

اللَّهُمَّ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ



غذای بهشتی

حجت الاسلام دکتر سیدعلی حسینی

غذای بهشتی



نام کتاب: غذای بهشتی
نویسنده: حجت الاسلام دکتر سید علی حسینی
ویراستار: حسین چمنی بیرجند
مسئول اجرایی: مهرناز حجتی
ناشر: لمپا
چاپ، صحافی و لیتوگرافی: حُسنی
چاپ اول: ۱۳۹۳
قیمت: ۶۰۰۰ تومان
شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه
شابک: ۸ - ۰۸ - ۷۱۸۸ - ۶۰۰ - ۹۷۸

سرشناسه: حسینی، سید علی، ۱۳۳۸ -
عنوان و نام پدیدآور: غذای بهشتی / سید علی حسینی.
مشخصات نشر: تهران: لمپا، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۱۲۴ ص.
شابک: ۸-۰۸-۷۱۸۸-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۰۹ - ۱۱۳.
یادداشت: نمایه.
موضوع: شیر -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع: مواد غذایی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
رده بندی کنگره: ۴۷۴/۶-۲۳۲ BP
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۶۳۵
شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۰۴۳۰۷

تهران/ انتهای بلوار کشاورز/ خیابان
دکتر قریب/ کوچه اولیا/ پلاک ۲۳
۰ ۹ ۱ ۲ ۲ ۷ ۰ ۵ ۵ ۲ ۵

فهرست

فهرست	۵
مقدمه	۹
پیش‌گفتار	۱۳
شهدنوش آفرین	۱۶
فصل اول: شیر در قرآن و سیره‌ی پیامبران و امامان معصوم علیهم‌السلام	۱۷
شیر نخستین غذا و نوشیدنی انسان	۱۷
شیر، غذای فطری	۲۰
شیر از نعمتهای الهی	۲۳
شیر در قرآن کریم	۲۵
شیر نوشیدنی و غذایی بهشتی	۳۳
شیر غذای پیامبران	۳۴
معجزه‌ی صالح درباره‌ی شیر	۳۸
شیر در سیره‌ی رسول خدا - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ -	۴۰
نوشیدن شیر	۴۱
آداب نوشیدن شیر	۴۳
پذیرایی با شیر در نخستین دعوت خویشان	۴۳

۴۵.....	شیر سمبل هدایت
۴۶.....	شیر آخرین غذای پیامبر - ﷺ -
۴۷.....	شیر آخرین غذای علی - ﷺ -
۴۷.....	شیر آخرین غذای جُنْدَبَن جُناده.....
۴۸.....	شیر و شربت شهادت
۵۰.....	نوشاندن شیر به امیرالمؤمنین ﷺ.....
۵۰.....	سیره‌ی امیرالمؤمنین و اهل بیت - ﷺ -
۵۱.....	علاقه امیرالمؤمنین ﷺ به افطار با شیر.....

۵۳.....	فصل دوم: سودمندی‌ها و ویژگی‌های شیر در آموزه‌های اسلامی.....
۵۳.....	شیر، غذایی کامل و پرمفعت
۵۷.....	رنگ چشم‌نواز و زیبای شیر.....
۶۰.....	شیر نوشیدنی تقویت‌کننده
۶۳.....	شیر در شب و روز عروسی
۶۴.....	شیر برای زنان باردار.....
۶۵.....	شیر غذا و نوشیدنی مناسب برای زائران امام حسین - ﷺ -
۶۶.....	شیرهای بهشتی.....
۶۸.....	شیر گاو.....
۷۰.....	مایع شفابخش
۷۱.....	شیر گاو، شفای دردها.....
۷۳.....	دلیل شفابخش بودن شیر گاو.....
۷۶.....	استحباب افطار با شیر.....
۷۸.....	تأثیر شیر بر روان آدمی.....
۸۱.....	آداب نوشیدن شیر.....
۸۳.....	دعا به هنگام نوشیدن شیر.....

