



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی

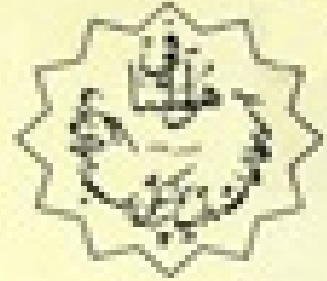


عمران
علیهما صلوات

www. **Ghaemiyeh** .com
www. **Ghaemiyeh** .org
www. **Ghaemiyeh** .net
www. **Ghaemiyeh** .ir



مكتبة دار الفکر للطباعة والنشر



ترجمہ و شرح

حفظ الصحاح شیخ الرئيس

نوسخہ:

عبد الحکریم بن محمد طیبی الترمذی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس

نویسنده:

ابوعلى حسين بن عبدالله ابن سينا

ناشر چاپی:

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۶	ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس
۶	مشخصات کتاب
۶	[مقدمه ناشر]
۶	[مقدمه محقق]
۸	باب اول در بیان صاحبان کیفیات
۹	باب دوم در بیان معنی اعتدال و تقدم آن بر سایر طبائع و فصول
۹	باب سیم در ذکر ابدان و آنچه محتاج الیه حفظ صحتست
۱۰	باب چهارم در تدبیر هر روز
	باب پنجم در بیان مسواک و منفعت آن و اشجاری که بجهت مسواک مناسبست و سنونی چند که نافع است بهر مزاجی و منافع آن پاک کردن دندانست
۱۰	باب ششم در ریاضت و منفعت آن و چگونگی بعمل آوردن آن و آنچه واجبست که کسی که آن را تمام کرده باشد بعمل آورد
۱۱	باب هفتم در هیأت حقام و منفعت آن و چگونگی استعمال آن و تدابیر چندی که واجبست در آن و بعد از بیرون آمدن از آن
۱۲	باب هشتم در میل نمودن طعام و وقت آن و مضار آن و نافع آن و آنچه از اغذیه باید مقدم خورده شود و آنچه باید مؤخر خورده شود و ترتیب اغذیه
۱۳	[باب نهم در نوشیدن شراب]
۱۴	باب دهم در بیان ماهیت خوابست و منافع آن و کیفیت خواب کردن
	باب یازدهم در فصد و حجامت و منفعت آنها و دلایل موجب آنها و اختیار ایام و مواضع برای آنها و چیزی که باید خورداز اطعمه و اشربه عقب فصد و ح
۱۶	باب دوازدهم در اسهال و منفعت آن و تدبیر هر استفراغی و هر خلطی و علامت آن
۱۷	باب سیزدهم در ذکر اختیارات ایام
۱۷	باب چهاردهم در بیان احوال آنها و نیک و بد و منافع و مضار آن
۲۱	درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

ترجمه و شرح حفظ الصلوة شيخ الرئيس

مشخصات کتاب

نام کتاب: ترجمه و شرح حفظ الصلوة شيخ الرئيس
 نویسنده: ابن سینا، حسین بن عبد الله - شارح و مترجم: قزوینی، عبد الکریم
 تاریخ وفات مؤلف: ۴۲۸ ه. ق
 موضوع: بهداشت
 زبان: فارسی
 تعداد جلد: ۱
 ناشر: دانشگاه علوم پزشکی ایران
 مکان چاپ: تهران
 سال چاپ: ۱۳۸۷ ه. ش
 نوبت چاپ: اول

[مقدمه ناشر]

بسمه تعالی

ترجمه و شرح حفظ الصلوة شيخ الرئيس اصل عربی این رساله را قبلا در قالب یک مجموعه از رسائل شيخ الرئيس ابو علی سینا (تولد ۳۷۰ وفات ۴۲۸ هجری) در سال ۱۳۸۷ از روی نسخه خطی مادر در سلسله انتشارات مؤسسه مطالعات تاریخ پزشکی، طب اسلامی منتشر کرده‌ایم، اینک ترجمه و شرحی از آن اثر ارزشمند که توسط حکیم عبد الکریم بن محمد یحیی القزوینی در قرن ۱۲ هجری قمری نگارش یافته و تاریخ ۱۲۰۵ کتابت شده با خطی زیبا و خوانا در اختیار پژوهشگران طب سنتی قرار می‌گیرد. مترجم و شارح به حق از تعدادی از روایات معصومین علیهم السلام در نگارش این اثر ارزشمند بهره گرفته است. بنظر می‌رسد این اثر با چنین ساختاری در نوع خود یکی از مفیدترین رسائلی است که در سلسله انتشارات مؤسسه عرضه می‌گردد. / ترجمه و شرح حفظ الصلوة شيخ الرئيس، ص: ۴

شرح حفظ الصلوة شيخ

[مقدمه محقق]

بسم الله الرحمن الرحيم

حمد بیحد و سپاس افزون از عد حافظی را سزااست که بسپرداری حمایت کامله‌اش ارکان سست بنیان کاخ وجود کافه انسان پی بقا و عاجزان پی دست و پا را از چنک امراض صعبه نوائب دهر رهایی بخشیده بر مسند مکین و حصن حصین صحت و عافیت می‌نشانند کریمی که از مائده انعام راتبه خواران عالم امکان و دشت پمیان بیدای شهور و اعوام را هر صبح و شام بلکه علی الدوام روزی می‌رساند رحیمی که کافه بندکان عاصی را بمحض حکمت کامله و رحمت شامله بارسال رسل و انزال ترجمه و شرح حفظ الصلوة شيخ الرئيس، ص: ۵

کتب و صحف از مرض جهل و علت کفر می‌رهاند صانعی که پیکر نوع انسان را متلبس بحلیه خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ و زیور فاحسن صوره ساخته بشایستگی وصول باعلی مدارج کمال رسانید عادلّی که بجهت حفظ صحت و تعدیل مزاج انسانی چهار رکن بنای ترکیب را بچهار ضد مختلف الطبایع مؤلف کردانید قادری که از خواص منافع و مضارّ اغذیه و ادویه در هر جزئی از اجزاء بسیط و مرکب قدری لایق بودیعت نهاد مدبری که قانون زمان زندگی را بفصول و ابواب صبا و شباب و کهولت و شیخوخت ترتیب داد حکیمی که بنا بر مقتضای حکمت بالغه اسباب بقای اشخاص و انواع را از ضروریات تغذیه و تنمیه و تولید مهیا کردانید و علامات توالی نور و ظلمت روز و شب و تناسب حرکت و

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۶

سکون افلاک و عناصر و تعاقب نوم و یقظه غیب و شهود که سته ضروریه هست و بود عالم وجودند مقدر فرمود تعالی شانه عن ان يبلغ الى كنهه العالمون او يحيط بوصفه الواصفون فيا احسن الخالقين وفقنا لادراك اثار حكمتك و يا خير الناصرين ارشدنا بنور قدسك الى بلوغ معرفتك و تحيتي افزون از حوصله عدّ و احصا و ثنای بیرون از حیطه حد و انتها سزاوار روضه رضیه طیب قلوب و شافع ذنوب یعنی امی لقب نبوت جسمی که پی‌خط و سوادى از دفتر فضایلش یک قلم است و شقّ قمر از سر انکشت معجز نکارش یک رقم از پرتو انوار دبستان عرفانش سواد معرفت انبیای سلف سلام الله عليهم روشن

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۷

و جناب رسالت انتساب عیسوی را ادعای و أُبْرِيءُ الْمَأْكَمَةَ وَالْبَأْبُرَصَ از استشفای آیات نبوتش میسر و مبرهن بیماران مرض کنه را پشت کرمی شفاعتش عرق صحت از هر بن مو جاریست و عاصیان امت روسیاه را از فیض دعوت روانبخش او بحیات ابد امیدواری سلام من الرحمن نحو جنابه فانّ سلامی لا یلیق بابه و وصی و ابن عم مصطفی رافع لوای والای و لا منصوص بنص انما مخصوص بآیه هل اتی اسد الله الغالب علی بن ابی طالب و یازده فرزند مطهر و اسباط منور او که بر هر یک طبابت دار الشفای دین مبین مسلم است و وجود فیض ورودشان واحد ابعد واحد منشأ بقای عالم صلوات الله و سلامه عليهم اجمعین الی یوم الدین اللهم وفقنا لولایتهم و متعنا

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۸

فی الدارين بشفاعتهم و احشرنا فی زمرتهم

خامه شکسته زبان در ساحت بیان بعرض این مدعا صفحه آرا می‌کردد که هرگاه قادر مختار خواهد که یکی از عباد را بقدر حوصله و فراخور قابلیت از سایر بندگان ممتاز سازد و امور جمهور را بکف کفایت او گذارد صرف قلوب و همم بنحوی که شاید و باید بجانب او می‌نماید و پادشاهی عادل را که پیوسته مطمح نظر کیمیا اثرش تربیت بندگان خاص و بقدر رتبه قامت قابلیت هر کس را بخلعت والای برتری اختصاص دادنست بر تربیت او می‌کمارد مصداق این مقال عبارات احوال فرخنده مآل امیر اعظم عدالت توام جلالت و متانت شمیمست که از برکت همت والا نهمت منظر تربیت اعلی حضرت پادشاه

