحظات
- ۳۵۳..... اگر حین مصرف دارو، این روش‌ها انجام شوند
- ۳۵۴..... تا چه زمانی این روش‌ها را باید انجام داد؟

مقدمه

بدن سالم مقدمه همه چیز است. آخرت می‌خواهیم، باید بدن سالمی داشته باشیم، دنیا می‌خواهیم باید بدنی سالم داشته باشیم. بخواهیم حداقلی بگوییم، برای بهره‌مند شدن از مواهب دنیا و زندگی سالم و خوش و خرم هم باید بدنی سالم داشته باشیم.

بدن سالم نیاز ضروری برای رسیدن به معارف بالای معنوی و نیز بهره‌مند شدن از نعمت‌های دنیا است. انسان تا جایی که امکانش هست باید به سلامتی و تربیت تن بپردازد، تا در سایه آن زمینه‌ای فراهم شود برای داشتن زندگی با آرامش و بالاتر از آن رسیدن به درجات بالای معنوی. لذا باید بدن را تربیت کرد البته تن پروری یک چیز است، تربیت بدن چیز دیگر، که اولی فبیح بوده اما دومی نه‌تنها خوب، بلکه لازم و واجب است. برای اینکه بدن مرکب روح است.

تربیت بدن هم، از حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها گرفته، تا بالا بردن توان و قدرت بدن را شامل می‌شود.

روش‌هایی که در این کتاب گفته خواهند شد، به بهترین صورت نه‌تنها موجب حفظ سلامتی و نیز درمان بیماری‌ها و همچنین بالا رفتن توان روان و جسم خواهند شد، بلکه کل زندگی را هم متحول خواهند کرد. به این صورت که موجب اصلاح تفکرات و روحیات و اخلاق و رفتار فرد شده و لذا موجب جلوگیری و همچنین برطرف شدن ناهنجاری‌های فردی و خانوادگی و اجتماعی و حتی انحرافات سیاسی خواهند شد.

به طوری که بدون رعایت این روش‌ها، فرد از لحاظ بدنی و روانی و نیز در مسائل خانوادگی و اجتماعی و سیاسی، تعادل لازم را نخواهد داشت. به جهت اهمیت خاصی که سلامتی در تمام مسائل دارد،

معصومین علیهم السلام و بزرگان دین اهمیت و اهتمام ویژه‌ای نسبت به آن داشته و دستوراتی در این مورد فرموده‌اند که در متن کتاب اشاره خواهد شد.

حضرت علی علیه السلام به خداوند متعال عرض می‌کنند:

یا رَبِّ یا رَبِّ یا رَبِّ قَوِّ عَلَی خِدْمَتِکَ جَوَّارِ حِی^۱

«پروردگارا پروردگارا پروردگارا، توانا کن اعضايم را بر خدمت کردن به تو.»

امام سجاد علیه السلام: «خداوند، سلامتی در جسم و توانایی بدنی به من ارزانی فرما»^۲

مرحوم آیه الله سعادت پرور از علماء اخلاق و عرفان:

«تن سالم برای سالک الی الله مرکب راهوار طی طریق انسانیت است. بدن خود

را سالم نگه دارید تا بتوانید در سن کهولت نیز به عبادت خدا بپردازید.»^۳

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند:

«محبوب‌ترین آفریده‌ها نزد خداوند، جوان نورسیده و با طراوتی است که

جوانی و شادابی‌اش را در اطاعت خداوند سپری می‌کند. خداوند به چنین

کسی نزد فرشتگانش افتخار می‌کند و می‌فرماید: این است بنده واقعی من.»^۴

وَالسَّلَامُ عَلَی مَنْ اتَّبَعَ الْهُدَى

قُمْ الْمَقْدَسَةَ، الْأَحْقَرُ رِضَا وَ...

عیدُ اللهِ الْأَكْبَرِ عَدِیرْ حُم ۱۴۴۱ هـ المَهْرِیَّةُ النَّبَوِیَّةُ

مصادف با مهر ۱۳۹۵ هجری شمسی

۱. فرازی از دعای کمیل

۲. مفاتیح الجنان، دعای ابو حمزه ثمالی

۳. توصیه‌های پزشکی عارفان، ج ۱، ص ۴۵

۴. اعلام الدین ص ۱۲۰