۸۵.....	عرضه‌ی شیر خالص و تازه.....
۸۷.....	وظیفه‌ی حکومت اسلامی.....
۸۹.....	فصل سوم: پنج آیه و چهل حدیث.....
۹۰.....	شیر در آیات قرآن.....
۹۰.....	آیه اول:.....
۹۰.....	آیه‌ی دوم:.....
۹۱.....	آیه‌ی سوم:.....
۹۱.....	آیه‌ی چهارم:.....
۹۲.....	آیه‌ی پنجم:.....
۹۳.....	شیر و فرآورده‌های آن در روایات.....
۹۳.....	۱. شیر سمبل هدایت.....
۹۴.....	۲. سرور نوشیدنیها.....
۹۴.....	۳. شیر و ایمان.....
۹۴.....	۴. منبع پروتئین.....
۹۴.....	۵. خوردنی و نوشیدنی.....
۹۴.....	۶. فوائد گوناگون شیر.....
۹۵.....	۷. غذای پیامبران.....
۹۵.....	۸. دعای پیامبر - ﷺ - هنگام نوشیدن شیر.....
۹۶.....	۹. افطار با شیر.....
۹۶.....	۱۰. شیر گوارا.....
۹۶.....	۱۱. دوا‌ی دردها.....
۹۶.....	۱۲. تقویت بدن.....
۹۷.....	۱۳. برکت خانه.....
۹۷.....	۱۴. شیر گاومیش.....
۹۸.....	۱۵. شیر نوشیدنی بی‌ضرر.....
۹۸.....	۱۶. شیر میش.....

۹۸.....	۱۷. علاقه‌ی به شیر.....
۹۹.....	۱۸. پیامبر اکرم و مرد چاق.....
۹۹.....	۱۹. شربت شیر.....
۹۹.....	۲۰. عرضه شیر خالص.....
۱۰۰.....	۲۱. آبگوشت پیامبران.....
۱۰۰.....	۲۲. قرقره پس از نوشیدن شیر.....
۱۰۰.....	۲۳. حیوان شیرده.....
۱۰۱.....	۲۴. رنگ شیر.....
۱۰۱.....	۲۵. نوشیدن شیر در شب و روز عروسی.....
۱۰۲.....	۲۶. تأثیر شیر در گوارش.....
۱۰۲.....	۲۷. شیر و استحکام استخوان.....
۱۰۲.....	۲۸. فراوان نوشیدن شیر.....
۱۰۳.....	۲۹. شفای همه‌ی دردها.....
۱۰۳.....	۳۰. درمان با شیر گاو.....
۱۰۳.....	۳۱. شیر تقویت نیروی جنسی.....
۱۰۴.....	۳۲. شیر شتر.....
۱۰۴.....	۳۳. تأثیر شیر بر روان آدمی.....
۱۰۴.....	۳۴. شیر برای زنان باردار.....
۱۰۵.....	۳۵. پنیر و مغز گردو.....
۱۰۵.....	۳۶. پنیر آرامش آفرین.....
۱۰۵.....	۳۷. پنیر و خریزه.....
۱۰۶.....	۳۸. پنیر و هضم غذا.....
۱۰۶.....	۳۹. ماست.....
۱۰۷.....	۴۰. دوغ.....
۱۰۹.....	منابع.....
۱۱۳.....	فهرست آیات و روایات.....
۱۲۱.....	نماینه.....

مقدمه

بنام خداوند حی خبیر فروزنده مهر و ساقی شیر

سپاس بی حد و حصر خداوند عزوجل را سزااست، احدی که در ذات و صفات، بی همتاست و صمدی که با قدرت بیکران، جهان بی انتها را پدید آورده و از لطف و کرم، خاکیان را آفریده و نعمت حیات بخشیده و به موهبت خود امکان عبادت و بندگی مرحمت فرموده است تا شب و روز به یاد او باشند و درود و صلوات بر روان تابناک پیامبر امین ستوده و برگزیده حق، محمد صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ که بشارت دهنده مومنان به فضل و کرم الهی و داعی آنان به سوی خدا و نور هدایت و تمام کننده مراتب اخلاق و محبت و رحمت بر عالمیان است و رحمت خداوندی بر روان تابناک اولیاء دین و اهل یقین و رهروان حقیقت و حامیان واقعی دین مبین و شریف اسلام.