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۹

جمجاه ملایک سپاه کردون بارگاه کیتی سان سکندر شان دارا دربان ظل اللّهی لا زالت سفینه دولته جاریه فی بحار اللیالی و الأيام و آثار معدلته ساریه فی اقالیم الشهور و الاعوام نهال همت بلندش به آب رحمت الهی در نشو و نمای برومندی و سرافرازیست و طایر عزم آسمان سیرش در فضای نیکنامی بال کشای عرش پروازی شهد لطف خطابش با طبیعت زمانه سازکار حدّت قهر و عتابش مصلح مزاج روزکار کشادگی جبین دولت قرینش مقدمه جنود فتح و نصرت روشنی رای خورشید آیینش انجمن افروز عرصه دین و دولت هنگام رزم از برق تیغ معدلتش دشمن جان سوخته ملک و ملت دل می‌بازد و در وقت ریزش ابر سخا نیشان احسان

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۱۰

کف دریا توامانش صدف دامان سائلان را لبریز کوه می‌سازد نخل برومند طبع مسعودش تربیت یافته چشمه‌سار شفقت شاهنشاهی جوهر فطرت فیض ورودش آب و رنک پذیرفته آفتاب مرحمت ظل اللّهی دست قابلیتش کلدسته بند کمالات انسانی نظر رغبتش بر احراز سعادات دو جهانی پرتو چراغ دودمان بزرگ نژادی مراعی طرز و طور کوچک دلی و درویش نهادی جوهر تیغ بسالت و شجاعت عماد کاخ متانت و مناعت اتاقه افر شوکت و فر قائد لشکر فتح و ظفر فیروز جنک معرکه نام و ننگ مقام‌شناس آهنک طیش و درنک معمار بنای عدالت و داد صف‌آرای میدان غزا و جهاد اعنی المختص بالطاف اعظم الملوك و السیلاطین الملحوظ بعین عنایت افحم الاکاسره و الخواقین المذکور بحسن الذکر

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۱۱

فی الآفاق و الأفطار رستم خان سپهسالار لا زال مستمداً من تأیید الملک الجبار و مصوناً عن نوائب اللیل و النهار که با وجود اشغال مقررہ مناصب عظیمه و اهتمام تمام در تمشیت مهام جسمیه که لازمه قرب آستان ملایک پاسبان و جان فشانی در راه دین و دولت ابد اقتران است همواره مجلس آن والا قدر بهی الأقبال محط رحال افاضل رجال و مجمع انس ارباب کمال بوده ذکر نکات دلپسند حقایق و حلّ رموز غامضه دقایق بر السنه و افواه سایر و دایر می‌گردد و از جمله ایامی که این معتکف زاویه وحدت کزینی عبد الکریم بن محمد یحیی القزوینی در زمره حاضران آن محفل دلنشین و از خرم فواید آن مجلس پرنک و بوی خوشه‌چین بود بتقریب ذکر اشکال حفظ اعتدال مزاج و احتراز از امراض بطی العلاج این کمترین و جازت

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۱۲

مبانی و کثرت فواید و معانی رساله در النفیس للشیخ الرئيس را که در خصوص این مطلب سمت تألیف یافته معروض داشت اگرچه باعتبار طبع دقیقه شأس حقایق اقتباس عالی و فطرت جبلّی متعالی بیمن تتبع احادیث و سایر کتب علمیه بلغت تازی آشنا و مربوطند لیکن بجهت آنکه نظر التفات عالی بر رساله مذکوره سبب انتفاع فارسی‌زبانان نیز گشته از فواید مخفیه آن سرّ مکتوم بهره‌ور کردند بمطالعه ترجمه آن رغبت و این صادق العقیده را بتقدیم این خدمت مأمور فرمودند لهذا با قلت بضاعت و عدم استطاعت امتثالاً لامره العالی این چند کلمه تلفیق و تتمیق پذیرفت و چون ذات ملکی صفات عالی که مرجع اصاغر و اعالیست پرورده آب و هوای چمن همیشه بهار متابعت شریعت عزای نبوی و پیوسته نشاء یاب باده بیخمار ریحیق مثنوبات

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۱۳

اخرویست فصلی را که مؤلف رساله در بیان کیفیت شرب مدام ایراد نموده بود قابل نظر التفات ندانسته اسقاط نمود و چون مصنف ابواب این رساله را بر سینزده باب مبتنی کرده و احوال و کیفیات آبراه که فی الحقیقه بنا بر مضمون آیه شریفه وَ جَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ کُلَّ شَیْءٍ حَیٍّ آب حیوة می‌توان گفت اهمال و تکیه بر تصانیف مدوّنه دیگر خود نموده درین رساله ایراد نموده بود مناسب دید که قدری از احوال میاه جاریه و راکده و عیون و انهار و منافع و مضارّ آنها را بر سیل ایجاز و اختصار از کتب موشوق بها نقل نماید که هم تمیناً عدد ابواب موافق عدد حضرات معصومین چهارده شود و هم رساله خالی از آب و رنک نباشد و چون هوا از جمله سسته ضروریه بقا بود مناسب دید که مجمل احوال آن را نیز در تلو احوال آب ذکر کرده ختم

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۱۴

رساله بآن نماید امید که مستحسن نظر فیض منظر عالی و ناظرین دیگر و سبب انتفاع آن والا شان و سایر مؤمنان گردد توقع از اخوان دینی آنکه اگر بر خللی یا زللی مطلع کردند باصلاح آن منت نهند و الله خیر موفق و معین فی ذوی کیفیات الی آخره

باب اول در بیان صاحبان کیفیات

بدانکه اول کیفیاتی که الله تعالی بحکمت بالغه خود مدار کیفیات دیگر را بران گذاشته و مبدأ نمو ساخته چهار است حرارت و

برودت در رطوبت و ییوست و این چهار کیفیت را طبائع مفرده می‌نامند و از اجتماع و امتزاج ایشان مرکبات حاصل می‌شود مثل آنکه آتش گرم و خشک است و هوا گرم و تر و آب سرد و تر و خاک سرد و خشک فی ذکر الاعتدال و تقدّمه علی سایر الطبائع و الفصول الی آخره

باب دویم در بیان معنی اعتدال و تقدّم آن بر سایر طبائع و فصول

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۱۵
بدانکه افضل و بهتر از حیثیت نشو و نما ازین طبائع چهارگانه مذکوره آنست معتدل باشد به این معنی که حرارت و رطوبت آن بافراط نباشد که متعفن گردد و بسیار سرد و تر نباشد که تحذیر نماید و بسیار سرد و خشک نباشد که منجمد سازد و بسیار گرم و خشک نباشد که بسوزاند بلکه بهتر اینست که از هر کدام بقدری داخل شود که مقاومت ضدّ خود تواند نمود و ترکیب چینی را معتدل حقیقی می‌نامند و همچنین است فصول و ازمه پس بهتر و افضل فصول و ازمه فصل بهار است بسبب اعتدال روز کار و ابتداء نشو و نما و استعداد علوق در حیوانات و تساوی روز و شب و نموّ درختها و گیاهها و ظهور برکها و شکوفها و این اعتدال مذکور سبب تفضیل و تقدیم او بر فصول دیگر است و بتحقیق که چون اشاره اجمالی کردیم بذکر

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۱۶
معنی اعتدال حقیقی پس شروع می‌نماییم در ذکر حال ابدان انسان و چیزی که اگر حفظ نمایند آن را دایم ماند صحت ایشان الباب الثالث فی ذکر الأبدان و ما یحتاج الیه لحفظ الصمّة ذکرا مجملا الی آخره

باب سیم در ذکر ابدان و آنچه محتاج الیه حفظ صحتست

مجملا- چون ابدان بنا بر آنچه الله تعالی بحکمت بالغه خود از طبائع بران قرار داده است دائمه التحلل است به این معنی که حرارت غریزه را در بدن انسان خلق کرده و هوا را نیز بر بدن انسان محیط ساخته و این هر دو بتدریج بتحلیل می‌برند اجزاء بدن انسانی را پس لا بد و ناچار است انسان را از بدل ما یتحللی که قایم مقام آن تواند بود و سبب نشو و نما و بقا و اعتدال طبائع باشد چندانکه باقی تواند بود قوت انسان مراد آخر عمر است و این اعتدال تمام بدو چیز حاصل می‌شود یکی غذایی که

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۱۷
موافق طبع و بنیه و عادت و فصل باشد و غذا را بقدر احتیاج از آنچه طبع او بآن راغب تر باشد میل نماید مراد اینست که خواهش طبع را در کوارش غذا حفظ و صحت فی الجمله دخلی هست و دیگری اخراج فضول متولده در بدن زیرا که اگر فضول اخراج نشود خواهش غذا و اشتهای صادق بهم نمی‌رسد و بدن انسانی باین سبب از اعتدال منحرف و علل و امراض متولد می‌شود و ما بیان می‌کنیم جمیع آنچه محتاج الیه حفظ صحت است ان شاء الله تعالی بدانکه حدقه اطباء جهت حفظ صحت معاجین و تراکیب بسیاری تألیف نموده‌اند و اکثر آنها با جمیع امزجه موافقت ندارد و چیزی که اسهل از همه و با اکثر مزاجها موافق و تجربه شده است چنانچه صاحب جامع بغدادی در کتاب خود ذکر و از حضرت آدم علی نبینا و علیه السلام

