

## در مورد غذا به هر نفسی هر آنچه را که عادت کرده، بدهید

شماره پرسش: ۲۲۵۰۳

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۷/۵/۱۹ ۲۰:۴۰:۰۲

### متن پرسش

بسم الله الرحمن الرحيم با سلام خدمت استاد عزیز: این که بعضی اطباء اسلامی می گویند غذا خوردن یک بار در روز بیشتر اسراف است و یا اینکه نوبت ناهار را حذف کنید به نظر شما در جهان و فرهنگ امروز تا چه اندازه قابل قبول و اجراست؟ از طرفی آیت الله عبدالقائم شوشتری در توصیه سلوکی خویش می فرماید سه وعده غذا بخورید. از طرفی ما با سه وعده خوردن غذاهای امروزی البته بدون پر خوری به زور خودمان را نگه داشته ایم و باز گاه ضعف داریم. با تشکر و التماس دعا. ایمیل خراب است.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: با توجه به این که پیامبر خدا «صلوات الله علیه وآله» می فرمایند: «الْمَعْدَةُ بَيْتٌ كُلُّ دَاءٍ وَ الْجَمِيَّةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ وَ أُعْطِيَ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَوَّدَتْهَا» یعنی معده خانه‌ی تمام دردها است و پرهیز صحیح سرآمد هر نوع دارویی است و به هر نفسی هر آنچه را که عادت کرده، بدهید. (بخار الانوار، علامه مجلسی، ج ۶۲، ص ۲۹۰). ملاحظه می فرمایید که در آخر روایت تأکید دارد بر آن که باید همان طور که هرکس خود را عادت داده، عمل کند و لذا نمی شود یک قاعده برای همه تنظیم کرد. موفق باشید