خدای متعال از باب رحمت خویش همه نعمت‌ها را به انسان، این فقیر مطلق ارزانی داشته است. شکرانه الطاف خداوندی بهره‌گیری از تمام نعمت‌های بیکران الهی و تأمل و شناخت کامل و بهره‌مندی مناسب از آن است.

در میان همه نعمت‌های الهی، نعمت حیات بسیار برجسته و مسئولیت‌آور است. بار سنگین امانت الهی از آغاز حیات است که بردوش انسان قرار می‌گیرد و طی این طریق طولانی و دشوار میسر نمی‌شود مگر آنکه ابزارهای

لازم در اختیار او باشد. بی تردید اهم لوازم مورد نیاز این سفر، عنصر سلامت است که به انسان مجال می‌دهد تا دنیای خویش را مزرعه آخرت سازد و فارغ از آلام جسمی، به تربیت روح و روان خویش همت گمارد و مسیر کمال را آن گونه که شایسته خلیفه الهی در زمین است، بپیماید.

تغذیه سالم یکی از مهمترین راههای حفظ و ارتقای سلامتی و جلوگیری از بیماری‌های گوناگون است که تمام اختیارات آن به انسان سپرده شده است. انسانها با انتخاب سبک تغذیه، نقشه طول عمر و سلامتی خود را ترسیم می‌کنند و در این میان خالق هستی، با خلق سفره‌ای رنگین و متنوع از غذاهای مورد نیاز بشر، همه حجت را بر انسان سلامت جو تمام کرده است. او همانگونه که انبیاء و اولیای برگزیده خویش را برای نجات بشر فرستاد، در میان غذاها نیز سروری به نام شیر برگزید و آن را کاملترین غذاها گردانید تا انسان قادر باشد به ساده ترین شکل ممکن شاخص سلامتی و طول عمر خود را ارتقاء بخشد.

شیر، از ابتدای خلقت به عنوان غذای انسان نقش ویژه و برجسته‌ای در تغذیه داشته است. سابقه استفاده از شیر دامهای اهلی حداقل به ۶۰۰۰ سال قبل برمی‌گردد و علیرغم پیشرفت‌های حیرت آور علمی، انسان معاصر هر روز به گوشه‌های تازه از آثار مهم شیر و فراورده‌های شیری در سلامتی، بهره‌هوشی، درمان بیماری‌ها و ... پی می‌برد.

امروزه میزان مصرف شیر به عنوان یکی از شاخص‌های توسعه یافتگی تلقی می‌شود. مستندات آماری نشان می‌دهند که سرانه مصرف شیر کشورهای توسعه یافته حداقل ۳۰۰ کیلوگرم در سال و در برخی از آنها به ۵۰۰ کیلوگرم در سال رسیده است.

متأسفانه مصرف این معجزه الهی در کشور ما قابل توجه نبوده و بنا به

اعلام برخی منابع مانند مرکز آمار ایران، بانک مرکزی و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی حدود ۷۵ تا ۸۰ کیلوگرم در سال است.

عوارض ناشی از کاهش مصرف در شکل بیماری‌های هولناک مانند پوکی استخوان، مشکلات لثه و دندان کاهش قد، کاهش بهره‌هوشی و حتی کاهش عمر آشکار شده است. بنا به اعلام مراجع ذیربط ۹۰ درصد مردم دچار کمبود کلسیم هستند. سالانه ۳۶ هزار سال عمر مفید به علت عارضه پوکی استخوان در کشور از دست می‌رود. حداقل دو میلیون خانم ایرانی به دلیل فقر کلسیم، هم اکنون در معرض شکستگی استخوان هستند. از هر ۴ خانم ایرانی زیر ۵۰ سال یک نفر دچار عارضه پوکی استخوان است، هر ایرانی به طور متوسط ۲ دندان پوسیده دارد و

اینها بخشی از عوارض ناشی از کمبود مصرف شیر در کشور است که ضمن کاهش نرخ بهره‌وری اقتصادی، هزینه‌های سنگین اجتماعی و اقتصادی به خانواده‌ها و کشور را تحمیل می‌نماید.