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۱۸
نقل نموده و سایر اطبا نیز در کتب مدوّنه خود نقل کرده‌اند آنست که از اول نزول شمس بیرج حمل تا نزول آن بیرج سرطان هر روز یک درم رازیانه با یک درم قند کوبیده سفوف نمایند که در ان سال از جمیع امراض محفوظ و حواسش صحیح می‌ماند و باصره را تقویت عظیمی می‌کند و محلل ریاح غلیظه و مفتوح سدد و نافع از کزیدن حیوانات کزنده و مدر بول و نافع از وجع کلی و مثانه است و اطبا منافع بسیاری از برای رازیانه نقل نموده‌اند و این مختصر کنجایش آن ندارد الباب الرابع فی تدبیر کل یوم الی

آخره

باب چهارم در تدبیر هر روز

واجبست که بر خود لازم سازد که چون صبح شود بعد از آنچه الله تبارک و تعالی برد واجب ساخته از نماز و وضو و مسواک بهترین چوبها که سنت سنیّه پیغمبر است صلی الله علیه و آله و سنونات نافعہ بجمیع امراض

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۱۹

دندان و دهن و لثه که مناسب آن مرض و فصل باشد و ما ذکر آنها خواهیم نمود وقتی که برسیم بموضعش و بعد از نماز و تسبیح و او را دو شکر آنچه الله تعالی انعام فرموده تأمل نماید در آنچه ظاهر می شود در دهن او که اول اشیاست بر آنچه در معده او هست از زیادتی و کمی اخلاط پس اگر خوش بو و خوش مزه باشد دلالت می کند بر صحت بدن و غایت اعتدال و اگر مزه دهن مایل بتلخی باشد دلالت می کند بر زیادتی صفرا پس مناسب و سزاوار اینست که کلقتندی که با قند ساخته شده باشد میل نماید و بعد از آن قلیلی آب کرم میل نماید تا سبب انجدار ماده صفرا باسفل معده شود و اگر بیابد خشکی در دهن یا بخار سوخته دلالت می کند بر زیادتی حرارت در معده پس صواب اینست که سکنجبین ساده سرد شده با یخ یا مثل آن میل نماید و اگر

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۲۰

بیابد با آنچه مذکور شد از خشکی خشونت در حلق و سینه پس بیامد که بیاشامد نبات کلاب یا شربت بنفشه و اگر آب دهن خود را زیاد بیند قدری مصطکی اضافه نماید با کلقتند عسلی و اگر با این حال آروغ ترشی ظاهر شود جوارش کندری با نارمشک یا جوارش عود میل نماید و بقدر یک ساعت حرکت نماید پاده یا سواره هر کدام مقدور شود بعد از آن آنچه رغبت داشته باشد میل نماید الباب الخامس فی المسواک الخ

باب پنجم در بیان مسواک و منفعت آن و اشجاری که بجهت مسواک مناسبست و سنونی چند که نافع است بهر مزاجی و منافع آن پاک کردن دندانست و سفید کردن آن و پاک کردن گوشت بن دندان و منع کردن بخارات متصاعده از معده بدنندان که انواع امراض از آن متولد می شود

اما اشجاری که بجهت مسواک مناسبست اولاً چوبیست

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۲۱

که آن را شوک الیمائیه می نامند بعد از آن چوب زیتون و شاخ خرما و چوب غرب و اصل السوس و چوب بید و چوب هلو یا شفتالو و مانند آن و موافق قول شیخ در قانون بهترین آنها و معتبر در چوب مسواک آنست که در آن تلخی و قبضی باشد و چوب اراک این دو صفت را دارد و آن چوبیست که در مکه معظمه زاده‌ها الله شرفا و تعظیما بهم می رسد و از آنجا باطراف می پرند و آنچه از سنونات مناسب هر مزاجی باشد مثل آنکه صاحب مزاج و موی باید سنونش از عدس مقشر و نمک و عود و عفص باشد و صاحب مزاج صفراوی از ابیض و زبد البحر و جلنار و بورق و عود و عروق السوس و اشنه و در قانون چنین است که اگر برودت بر مزاج مستولی باشد مناسب چنان است که بعود و دارچینی و زوفا و سعد و پر سیاوشان و مصطکی و زراوند

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۲۲

مدحرج و امثال اینها سنون نمایند الباب السادس فی الزیاضه و منفعتها و کیفیة استعمالها و ما یجب ان یستعمل عند ترکها الی آخره

باب ششم در ریاضت و منفعت آن و چگونگی بعمل آوردن آن و آنچه واجبست که کسی که آن را تمام کرده باشد بعمل آورد

بدانکه ریاضت را بهره عظیمی در حفظ صحت هست و دخل عظیمی در آن دارد اول آنکه هرگاه بیاید که در معده او چیزی از طعام روز گذشته یا شب گذشته باقیست که قوت هاضمه از عهده آن برنیامده و آنچه دلالت بر این معنی نماید پنج چیز است اول کسالت دویم سستی سیم تمطی که آن عبارت از خمیازه تمام بدن است چهارم کمی اشتها پنجم زیادتى آب دهن پس باید که درین وقت ریاضت بدهد بدن خود را بیاده رفتن یا سواری کردن و چوکان باختن یا انواع بازی کردن یا غیر آن از ریاضات تا برانگیخته شود حرارت غریزی و نازل شود آن بقیه

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۳

طعام روز گذشته از معده و دویم از منافع ریاضت امتحان مرد و اسب و سوار و غیر ذلک است و حد ریاضت آن است که بدن عرق کند و ثقل و سستی که پیش از آن داشته برطرف شود و خواهش صادق بغذا بهم رسد پس ترک ریاضت نماید و بحمام رود و آب بسیار بر خود بریزد و روغن کل سرخ بر بدن بمالد و زود بیرون آید و طعام بخورد الباب السابع فی هیئة الحّمّام و منفعتة الخ

باب هفتم در هیأت حّمّام و منفعت آن و چگونگی استعمال آن و تدابیر چندی که واجبست در آن و بعد از بیرون آمدن از آن

بدرستی که بنای حمام مثل بنیه آدمیست به این معنی که چنانچه اساس آدمی که سبب حیوة اوست مرکب از سه چیز است استخوان و اخلاط و روح اساس حمام نیز مرکب از سه چیز است سنک و آب و هوا و بهترین حمامات

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۴

حمامی است که سقفش مرتفع و بیوتش وسیع باشد و بر روی زمین ساخته شده باشد و روزنه بسیار خصوصاً برطرف مشرق داشته باشد و آب و هوای آن خوب باشد و از حمامی که بغیر این صفات باشد اجتناب نماید و گرم کنند حمام را در فصل بهار بچوب کنجد و چوب پنبه و چوب عدس و اجتناب نماید از حمامی که گرم شده باشد بخاشاک و سرکین و تدبیر دخول حمام از برای مزاج معتدل آنست که روغن بر بدن بمالد و سابقاً مذکور شد که روغن کل بهتر است و نوره بکشد اگر خواهد و اندک حرکتی پیش از دخول حمام کند و مکث نماید در هر خانه از خانهای حمام مکث معتدلی مخفی نماید که مراد اینست که چون اطبای سابق بنای حمامات را برین نحو می گذاشته‌اند که سه خانه داشته خانه اول حرارت کمی داشته و ثانی از آن بیشتر و ثالث از همه گرمتر می بوده دفعه بخانه ثالث نرود

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۵

بلکه در خانه اول و دویم اندک مکثی نماید تا بدن فی الجمله استعدادی بجهت مقاومت حرارت بیت ثالث بهم رساند انتهی باین دستور عمل می نماید کسی که خونش صاف باشد و اگر خونش صاف نباشد و محتاج نباشد بفصد یعنی کدورت آن بمرتبه نباشد که ترقیق آن بفصد لازم باشد پس مناسب اینست که آب نیم گرم بر بدن بریزد و بدنش را با پارچه بمالد و اگر محتاج بفصد باشد بیرون نماید فضول را بعرق و فصد و روغن مالیدن اگر تب نباشد و اگر ماندگی زیادی از سواری داشته باشد روغن کل بر بدن بمالد چه کار روغن مذکور اینست که ماندگی را برطرف می سازد و بشوید سر را به آب برک بسته و نمک کوبیده و پخته و خیسانیده باب برگ مورد تازه یا لعاب بزرقطونا یا طین نجاحی خیسانیده شده به آب برک مورد یا کلاب پس اگر بیاید در بدن خود یا سر خود حرارت یا خارش بسیاری پس بر بدن خود بمالد لعاب بزرقطونا و کل خطمی

