

### متن پرسش

با عرض سلام شما در جایی فرموده بودید که حداقل خوردن گوشت سه روز یکبار است حال میخواستم بدانم تخم مرغ هم جزء گوشت حساب میشود؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی؛ علیک السلام: علماء اخلاق توصیه می‌کنند هر روز گوشت مصرف نکنید، یک روز در میان مصرف شود تا قوه‌ی بهیمی غلبه نکند ولی در مورد تخم مرغ بنده چیزی ننشیده‌ام. شهید اول در کتاب دروس می‌گوید: ((انه يستحب فی کل ثلاثة ایام ، و لو دام علیه اسبوعین و نحوها لعله و فی الصوم فلا باس و یکره اكله فی الیوم مرتین خوردن گوشت در هر سه روز یکمرتبه مستحب است و اگر به واسطه کسالت و بیماری یا بواسطه گرفتن روزه به خوردن آن هر روز ادامه داه شود ایراد و اشکالی ندارد و دو مرتبه خوردن آن در روز مکروه و ناپسند است. موفق باشید