به عنوان مثال اگر هزینه ترمیم هر دندان پوسیده فقط دویست هزار تومان برآورد شود، هزینه درمان ۱۵۰ میلیون دندان آسیب دیده جهت درمان بالغ بر ۳۰ هزار میلیارد تومان می‌شود که با صرفه جویی این هزینه می‌توان ۶۰۰ هزار فرصت شغلی در بخش کشاورزی و یا ۳۰۰ هزار فرصت شغلی در بخش صنعتی کشور ایجاد کرد. خسارت‌های ناشی از کوتاهی عمر، زمینگیری، کاهش بهره‌وری و پوکی استخوان بیش از این رقم‌ها است. این همه گویای اهمیت شیر است که از آن به عنوان معجزه الهی یاد می‌شود.

در این میان نگاه قرآن و سنت به موضوع شیر بسیار جالب و خواندنی است. قرآن شیر را یکی از معجزات الهی معرفی می‌کند. اهل بهشت به شیر وعده داده می‌شوند، زندگی با شیر آغاز می‌شود و تنها غذایی که به مصرف

مستمر آن تا پایان عمر توصیه می شود فقط شیر است. در فرهنگ نبوی شیر سرور نوشیدنی ها و تنها جایگزین غذا و آب معرفی می شود.

با یاری پروردگار و توجهات حضرت ولی عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف و با همت جناب آقای حجت الاسلام دکتر سیدعلی حسینی و روابط عمومی شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) مجموعه ای مدون به نام غذای بهشتی از میان آیات قرآن کریم و سیره اهل بیت سلام الله علیهم اجمعین در خصوص شیرو فرآورده های آن گردآوری شده است. در این نسخه منحصر به فرد با استفاده از منابع معتبر اسلامی، مجموعه ای غنی و آموزنده از دریای معارف دینی در باب شیر گردآوری شده که چاپ و توزیع آن می تواند به ارتقای آگاهی مردم و نیز ترغیب آنان به مصرف بیشتر شیر این معجزه الهی بیانجامد.

شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) به عنوان بزرگترین مجموعه صنایع غذایی و آشامیدنی کشور تلاش برای ارتقای سلامت مردم را بر خود فرض می داند و امیدوار است انتشار این اثر ارزشمند گامی موثر در این زمینه باشد.

تلاش بی شائبه نویسنده محترم این اثر گرانسنگ و نیز پیگیری های مجدانه همکاران محترم شرکت صنایع شیر ایران جناب آقای مهندس چمنی و سرکار خانم حجتی در به نتیجه رساندن این کار بزرگ را ارج نهاده و از درگاه ایزد منان برای آنان توفیق و اجر اخروی مسئلت دارم.

عبدالامیر باروتکوب

عضو هیات مدیره و مدیر عامل صنایع شیر ایران (پگاه)

بهار ۱۳۹۳

پیش گفتار

هنگامی که کودک ترسان، لرزان و گریان از مادر متولد می‌گردد و زندگی نوین خود را در این کره‌ی خاکی آغاز می‌کند، تنها شیرگواری مادر است که ترس، اضطراب و دلهره‌ی او را می‌زداید و چونان مرهمی کارساز به او آرامش و آسایش می‌بخشد؛ در واقع کودک با مکیدن پستانِ مادر نه تنها خود را از تشنگی و گرسنگی می‌رهاند بلکه برای نخستین بار طعم دل‌انگیز و لذت‌بخش زندگی را تجربه می‌کند و برای همین است که در فرهنگ پارسی واژه‌ی لطیف «شیرخوار» را بر کلمه‌ی «طفل» می‌افزایند و به او «طفل شیرخوار» لقب می‌دهند.