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۶

خیسانیده و لعاب به دانه و اگر محتاج به تنویر باشد ازین لعابهای مذکوره داخل نوره نماید و بعد از برآمدن از حمام بخور نماید با عودی که در میان کافور تربیت یافته باشد یا مشک و بر بدن خود بپاشد قدری از صندل سرخ و سفید و عود و کافور و بروغن بنفشه نیز تدهین نماید و بعد از حمام شربت انار و شربت عناب یا شربت غوره میل نماید و از طعامهایی که با عدس پخته شده باشد

یا عدس داخل داشته باشد و سرکه و زعفران یا شوربایی که با چقدر پخته شده باشد یا قلیه نار که ادویه حاره داشته باشد و با کردن بره پخته شده باشد میل نماید و اگر خواب داشته باشد برهنه نخوابد بلکه خود را بپوشاند و اندک خواب کند و بعد از آن بحمام رود و آب نیم گرم بسیار بر بدن بریزد و زود برآید مخفی نماند که از جمله اوقاتی که اجتناب از حمام واجبست حالت امتلائی معده است و شیخ

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۷

درین رساله ذکر آن نموده و بحسب حدیث نیز احتراز از آن لازمست چنانچه شیخ صدوق رحمه الله در کتاب من لا یحضره الفقیه روایت می‌نماید باسناد خود از امام جعفر صادق علیه السلام که ثلث یهد من البدن و ربما قتلن دخول الحمام علی البطنه و الغشیان علی الأمتلاء و نکاح العجایز یعنی سه چیز است که خراب می‌کند بدن انسان را و بسا باشد که این سه چیز بکشند آدمی را یکی دخول حمام بر حالتی که چیزی پرخورده باشد و مجامعت بر حال امتلائی معده و مقاربت زنان پیر الباب الثامن فی اکل الطعام و قته و ضاره و نفعه و تقدیمه و تأخیره و ترتیبه الخ

باب هشتم در میل نمودن طعام و وقت آن و مضار آن و نافع آن و آنچه از اغذیه باید مقدم خورده شود و آنچه باید مؤخر خورده شود و ترتیب اغذیه

واجبست اینکه طعام در وقتی خورده شود که معده از غذای سابق

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۸

خالی باشد و اشتهای صادق بهم‌رسیده باشد و اگر بخلاف این باشد اجتناب واجبست تا رغبت بهم رسد چه اگر خواهش نباشد و معده ممتلی باشد امراض متولد می‌شود از جهه امتلائی معده مثل صرع و سکنه و غیر آن و واجبست در میل نمودن طعام تقدیم طعام سریع الهضم بر طعام بطیء الهضم چراکه آنچه سریع الهضم است هرگاه در آخر میل شود زود طبخ می‌یابد و آنچه بطیء الهضم است در قعر معده مانده و هنوز هضم نشده مانع خروج آنست لا بد متغیر و فاسد می‌شود و بفساد او ما تحت آن هم فاسد می‌شود و سبب امراض می‌شود پس واجبست تقدیم آنچه لطیف‌تر است بران غذایی که غلیظتر است مثل آنکه اول ماست یا شیر یا آنچه نزدیک بآن باشد از غذاها میل و شورباها را بعد از آن میل نماید و از کوشتها هم بدستور آنچه لطیف‌تر باشد مقدم دارد و از حلوها ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۲۹

آنچه از شکر و آرد مرتب شده باشد مقدم دارد بر آنچه از نشاسته باشد باعتبار ثقلی که در نشاسته هست و همچنین نشاسته را بر حلوایی که از خرما پخته شده باشد مخفی نماند که شیخ صدوق رحمه الله در کتاب من لا یحضره الفقیه روایتی از حضرت پیغمبر صلی الله علیه و آله نقل نموده که عمل بمقتضای آن دخل عظیمی در حفظ صحت دارد و ایراد آن درین مقام مناسب می‌نماید و آن اینست که قال رسول الله صلی الله علیه و آله من اراد البقاء و لا بقاء فلیباکر الغداء و لیجود الحذاء و لیخفف الرداء و لیقّل مجامعة النساء قیل یا رسول الله ما خفّ الرداء قال قلّه الدّین یعنی کفت رسول الله صلی الله علیه و آله که کسی که خواهد باقی ماند و حال آنکه نیست بقایی یعنی از برای غیر الله تعالی

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۳۰

پس باید که زود چاشت کند و خوب کند کفش خود را ظاهر اینست که کفش کنایه از زوجه باشد چنانچه مفهوم اکثر علماست ازین عبارت و سبک نماید رداء خود را و معنی سبکی ردا را از حضرت پرسیدند آن حضرت بکمی قرض تفسیر فرمودند و باید که کم کند مقاربت زنان را و مضمون این حدیث با زیادتی از حضرت امیر المؤمنین صلوات الله و سلامه علیه بنظر رسیده و حاصل معنی آن اینست که کسی که خواهد بقا را و حال آنکه نیست بقائی پس باید خوب کند کفش خود را یعنی زن خوب بکیرد و باید

وقتی غذا بخورد که معده از غذای سابق خالی باشد و آب بیاشامد در وقتی که تشنگی صادق بهم رسیده باشد و آب کم بیاشامد و بعد از چاشت کردن واکشد و بعد از تعشی راه رود و نخوابد تا بخلا- نرود و داخل شدن حمام در حین امتلاهی معده بدترین علتهاست و حمام تابستان بهتر از حمام

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۱

زمستان است و خوردن گوشت قدید در شب معین بر موتست و نزدیکی با زن پیر خراب کننده عمر دوستان است و واجبست اینکه ترتیب طعام من اوله الی آخره برین مثال باشد که ابتدا کند اولاً بنان و نمک بجهت متابعت سنت سئیه خیر البشر که فرموده است فیه شفاء لكل داء مخفی نماند که در احادیث ائمه اطهار صلوات الله و سلامه علیهم ما دام اللیل و النهار نیز وارد شده است که لو یعلم الناس ما فی الملح لما داووا مرضاهم الا به و از حضرت امیر المؤمنین مرویست که فرموده ابدؤا بالملح فی اول الطعام فلو علم الناس ما فی الملح لاختروا علی التریاق المجرب یعنی ابتدا کنید بنمک در اول طعام پس اگر می دانستند مردم چیزی را که در نمک است هر آینه اختیار می کردند آن را

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۲

بر تریاق مجرب انتهى بعد از نان با سفیدیاجات یعنی شورباهایی که ترشی نداشته باشد بعد از آن آنچه در آن ترشی باشد بجهت برانکیختن خواهش طعام بعد از آن قلبه‌ها و بعد از آن حلواها که چون حلوا ثقیل و بطئ الهضم است آخر اغذیه باشد مجملات قوانین اکل جمعی که خواهند حفظ صحت نمایند تا بامراض صعبه گرفتار نشوند چهار است اول اختیار نوع غذا باعتبار کمیت آن یعنی آنچه میل می نمایند از اغذیه حقیقیه معتاده باشد نه دوائیه و غریبه و مقدار آن نسبت بهر کسی مختلف می باشد پس هر کس را باید که بمقدار قوت هاضمه و عادت سابقه غذا میل نماید دویم رعایت وقت غذا و آن وقتی است که معده از هضم غذای سابق فارغ شده باشد اشتهای صادق بهم رسیده باشد چه اگر اشتهای صادق نباشد مورث امراض صعبه مثل

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۳

صرع و سکتة و غیر می گردد سیم رعایت ترتیب غذا چنانچه سبق ذکر یافت چهارم تدارک خطایی که از عدم رعایت این امور واقع شود و این تدارک یا بقی می شود یا بچیز سهلی که اعانت بر خروج نماید مثل کلکند و اطریفل و غیر آن یا بخواب یا بکرسنکی

[باب نهم در نوشیدن شراب]

الباب التاسع فی شرب الشراب الخ هر چند در مقدمه بذکر سبب اسقاط باب کیفیت شرب شراب که ارتکاب آن نامرضی طباع اولوا الالباب است اشاره اجمالی سبق ذکر یافت لیکن درین مقام بدل ارتکاب ترجمه عبارت صاحب رساله چنان مناسب نمود که بایراد شمه از آنچه عقلا- و نقلا- دلالت بر ردائت و ضرر آن دارد مبادرت رود که چنانکه این رساله بر ذکر ضوابط صحت ابدان مبتنی است بر یک مسئله از قواعد حفظ ایمان نیز محتوی باشد

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۴

اما دلیل عقلی آنکه هر چند اطبا را از آنجا که مقصود ایشان منافع اشیاست قطع نظر از اباحت و حرمت شرعی کرده منافی را که بران مترتب می گردد ایراد نموده‌اند اما ارباب تحقیق ایشان تصریح به این معنی نیز فرموده‌اند که منافع آن مشروطست بشروط متکثره از اقتصار بر حد خاص و شرب آن بوضع مخصوص و رعایت تدبیراتی که در حالت شرب و قبل از آن و بعد از آن بحسب اختلاف اسباب داخله و خارجه از امزجه و اسنان و فصول و بلاد و غیر ذلک و از خواصی که مطلقاً بر شرب شراب مترتب می گردد آنست که عقل را مغمور و اختیار را مقهور نموده از کثرت آشامیدن آن رغبت نماید بر رغبت می افزاید و طبیعت را مجبور بتجاوز از قدر مقدور و شروط مقرر می نماید و بدان سبب مورث احوال ردیه و امراض مزمنه مثل ضعف دماغ

