

متن پرسش

با سلام.استاد سوالی درمورد نوشیدن آب داشتم.آیا همانگونه که برای باز شدن قلب و پر دادن به روح ما باید تا میتوانیم کم بخوریم نیاز است آب نیز کم مصرف کنیم.چون در جایی خواندم مصرف زیاد آب باعث لاغری و سلامت میشود و جلوی گرسنگی را نیز میگیرد.نظرتان در مورد مصرف میوه چیست..

متن پاسخ

باسمه تعالی؛ علیکم السلام: در این مورد بنده اطلاع کافی ندارم. موفق باشید.