حضرت امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید:

«چون جنین از مادر متولد می‌گردد، همان خونی که غذایش بود در شکل غذایی دیگر، از پستانِ مادر سرازیر می‌شود، این غذا برای نوزاد از همه چیز سازگارتر است. کودک وقتی پا در این گیتی می‌نهد زبانش را به نشانه‌ی خواستن غذا درآورده و در دهان می‌چرخاند و در این زمان پستان‌های مادرش را که چونان دو مشک از سینه‌ی او آویخته، می‌یابد و.. از آن می‌نوشد.»^(۱)

دلیل این نکته آن است که خداوند نیاز به شیر و چگونگی نوشیدن آن را در اعماق ذات او نهاده است. بدین سان آدمی زندگی را با شیر آغاز کرده و لذت حیات این دنیا را با طعم شیر تجربه می‌کند و برای همین است که طعم شیر، طعم حیات است.

اما داستان نیاز انسان به شیر و سودمندی‌های گوناگون آن به دوران شیرخوارگی ختم نمی‌شود، این در واقع آغاز راه است و تا پایان زندگی این نعمت گران‌بهای الهی در خدمت بشر قرار دارد.

کودک آن گاه که مرحله‌ی طفولیت را پشت سرگذارد و دستگاه هاضمه او رشد کرد و بالید و زمینه‌ی هضم غذاهای جدید و متنوع در آن فراهم آمد، نه تنها همچنان از شیر بهره می‌برد و منافع آن در سلامت و رشد بدن وی سهم مؤثری دارد بلکه از انواع فراورده‌های شیری از قبیل ماست و ... نیز استفاده می‌کند.

در روایات رسیده از معصومان - علیهم‌السلام - به این نکته با تعبیری بس لطیف اشاره شده است؛ برپایه‌ی برخی از روایات نیاز به شیر، نیازی است فطری. از این رو حذف شیر از زندگی، اختلال در فطرت آدمیان پدید می‌آورد.

در آیات قرآن و روایات رسیده از معصومان - علیهم‌السلام - درباره‌ی فضیلت شیر و سودمندی‌های متنوع و متعدد آن و سهم مؤثری که در سلامت و تأمین تغذیه انسان دارد، مطالبی مفید و آموزنده آمده است که به حق اگر در آنها تأمل شده و ابعاد گوناگون آنها شناخته شود و سرانجام در متن زندگی انسان عملی گردد، هم ارزش شیر به درستی روشن می‌شود و هم قدر این گهرگفته‌ها بیشتر دانسته خواهد شد.

این نوشته در پی آن است که این روایات را نقل، سامان‌دهی و تا حدودی تحلیل کند. ان شاء الله مورد رضایت حضرت ولی عصر - ارواحنا فداه - قرار گیرد و

سبب شود خوانندگان از منافع و فواید شیر بیشتر آگاه شوند و دستمایه‌ای گردد برای آنان که می‌خواهند غذاهای سالم و سودمند را بهتر بشناسند و از برخی نوشیدنیهای پرزرق و برق که نه در فرهنگ ایرانی جایی دارد و نه در فرهنگ اسلامی ردّ پایی، بپرهیزند؛ هم‌چنین برای آنان نیز که قصد دارند این مهم را به دیگران بشناسانند و در ترویج غذاهای سالم بکوشند، به قدر توان در این عرصه، فرهنگ‌سازی نمایند.

در پایان این نوشتار پنج آیه و چهل حدیث با ترجمه درباره شیر آورده شده است تا کسانی که می‌خواهند مستقیماً از روایات بهره‌برند، به مقصود خویش نایل آیند. در اینجا شایسته است از حجج اسلام آقایان صفاءالدین پرورش‌پور و رضا میقانی که در کار استخراج و دسته‌بندی بخشی از این روایات یاریگر ما بوده‌اند تقدیر و تشکر نماییم.