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۵

و سستی اعصاب و لغوه و رعشه و فالج و غیر ذلك می‌شود و بر تقدیر آنکه آنچه از منافع آن بشروط مذکوره ذکر نموده‌اند اثر باده تقرب‌جویی و مستند بمزاج‌گویی نبوده باشد مشخص که چیزی که عقل و اختیار را باطل و منفعت خود را زایل سازد از نظر اعتبار ساقط و از درجه قبول هابط خواهد بود و دلایل نقلی از قرآن و احادیث اهل بیت اختیار بر حرمت این دختر نابکار افزون از شمار و بیرون از حوصله گفتار مثل بحر بیکنار است و چون ظرف این مختصر کنجایش تقریر و تحریر آن ندارد بآیه شریفه *أَنَّهُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ* اختصار می‌نماید پس هوشیار عاقل باید که زنک مرآت دل را بصیقل متابعت شریعت غزّا و محجه بیضا زدوده مداومت

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۶

بر شراب طهوری که از ائمه اطهار علیهم السلام ما دام اللیل و النهار منقولست نماید تا از لوث تدنسات باطن او را پاکی حاصل کشته چهره حقایق و معارف درو جلوه‌گر کرد و بدانکه شیخ جلیل‌القدر و المنزلة ثقة الاسلام محمد بن یعقوب کلینی قدس الله سره و زاد فی حظایر القدس السنه در کتاب اطعمه و اشربه کتاب کافی بابی عقد کرده در بیان صفت شراب حلال و احادیث بسیاری نقل فرموده از آن جمله بترجمه یک حدیث اختصار می‌نماید که باسناد خود از اسمعیل بن فضل هاشمی روایت می‌نماید که گفت شکایت کردم بخدمت حضرت امام جعفر صادق علیه السلام از قراقری که می‌رسید مرا در معده من و ناکواری طعام فرمودند که چرا اخذ نمی‌کنی پندی را که ما می‌خوریم آن را و آن کواری می‌کند طعام را و قراقر را و باده را از شکم برطرف می‌کند راوی کوید پس کفتم بآن حضرت که وصف

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۷

کن آن را از برای من فدای تو کردم پس فرمودند که می‌گیری صاعی از مویز پس پاک می‌کنی آن را از دانه آن و چیزی که در آنست پس می‌شویی آن را به آب شستنی پاکی پس می‌خیسانی آن را در مثل آن از آب یا آنقدر که بپوشد روی آن را پس می‌گذاری آن را در زمستان سه روز و سه شب در تابستان یک روز و یک شب پس هرگاه بگذرد بران اینقدر زمان صاف می‌کنی و صاف آن را می‌گیری و می‌گذاری آن را در ظرفی و می‌گیری اندازه آن را بچوبی پس طبخ می‌کنی آن را طبخ همواری تا برود و دو ثلث آن و باقی بماند یک ثلث آن پس می‌ریزی بران نصف رطل عسل و می‌گیری اندازه آن را عسل را بعد از آن می‌پزی تا برود این زیادتی پس می‌گیری زنجبیل و خولنجان و دارچینی و قرنفل و مصطکی و می‌کوبی اینها را در پارچه می‌اندازی آن پارچه را در آن و می‌جوشانی جوشانیدنی پس پایین می‌آوری آن را پس

ترجمه و شرح حفظ الصحة شيخ الرئيس، ص: ۳۸

هرگاه سرد شود صاف می‌کنی آن را و می‌گیری از آن در صبح و شام یعنی در هر صبح و شام قدری از آن می‌خوری راوی کوید پس کردم این را که حضرت فرموده بود پس برطرف شد از من آنچه می‌بافتم از آزار و این شراب پاکست که متغیر نمی‌شود و هرگاه بماند ان شاء الله تعالی الباب العاشر فی ماهیة النوم و منافع و کیفیة استعماله

باب دهم در بیان ماهیت خوابست و منافع آن و کیفیت خواب کردن

خواب عبارتست از سکون حواس پنجگانه که آن باصره و سامعه و لامسه و شامه و ذایقه باشد و اشتغال طبیعت و مشاهده روح چیزی را که در قعر بدن است از مواد و اخلاط و غیر آن چنانچه در فصل هفتم از تعلیم سیم از کلیات قانون شیخ در علامات غلبه اخلاط بیان نموده که از جمله علاماتی که دلالت بر غلبه هریک از اخلاط می‌نماید اینست که صاحب آن خلط زاید در خواب چیز چندی بیند

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۳۹

که باعتبار رنک مناسبی با آن خلط زاید داشته باشد مثلاً هرگاه در خواب چیزهای بسیار سرخ بپند مثل خون و اشیای سرخ رنک این دلالت دارد بر زیادتی خون و همچنین در خواب دیدن چیزهای زرد دلالت دارد بر زیادتی صفرا و همچنین آب و برف و باران و خنکی دلالت می‌نماید بر اینکه در مزاج آن شخص رطوبت و بلغم غالبست و دیدن چیزهای سیاه و تیره و خوفناک و بالجمله خوابهای موحش دلالت می‌نماید که سودا بر مزاج بیننده آن غالبست و توکد خواب از بخار رطب حار رطیبست که مرتفع می‌شود از معده بسوی دماغ پس می‌پوشاند دماغ را و منع می‌کند آن را از فعل خودش مثل بخاری که صعود می‌کند از زمین بهوا که حایست در میان ماه و روشنی آفتاب که منع می‌کند این روشنی را از کامل کردن فعلش و بر قدر ارتفاع این رطوبت بخاری درازی ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۰

خواب و کوتاهی اوست یعنی درازی و کوتاهی خواب تابع ارتفاع این رطوبت بخاریست و می‌باید که قیلوله در بهار و تابستان بیشتر باشد از قیلوله در پاییز و زمستان و این از راه درازی روزها و کوتاهی شبهاست و بالجمله می‌باید که خواب کردن بقدر احتیاج و عادت باشد و همچنین باید که بعقب ریاضت و چوکان بازی که از اقسام ریاضتست باشد و باید که خواب بعد از رسیدن طعام باسفل معده باشد و باید که بخوابد در مکان معتدل الهوا در کیفیات اربع یعنی گرمی و تری و سردی و خشکی و همچنین معتدل در روشنی و تاریکی و اولاً می‌خواهد بر جانب چپ بقدر دو ساعت یا سه ساعت پس اگر حاجتی او را بکشاند بگردیدن بجانب دیگر پس می‌کرده و اگر تشنه شده باشد در خواب پس بعد از بیداری زود نباید آب بیاشامد بلکه می‌خورد معتدل المزاج آب مخلوط بسکنجین و صاحب

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۱

صفرا آب نار ترش و شیرین و آب سیب و آب ریاس و صاحب سودا آب عسل و صاحب بلغم آب عسل با ادویه حاره و شیخ در قانون گفته که هرگاه تشنه شوی در شب اولاً آب مخور بلکه بیرون کن پای خود را از لحاف که اگر تشنکی کاذبست برطرف می‌شود و میل به آب نمی‌شود و اگر تشنکی بعد از آن باقی باشد آب بخورد و مخفی نماند که شیخ در کلیات قانون بیان نموده که افضل هیأت نائم آنست که ابتداء بر جانب راست بخوابد و بعد از قدر زمانی برگردد بر جانب چپ و بر جانب راست خوابیدن موافق احادیثست و ظاهرش اینست که درین رساله سهوی یا اسقاطی از کتاب ناشی شده باشد و الله اعلم الباب الحادی عشر فی الفصد و الحجامۃ الخ

باب یازدهم در فصد و حجامت و منفعت آنها و دلایل موجب آنها و اختیار ایام و مواضع برای آنها و چیزی که باید خورد از اطعمه و اشربه عقب فصد و حجامت

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۲

پس اگر بدن قوی باشد و فصد ضرور باشد در ترک فصد یک ساعت خطر عظیمی هست زیرا که باعث علل و امراض می‌شود و دلالت می‌کند بر زیادتی خون و هیجان آن بحرارت بدن و سر و ثقل خصوصاً در وقت سجده و سرخی روی و گونه و چشمها و شیرینی مزه دهن پس اگر همه این علامات در تمام بدن باشد باید که فصد بدن کنند و اگر این علامات مذکوره در اعلائی بدن مثل سر و چشم و رو باشد فصد قیفال می‌کند و اگر در اسافل بدن یا در کبد یا در ریه باشد فصد باسلیق می‌کند و شیخ در کتب دیگر بیان عروقی که فصد می‌کنند نموده و درین رساله حواله بآنها نموده و اختیار می‌کند برای فصد روز معتدلی را در گرمی و سردی و باید که نزد او انواع ریاحین باشد و قمر در روز فصد باید که در برج هوایی متصل بکوکب سعد