مباحث در دو بخش به خوانندگان محترم تقدیم شده است:

۱. شیر، غذایی کامل و پرمنفعت؛

۲. شیر در آیات و روایات

سید علی حسینی

بهار ۱۳۹۳

شهدنوش آفرین

به نام خداوند لوح و قلم
خدايي که با لطف بی انتها
غذایی کوارای طبع بشر
هر آنکوشد از این شه غذا
بسی در دایگسرد از او شفا
زهر خردمند جویای فکر
خدايي که دانای اسرار است
عطا بخش نوش آفرینی چو شیر
فرستاده شیر از برای شما
جدا مانده از شیر جوید شرر
به ملک وجودش نموده جفا
بسی آیه و حکمت آمد به ذکر
دهد نعمتی را که بر ما سزا است

م. حجتی

فصل اوّل:

شیر در قرآن و سیره‌ی پیامبران و امامان معصوم علیهم‌السلام

شیرنخستین غذا و نوشیدنی انسان

همه می‌دانیم که شیرنخستین خوردنی و نوشیدنی انسان است که زندگی را برای آدمیان در این جهان شیرین و لذت‌بخش می‌کند و کودک را غرق در آرامش و آسایش کرده و زمینه‌ی انس با مادر را در او فراهم می‌آورد. شیر به اندازه‌ی اهمیت دارد که سبب می‌شود شیردهنده؛ یعنی مادر از جایگاه ویژه‌ی برخوردار شود و حق عظیمی بر فرزندش داشته باشد؛ امام زین‌العابدین - علیه‌السلام - می‌فرماید: «اما حق مادرت آن است که تو را حمل کرده ... و از شیریه‌ی جان خود تو را خورانیده است ... دامن او پناهگاه تو و پستانش منبع تغذیه‌ی تو بوده است!»^(۱) در واقع کودک با نوشیدن شیر مادر به امنیت غذایی کاملی دست می‌یابد و براساس آیه‌ی قرآن بهتر آن است که تا دو سال این حالت ادامه یابد:

«وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ
الرِّضَاعَةَ»^(۲)

«و مادر فرزندان خود را دو سال کامل شیر می‌دهند این حکم برای کسی

۱. مسئولیت مادر بودن ص ۵۸.

۲. سوره‌ی بقره، آیه‌ی ۲۳۳.

است که بخواند دوران شیرخوارگی را کامل کند.»

بدین سان انسان حدود دو سال زندگی خود را با شیر مادر سپری می‌کند.^(۱) و در این مدت سلامت، رشد، تقویت استخوان‌ها، آسایش، آرامش، لذت و نشاط او در گرو شیر مادر است و این از ادله‌ی جایگاه خاص مادر است. از امام صادق - عَلَيْهِ السَّلَام - نقل شده است که رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: «... چون مادر کودکش را شیر می‌دهد، خدای متعال در برابر هر مکیدن کودک به اندازه‌ی آزاد کردن یک برده از فرزندان اسماعیل، بدو پاداش می‌دهد و چون شیر دادن تمام شود فرشته‌ی باکرامتی بر پهلوی او می‌زند و می‌گوید: «خدای متعال تو را آموزد ...»

عن مُحَمَّدِ بْنِ الْحَسَنِ، عَنِ الصَّقَّارِ، عَنِ أَبِي الْخَطَّابِ، عَنِ الْحَكَمِ بْنِ مَسْكِينٍ عَنِ أَبِي خَالِدٍ الْكُعْبِيِّ، عَنِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَام - أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: ... فَإِذَا أَرْضَعْتَ كَانَتْ لَهَا بِكُلِّ مَصَّةٍ كَعْدِلٍ عِتْقٍ مُّحَرَّرٍ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ، فَإِذَا فَرَعْتَ مِنْ رَضَاعِهِ ضَرَبَ مَلَكٌ كَرِيمٌ عَلَى جَنْبِهَا وَ قَالَ: إِسْتَأْنَفِيَ الْعَمَلُ فَقَدْ غُفِرَ لَكَ.»^(۲)

درباره‌ی شیر مادر در آموزه‌های قرآنی و سخنان معصومین - عَلَيْهِمُ السَّلَام - مطالب بسیار مهمی آمده است و نیز در فقه اسلامی احکام قابل ملاحظه‌ای وجود دارد که متناسب با موضوع این اثر نیست و باید در جای خود بررسی گردد.^(۳) و بی‌شک از نعمت‌های بزرگ خدا که شایسته‌ی سپاسگزاری است و از نشانه‌های حکمت حضرت پروردگار است. امام حسین - عَلَيْهِ السَّلَام - در نیایش روز عرفه در این باره اشاره‌ای دل‌انگیز دارد:

«فَلَكَ الْحَمْدُ يَا إِلَهِي إِذْ خَلَقْتَنِي بَشَرًا سَوِيًّا ... طِفْلاً صَبِيًّا تَقَوُّتَنِي مِنَ الْئِدْيِ

۱. رک: تفسیر نمونه، ج ۲، ص ۱۸۶.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۷۵.

۳. رک: موسوعه‌ی احکام الاطفال و ادلتها، ج ۱، ص ۲۲۷ - ۳۰۳.

لَبَنًا مَرِيئًا وَغَذَّيْتَنِي غِذَاءً طَيِّبًا هَنِيئًا پس سپاس از آن تو است چون مرا ...
 کودکی و نوزادی آفریدی و از پستان مادرم به من قوتی دادی که شیری لذیذ
 بود و غذایی به من خوراندیدی که پاکیزه و گوارا بود.»^(۱)
 و امیرالمؤمنین - عَلَيْهِ السَّلَامُ - نیز در این رابطه فرمود: «مَا مِنْ لَبَنٍ يُرْضَعُ بِهِ الصَّبِيُّ
 أَغْظَمَ بَرَكَتَةً عَلَيْهِ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ.» هیچ شیری برای کودک از شیر مادرش بابرکت‌تر
 نیست.»^(۲)

۱. بحارالانوار، ج ۹۲، ص ۲۸۶ و ج ۹۷، ص ۳۱۵ و ج ۹۸، ص ۲۲۷.

۲. من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۴۷۵.

شیر، غذای فطری

خداوند متعال بدن انسان را به گونه‌ای خاص آفریده و سرشت ویژه‌ای به آن بخشیده است. بدن انسان دارای فطرت، نظم و ساختار منحصر به فردی است که هر مقدار خوردنیها و نوشیدنیها و اعمال و اقدامات انسان مطابق آن باشد سلامت، پویایی و بالندگی بیشتری خواهد یافت.

بر طبق برخی از روایات شیر غذایی است که منطبق و سازگار با فطرت آدمی است. در روایتی در این باره چنین می‌خوانیم:

«عَنْ أَبِي بصيرٍ قَالَ: أَكَلْنَا مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عليه السلام - فَاتَانَا بِلَحْمٍ جَزْوَرٍ فَظَنَنْتُ أَنَّهُ مِنْ بَدَنَتِهِ فَأَكَلْنَا فَأُوتِينَا بِعُصٍّ مِنْ لَبَنٍ فَشَرَبْتُ، ثُمَّ قَالَ: إِشْرَبْ يَا أَبَا مُحَمَّدٍ فَذُقْتُهُ فَقُلْتُ: لَبَنٌ جُعِلْتُ فِدَاكَ؟ فَقَالَ: إِنَّهَا الْفِطْرَةُ ثُمَّ أُوتِينَا بِتَمَرٍ فَأَكَلْنَا.

ابوبصیر می‌گوید با امام صادق علیه السلام غذا می‌خوردیم. مقداری گوشت شتر برای ما آوردند که به گمان من گوشت شتر از خانه‌ی آن حضرت بود. آن‌گاه کاسه‌ای بزرگ از شیر آوردند، آن حضرت نوشید و فرمود: ای ابا محمد از آن بنوش. عرض کردم: فدایت شوم شیر است. حضرت فرمود: فطرت

است. آن گاه خرما آوردند و از آن خوردیم.»^(۱)

در این روایت حضرت صادق علیه السلام به ابوبصیر می فرماید: شیرنگو، فطرت بگو. درباره ی مقصود آن حضرت از این جمله که «شیر فطرت است»، حدیث پژوهان چند احتمال مطرح کرده اند.