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۳

و ناقص النور باشد و بیان آن خواهد آمد ان شاء الله تعالی در اختیارات اعمال در جای خود و باید که موضع فصد را مالید تا سرخ شود یا آب نیم گرمی مکرر برو ریخت تا پوست نرم شود و کمتر درد کند و باید که بیشتر بسیار تیز باشد و بازو را باید بست بالای موضع فصد بقدر چهار انگشت و باید که بسیار محکم نبندند پس اگر محتاج باخراج خون بسیار باشد یا خون تیره باشد باید که موضع فصد را گشاد کرد و اگر خواهد که خون بقدر ضرورت بیاید باید که رک فصد را گشاد کشودن معتدلی تا باسانی خون فاسد دفع شود و باید که دستمال را با گلاب و کافور تر کند تا سبب تسکین حرارت موضع فصد شود و بعد از فصد باید که آب انار و سیب بخورد و پرهیز کند از خوردن سکنجبین که سبب غشی می‌شود و از تخم نیمبرشت و کباب و ماء اللحم و آنچه عامه قبل از فصد

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۴

می‌خورند احتراز نماید که سبب تخمه می‌شود و باید که در روز فصد اکتفا کند بر تناول قلیه نار و مزوورات ترش یا ترش و شیرین و حجامت که سنت است و استعمال آن در دردسری که از غلبه خون باشد یا درد دندان شدید و ورم لثه که با سرخی چشم باشد و غیر آن مناسبست و باید که دست حجام بسیار درشت نباشد و اطراف حجامت ناهموار و بد نباشد و موضع حجامت را اولاً بسیار بمکد تا موضع حجامت تحذیر بهم رساند و کم درد کند و بعد از فارغ شدن از حجامت کل سرخ خشک کوبیده با صندل بموضع حجامت بگذارند؟؟؟

باب دوازدهم در اسهال و منفعت آن و تدبیر هر استفراغی و هر خلطی و علامت آن

آنچه دلالت بر زیادتی صفرا می‌نماید و زردی رنک بشره است و دوار سر خصوصاً در وقت

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۵

خلای معده و تلخی مزه دهن و خاریدن بدن و خشکی و غشی و آروغ دخانی که از حلق متصاعد می‌شود و درد سر و کمی رغبت بغذا و بسیاری تشنکی و خشکی دهن و بسیاری این علامات و کمی آن دلالت بر بسیاری ماده و کمی آن می‌نماید پس هرگاه بسیار شد این علامات جوشانیده باین صفت میل نمایند هلیله زرد ۱۰ درم بلیله ۳ درم شاهتره ۷ درم آمله ۳ درم اجاص ۲۰ دانه عناب ۲۰ دانه تمر هندی ۱۰ درم فلوس خیار سنبر ۷ درم ترنجبین ۲۰ درم یا کلقند بنفشه ۳ درم موافق دستور بیزند و اگر نتواند خورد شربت آلو یا شربت کل مکرر یا شربت تمر هندی میل نماید و اکتفا نماید بر اطعمه و اشربه که در باب فصد ذکر کردیم دلائل مره سودا کمودت رنکست و بدمزکی دهن و ترشی آن و فکرهای غیر متعارف بدو هم و غم و اهتمام زیاد در امور بغیر سبب و باعشی و دیدن خوابهای بد و هرگاه این علامات مذکوره بسیار

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۶

شود جوشانیده باین صفت میل نماید هلیج کابلی ۱۰ م اف تیمون ۵ م تربد ۲ م مویز طائفی ۱۰ درم اگر نتواند خورد حبی ازین اجزا بسازد و میل نماید اف تیمون ۱ درم تربد نیم درم غاریفون ۳ درم ایارج نیم درم و غذای او از شوربا‌های ساده و قلیه‌ها و ماء اللحم باشد و از ترشیها اجتناب لازم داند و همچنین از چیزهایی که از شیر پخته شده باشد مثل شیر برنج و فرنی و غیره و کوشتهای بسیار ثقیل و کوشت اقسام ماهیها خصوصاً ماهی شور و از جمله حبوب از ماش و از جمله سبزیها از کرنب و کرفس اجتناب لازم داند و آنچه دلیل زیادتی بلغم است کسالت و سستی اعضا و سفیدی رنک و بیمزکی دهن با رطوبت زیاد و کمی تشنکی و بسیاری خواب که زیاده از قدر طبیعی باشد و کسی که این علامات مذکوره درو بسیار باشد باید ازین شربت میل نماید هلیج سیاه ۱۰ درم هلیله زرد ۵ درم تربد ۱ درم مویز طائفی ۵ درم اصل السوس ۲ درم و اگر نتواند خورد حبی ازین اجزا

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۴۷

ترتیب داده میل نماید ایاره ۱ درم تربد نیم درم شحم الحنظل ربع درم غاریقون ربع درم و اکثر غذای صاحب این خلط باید از قلیه‌های جوجه مرغ و کنجشک و کبک و طهوج و سایر طیور بری باشد که ادویه حاره داشته باشد و از غذاها و شربتهای سرد و تر اجتناب لازم داند چندانکه این علامات مذکوره بلغم با او باشد بدین دستور عمل نماید و چون آنچه آن ضروری حفظ صحت است بیان کردیم مناسبست اینکه بیان کنیم از نجوم ایامی را که مناسب هر کاری باشد الباب الثالث عشر فی ذکر اختیارات الایام الخ

باب سیزدهم در ذکر اختیارات ایام

بهترین ایام در جمیع اعمال از احکام نجومی روزیست که قمر در درجات و بروجی باشد که موافق عمل و متصل باشد بسعود یعنی مشتری و زهره و بری باشد از نظر منحوس پس هرگاه از نظرات منحوسه یعنی مرنج و زحل بری باشد چنین وقتی ترجمه و شرح حفظ الصمة شيخ الرئيس، ص: ۴۸

اختیار شود در نهایت جودت و خوبی خواهد بود و اگر بخلاف این باشد ردی خواهد بود و دلالت می کند بر فساد امر و انتقاص او پس در فصد و حجامت بهتر اوقات وقتی است که قمر در بروج هوائیه یعنی جوزا و میزان و دلو باشد سواى جوزا و بوده باشد ناقص النور یعنی از وسط ماه تا آخر باشد و در اوایل ماه نباشد و جوزا از برای حجامت خوبست و از برای فصد خوب نیست و در مسهل خوردن بهتر اوقات وقتیست که قمر در حمل و ثور باشد و در امساک بطن که ضد اسهالست بهتر اوقات وقتیست که قمر در بروج ذوات الأجساد یعنی جوزا و سنبله و قوس و حوت باشد سواى سنبله و در ناخن چیدن باید که قمر در خانه زهره یا مرنج باشد و در داخل شدن حمام باید که قمر در بروج ذوات الأجساد نباشد بعد از آنکه بوده باشد مسعود و سواری جهت صید وقتی مناسبست ترجمه و شرح حفظ الصمة شيخ الرئيس، ص: ۴۹

که قمر منصرف باشد از زهره و متصل باشد بمریخ و بوده باشد مریخ سلیم از رجوع و احتراق و در چوکان بازی و غیر آن از انواع بازیها باید که قمر در یکی از بروج منقلبه یعنی حمل و سرطان و میزان و جدی باشد باب رابع عشر

باب چهاردهم در بیان احوال آبها و نیک و بد و منافع و مضار آن

بدانکه آب اگر چه غذا نیست اما بدرقه و سبب نفوذ و مصلح قوام غذاست و بهترین آبها آب چشمه‌ایست که جاری باشد از غیر اراضی معادن ردیه که رایحه یا مزاج آن را تغییر دهد مثل کج و کبریت و مجرای آن و خاک سرخ یا سنک باشد و از مواضع مرتفعه آید و آبش بسیار و مکشوف و منبعش دور و وزنش سبک باشد و طریق دانستن سبکی و سنگینی آب را اطبا بسه طریق بیان کرده‌اند اول آنکه یک ظرف معین را پر کرده از هریک از آبها و بمیزان وزن نمایند هر کدام که سبکتر است ترجمه و شرح حفظ الصمة شيخ الرئيس، ص: ۵۰

بهتر است دویم آنکه پارچه‌های پنبه که مساوی باشند در وزن بآبهای مختلف که در وزن مساوی باشند تر کرده بعد از خشک شدن بکشند وزن هر کدام که سبکتر است آبش بهتر است سیم آنکه یک شخص معین بعد از غذای معین از هریک از آبها بقدر معین بیاشامد هر کدام از آبها که کوارتر و سبکتر است در معده او بهتر است و حق این طریق آخر است چه دو طریق اول دلالت می کند بر اینکه اجزای ارضیه آب سبک کمتر است و مجرد همین دلالت بر خوبی آب نمی کند کما لا یخفی و دیگر علامت بهتری آب آنست که رو بجانب مشرق یا شمال بیاید و آبی که رو بجانب مغرب یا جنوب آید خوب نیست و همچنین آبهایی که متحجر می شود روی و بد است و بهترین و لطیفترین آبها آب بارانست خصوصا باران نیشان علی الخصوص بارانی که با رعد باشد و طریق گرفتن باران نیشان چنانست که سید جلیل متورع ابن طاوس اسکنه الله فی الجنان

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۱

در کتاب مهج الدعوات ایراد کرده است منقول از کتاب زاد العابدین تصنیف حسین بن ابی الحسن بن خلف کاشقری ملقب بفضّل حاصل مضمون حدیث ملخصاً آنکه راوی گفت که نشسته بودم با بعضی از صحابه که حضرت رسول صلی الله علیه و آله داخل شد و سلام کرد ما جواب گفتیم حضرت فرمودند که آیا تعلیم کنم شما را دوایی که تعلیم کرده است مرا جبرئیل علیه السّلام چنانچه احتیاج بطیب و دواى او نباشد پس حضرت امیر المؤمنین علیه السلام و سلمان فارسی رضی الله عنه و غیر آنها گفتند که چیست آن دوا پس حضرت رسول صلی الله علیه و آله بحضرت علی علیه السّلام فرمودند که می‌گیری از آب باران نیشان و می‌خوانی بر آن فاتحه الكتاب و آیه الكرسی و قل هو الله احد و قل اعوذ برب الفلق و قل اعوذ برب الناس و قل یا ایها الکافرون هر یک هفتاد بار و در

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۲

روایت دیگر که منقول است از حضرت رسول صلی الله علیه و آله زیادتى هست و آن اینست که می‌خواند سوره انا انزلناه و الله اکبر و لا اله الا الله می‌گوید و صلوات بر پیغمبر صلی الله علیه و آله و آل او می‌فرستد هر کدام هفتاد بار و می‌آشامد از آن آب در صبح و شام هفت روز متوالی حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمود بحق آن خدایی که فرستاده است مرا بحق به پیغمبری بدرستی که جبرئیل علیه السّلام گفت که بدرستی که بر میدارد از کسی که بیاشامد ازین آب هر دردی را که در جسد اوست عافیت می‌دهد او را و بیرون می‌برد درد را از رگها و جسد و استخوان و جمیع اعضای او و محو می‌کند کناهان او را از لوح محفوظ و قسم بخدا که اگر فرزند نداشته باشد و فرزند خواهد و ازین آب بخورد فرزند بهم می‌رسد و اگر زن نزاید و ازین آب بخورد خدای باو فرزندى عطا کند و اگر مرد عنین باشد

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۳

و بخورد ازین آب قدرت بر مجامعت بهم می‌رساند و اگر خواهی که زن آبستن شود به پسر یا بدختر می‌شود و اگر صداع داشته باشد و بخورد ازین آب ساکن می‌شود صداع او و اگر درد چشم داشته باشد این آب را در چشم بچکاند و بخورد از آن و بشوید چشم را بآن که خوب می‌شود چشمش باذن خدا و بیخ دندانها را قایم و محکم می‌سازد و دهن را خوش بو می‌کند و باعث این می‌شود که از بیخ دندانها لعاب سیلان ننماید و تخمه نمی‌شود هرگاه طعام بسیار بخورد و از هوا آزاری باو نمی‌رسد و نمی‌رسد او را فالج و پشتش درد نمی‌آید و نمی‌رسد او را زکام و درد دندان و شکایت نمی‌کند از معده و نمی‌رسد او را قولنج و محتاج نمی‌شود بحجامت و نمی‌رسد او را ناسور و نه خارشى و نه آبله و نه جنون و نه جذام و نه برص و نه رعا ف و نه قی و نمی‌رسد او را کوری و نه لنکی و نه لالی و نه کری و نمی‌رسد او را چشم او را آب سیاه و نمی‌رسد او را

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۴

دردی که باعث فساد نماز و روزه او بشود و نه وسوسه از جن و نه از شیطان و حضرت پیغمبر صلی الله علیه و آله فرمودند که جبرئیل علیه السّلام فرمود اینکه کسی که بیاشامد ازین آب و بوده باشد او رو همه کوفتهایی که می‌رسد بمردمان پس بدرستی که این آب شفاست از برای او از جمیع کوفتها پس کفتم ای جبرئیل آیا نفع می‌کند در غیر چیزی که کفتمی از دردها جبرئیل علیه السلام فرمود قسم بحق کسی که فرستاده ترا بحق به پیغمبری که کسی که بخواند این آیات مذکوره را برین آب پر می‌کند خدای تعالی دل او را از نور و روشنی و می‌اندازد الهام را در دل او و جاری می‌سازد حکمت را بر زبان او و پر می‌کند دل او را از فهم و بینایی چیزی را که نداده و عطا نکرده مثل آن را باحدی از عالمیان و می‌فرستد بسوی او هزار آمرزش و هزار رحمت و بیرون می‌برد غش و خیانت و غیبت و حسد و ظلم و تکبر و بخل و حرص و غضب را از دل او و همچنین بیرون

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۵

می برد از دل او عداوت و بغض و سخن چینی و بدی مردمان کفتم و این شفاست از هر دردی انتهی و آب باران زود متعفن می شود علاج آن آنست که بجوشانند تا زود متعفن نشود و آب چاه قاطبه بد است و آب قنات نسبت به آب چشمه جاری موصوف سابقا خوب نیست اما به از آب چاه و آب ایستاده است و آب ایستاده از هر قسم که باشد بر معده ثقیل است و اگر تغییری از ایستادن در مزه آن بهم رسیده باشد مولد بلغم است و باعث مرض استسقاء و غیر آن از امراض صعبیه می گردد و آب کل آلود مولد سنک مئانه و سدهاست اگر لا بد آشامیده شود در عقب آن باید از مدرات مثل انار یا غیر آن خورده شود لیکن آب کل آلود بجهت کسی که تلین زیادی در طبعش باشد نفع دارد بسبب بطوء انحدار و آب معادن مطلقا بجهت آشامیدن بد است الا معدن آهن که آن تقویت جمیع احشا و قوای شهوائیه می کند و آب معدن نوشادر

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۶

طبیعت را روان می کند و نشستن در آن آب و حقه کردن همین خاصیت دارد و آبی که از معدن شب یعنی زاج آید بعکس نشادر حابس است و تدبیر آبهای غلیظ برین نحو می تواند بود که بجوشانند تا ثلث بماند که نفخش کم می شود و زود از معده منحدر می شود فاضل خجندی در تلویح که یکی از مصنفات اوست در باب حفظ صحت در فصل کیفیت آب عبارتی که ترجمه آن اینست بیان نموده که جوشانیده شده از آب بنا بر آنچه شهادت داده اند علما کم نفختر و زودتر از معده می گذرد و جاهلان از معالجه کمان می کنند که بسبب جوشانیدن آب اجزاء لطیفه آب منقلب بهوا می شود و کثیفه آن باقی می ماند و نمی دانند که این را سبب کثافت آب با زیادتی کیفیت سردی است یا مخلوط بودن اجزای صغار آن چنانی که قوت جدا کردن اتصال آب ندارند که بآن قوت از جوهر آب جدا شوند و بدرستی که هریک ازینها جدا می شود بطیخ اما اول که عبارت

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۷

از کم نمودن کیفیت بارده آب باشد خود ظاهر و محتاج بیان نیست و اما ثانی بجهت اینکه طبخ متخلخل می سازد اجزاء آب را آن چنان تخلخلی که آسان می شود بسبب آن جدا شدن اجزاء کثیفه که در آبست و نیز چنانچه بعضی از اجله اطبا گفته اند که سه من شاه آب را تقریبا در دیک آهن یا دیک سفال یا در ظرف شیشه بجوشانند تا یکمن باقی ماند و بعد از ان از بالای آتش بردارند و لمحّه بگذارند و بعد از ان بریزند در آن پنج درم قند با یک دانگ انیسون کوفته و زمانی بگذارند تا اجزای ارضیه کثیفه که در آنست تبه نشیند و بعد از ان بهمواری صاف نموده بعد از سرد شدن بیاشامند و آب کرم مفسد هضم است و تشنکی را نمی شاند و مواظبت بر آن مؤدی بدق و استسقا می شود و اگر نیم کرم باشد غثیان می آورد و اگر گرمتر از ان باشد اگر ناشتا بیاشامند

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۸

معدنه را می شوید و طبیعت را نرم می سازد و اگر بسیار کرم باشد قولنج را تحلیل می دهد و بادها می کشد و آبی که بتابیدن آفتاب کرم شده باشد مناسب جمعیت که کوفتهای بلغمی داشته باشد مثل صرع و مالیخولیا و مانند اینها و آب شور در اول که بیاشامند طبیعت را نرم می کند و و بعد از ان می بندد بسبب خشکی که در آنست و مولد چکه و جرب است و آب سرد اگر آشامیده شود کمتر از قدر خواهش بجهت صحت بدن و قوت معده و هضم طعام و کمی بول بهترین و موافق ترین آنهاست لیکن در سرد کردن آب با یخ و یا برف از داخل و خارج اختلاف است شیخ را اعتقاد اینست که اگر یخ از آب صافی و پاکی گرفته شده باشد که مذکور شد تفاوتی ندارد و فاضل خجندی را اعتقاد اینست که آب پرورش یافته میان برف یا یخ بسیار بهتر است و می گوید که آب برف و یخ مثل آب ایستاده ثقیل است و آنچه مذکور شد متعلق است

ترجمه و شرح حفظ الصمّة شیخ الرئیس، ص: ۵۹

بجوهر آب اما وقت آشامیدن آن پس آن زمانیست که تشنکی صادق بهم رسیده باشد و منع نکنند از ان مانعی یعنی حالات و عوارضی که منافی شرب آنست متحقق نباشد و اما مقدار آب پس باید که آشامیده شود بقدر آنچه بدرقکی غذا و تسکین حرارت

نماید و هر که در مزاج او حرارت بیشتر باشد او را احتیاج به آب بیشتر است و کسانی که بر مزاج ایشان برودت مستولی می‌باشد می‌باید که بقدر امکان از آن احتراز نمایند و اگر عیاذا بالله کسی را شرب سموم اتفاق افتاده باشد از شرب آب احتراز نماید چه آب بسبب سرعت نفوذ و لطافتی که دارد سبب انتشار سم در بدن می‌شود مگر آب نیم کرم که سبب قی و دفع سم می‌گردد و باید که روغن کنجد و روغن زیتون در آب نیم کرم داخل سازند که قی بسهولت ممکن شود و یا بطبخ تخم انجره و مسکه و روغن کاو استفراغ نمایند و طعام بسیار باید خورد که اگر سبب قی شود فهو المطلوب

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۶۰

و اما سبب کمی مضرت سم می‌شود و نیز مناسبت که حب الفار و کل محثوم را مساوی هم با روغن زیتون سرشته یک درم بخورند و بعضی گفته‌اند که اگر مسموم فضله خروس را با آب نیم کرم بیاشامد فوراً سبب بیرون آمدن سم می‌شود و بعد از آنکه در قی استقصا کرده باشد قدری شیر خورده باز قی نمایند و اگر در زیر شکم اثری محسوس شود حقه باید کرد و اگر معلوم باشد که کدام زهر است بادویه مخصوصه معالجه باید نمود چنانکه در مطولات مذکور است و گاه اتفاق می‌افتد که مسافر بمنزلی یا بلدی می‌رسد که غیر آب شور و تلخ و بدمزه و ثقیل یافت نمی‌شود پس مناسب می‌نماید که درین رساله تدبیر شیرین نمودن آب و لطیف ساختن آن را بر سیل ایجاز و اختصار ذکر نماید و این بچند طریق ممکن است دو قسم آن را از رشحات فیوض امواج بحار ذاخره الهی متفکرین در آثار ملکوت سموات و ارضین و مستنبطین از غرائب حکم و صنایع خالق زمان و زمین بآیاری الهام رب العالمین

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۶۱

استنباط و تجربه نموده‌اند که چنانکه حکمت ازلی و مصلحت لم یزلی بخار متصاعد از بحار را بغایت عذب و شیرین و بکام و زبان خشک لبان انس و جان و نباتات و درختان می‌رساند ممکن است که اگر سوخته‌جانی عاجز و بینوا و تشنه‌لبی بیچاره و بیدست و پا در دریا فکر بیابان نوردش در جولان و یا در صحرا در بحر عمیق تدبیر رفع تشنگی چون کرداب سرگردان باشد فکر آسمان سیرش از سحاب رحمت الهی تعلیم گرفته بدستیاری آتش جگر سوخته آبی بروی کار آورده مصدوقه هذا عذب فرات را بکام تشنه‌لبان رساند یکی از آن دو قسم بطریق قرع و انبیب است بدستور متعارف و دیگری که اسهل و قلیل المؤمنه زاست اینست که هر یک از میاه ردیه را که خواهند لطیف و شیرین نمایند ظرف سرکشاده را از آن مملو ساخته چند پارچه چوبی پاکیزه بر سر آن ظرف گذارند و قدری پشم پاکیزه بر بالای جوب بگذارند و در ته ظرف آتش افروزند و بعد از گذشتن اندک زمانی

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۶۲

آن پشم را برداشته بیفشردند از آن آب لطیف و شیرین بهم می‌رسد در غایت عذوبت و آنچه در ته ظرف می‌ماند بمرتبگی تلخ و شور و کثیف است که چشیدن آن مقدور احدی نیست و از جمله ضروریات بقا و اسباب حفظ صحت هواست که کار آن دو چیز است یکی ترویج زیرا که چون مزاج روح را بسبب احتباس حرارت و تغیر عارض می‌شود هوای خارج بااستنشاق و تنفس بجوف می‌رسد و تعدیل و اصلاح آن می‌نماید دویم تنقیه بدن از فضلات دخانیه زیرا که در وقت رجوع هوا بعد از جذب آن بمشایعت او اجزای دخانیه بیرون می‌رود و پر ظاهر است که اگر هوا را بسبب عوارض غریبه فساد عارض شود بسبب اختلاط با روح فساد آن بروح سرایت می‌نماید و اسباب فساد هوا آنست که مخلوط شود بیادهای متعفن و بخارهایی که در نیستانها و دریاها و خندقها و صحراهای خالی از آب و گیاه بهم می‌رسد خصوصاً که در آنجا معدن کبریت و زاج

ترجمه و شرح حفظ الصمۃ شیخ الرئیس، ص: ۶۳

و مثل آنها باشد یا درختانی باشد که خبیث‌الجوه‌رند مثل درخت کردو و انجیر و غیر ذلک پس درین صورت ملاحظه صلاح و فساد هوا نمودن و بمنافع و مضار آن مطلع بودن از جمله ضروریات حفظ صحت است و تغیر هوا یا طبیعی است مثل انتقال از

فصلی بفصلی دیگر و در فصول حرارت هوا هرگاه بمرتب شدت نرسد چنانکه در بهاران سبب غلظت خون و اگر بمرتب اشتداد رسد چنانکه در تابستان است سبب غلبه صفرا و تشنکی و زیادتی عرق و قلت ادرار بول می‌شود و در فصل خریف خلط سودا و در زمستان خلط بلغم بر بدن انسان غالبست و هوای بارد باعتبار تسدید مسام و حبس حرارت معین است بر هضم پس بر حافظ صحت لازم است که در هر فصلی از اغذیه و اشربه که باعث زیادتی آن خلط فاسد می‌شود احتیاط و بتدبیرات مناسب آن فصل عمل نماید و یا غیر طبیعی است و این را اسباب مختلفه می‌باشد مثل اینکه آبهای متعفن مجاور هوا یا منقلب بهوا

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۶۴

شود و بالجمله هرچه سبب رذات کیفیت هوا باشد و تعفن هوا سبب وبا و طاعون و غیر آن از امراض قلبیه می‌گردد و زیرا که هوای متعفن اخلاط را فاسد و متعفن می‌گرداند و تعفن اخلاط سرایت بدل و ازو سرایت بسایر بدن می‌کند و درین وقت مناسبست اجتناب به این معنی که اگر در جایی باشد که خارج ازین بلیه باشد داخل نشود و اگر داخل باشد و فرار مقدور و ممکن باشد فرار نماید و الا بقدر مقدور هوای مجاور خود را تعدیل نماید و تنقیه بدن از اخلاط ردیه و احتراز فواکه رطبه و بمحققات و ترشیاها و اغذیه محموده که مورث اخلاط ردیه نباشد مداومت نماید و هوای خانه را بکافور و مشک و عود و سیب و به و نارنج و ترنج و کلاب مطیب نماید و الله اعلم بالصواب و الیه المرجع و المأب قد وقع الفراغ من تنقیه و اتفاق جفاف القلم عن تسطیره بیمن مؤلفه و مترجمه المحتاج الی عفو ربه الغنی عبد الکریم بن محمد یحیی القزوینی

ترجمه و شرح حفظ الصحه شیخ الرئيس، ص: ۶۵

فی الشهر الثالث من السنه الخامسة من العشر الأول من المئه الثانيه من الألف الثاني و المرجو من کرم الأخوان طلب الغفران و الصفح عما زلت به القدم او طغی فيه القلم و الحمد لله اولاد اخرا و الصلوه علی محمد و آله [۱]

[۱] ابن سینا، حسین بن عبد الله - شارح و مترجم: قزوینی، عبد الکریم، حفظ الصحه شیخ الرئيس (ترجمه و شرح)، ۱جلد، دانشگاه علوم پزشکی ایران - تهران، چاپ: اول، ۱۳۸۷ ه.ش.

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحيم

جَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)

با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می‌کنند

بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹

بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهل بیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می‌دهند.

مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

اهداف: دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز:

الف) چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی

ب) تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن همراه

ج) تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما، انیمیشن، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و ...

د) ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر

ه) تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای

و) راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)

ز) طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و ...

ح) همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...

ط) برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه

ی) برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضور و مجازی) در طول سال

دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت: ۲۳۷۳ شناسه ملی: ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی:

www.eslamshop.com

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳-۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور

کاربران (۰۳۱۱)۲۳۳۳۰۴۵

نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشالله.



مرکز تحقیقات و ترجمه

اصفهان

گامگاه

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