مناسب ترین احتمال آن است که خداوند متعال شیر را مطابق فطرت انسان و برآورنده ی بسیاری از نیازهای جسم آدمی آفریده است. از این رو امام صادق علیه السلام به ابوبصیر فرمود: این فطرت است؛ یعنی نوشیدنی فطری انسان.

در این باره روایتی دیگر نقل شده است که این احتمال را تأیید می کند: «إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أَتَى لَيْلَةَ أُسْرَى بِهِ بِإِيلِيَا؛ بِقَدْحَيْنِ، مِنْ خَمْرٍ وَ لَبَنٍ، فَنَظَرَ إِلَيْهِمَا ثُمَّ أَخَذَ اللَّبَنَ، فَقَالَ جِبْرَائِيلُ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَذَاكَ لِلْفِطْرَةِ، وَلَوْ أَخَذْتَ الْخَمْرَ، غَوَتْ أُمَّتُكَ.

برای رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - در شب معراج دو قدح آوردند، یکی از آنها شیر بود و دیگری شراب. آن حضرت - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - به هر دو نگاه کرد. آن گاه ظرف شیر را انتخاب فرمود [و از آن نوشید]، جبرئیل گفت: خدای را سپاس که تو را به سمت و سوی فطرت هدایت کرد [و شیر را انتخاب کردی] و اگر از فطرت دور می شدی و شراب را انتخاب می کردی امت تو گمراه می شدند.»^(۲)

این روایت ظهور بیشتری در احتمال یاد شده دارد؛ زیرا شیر نوشیدنی ای است گوارا. پاکیزه و سودمند برای بدن و انتخاب درست و به هنگام پیامبر نشان از فطرت سالم ایشان دارد؛ بدین سان که اقتضای فطرت سالم انتخاب

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۳۷؛ وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۵.

۲. صحیح بخاری، ج ۴، ص ۱۱، حدیث ۵۵۷۶؛ بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۹۸. رک: بحار الانوار، ج ۷، ص ۳۸.

شیر بود، نه شراب.

همان طور که اسلام دین سلامت و رشد و صراط مستقیم و مطابق با فطرت آدمی و سازگار با حقیقت اوست، جبرئیل انتخاب شیر را نشانه‌ای برای انتخاب اسلام قرار داد.

احتمال دیگری که در معنای واژه‌ی فطرت داده‌اند، آن است که این شیر تازه است؛ چه اینکه فطرت به معنای تازگی نیز می‌آید. احتمال دیگر آن است که شیر از آن رو که نخستین خوراک آدمی است چون پا به عرصه‌ی این گیتی می‌نهد پس گویا در فطرت انسان تمایل به نوشیدن آن نهفته است، که حضرت از آن به «فطرت» تعبیر کرد.

یکی از مهم‌ترین ادله‌ی فطری بودن نیاز به شیر آن است که نوزاد از شیر مادر استقبال می‌کند و با آن خود را تغذیه می‌کند. روایاتی در این باره نقل شد. روایاتی دیگر نیز موجود می‌باشد که به دلیل اختصار این اثر آن‌ها را نیاوردیم.^(۱) اما باید همواره توجه داشته باشیم که شیر مادر حداکثر تا دو سال انسان را یاری می‌رساند و پس از آن خدای متعال بخشی از خوراک آدمیان را در پستان حیوانات قرار داده است.

۱. به عنوان نمونه: رک: بحارالانوار ج ۳۸، ص ۵۶.

شیراز نعمتهای الهی

بی شک این مایع زلال، گوارا و سفیدرنگ که سودمندیهای گوناگونی برای انسان دارد از نعمتهای الهی است. انسان وقتی سرگرم زندگی می گردد و همواره از مواهب طبیعی و نعمتهای الهی بهره می برد و با این حال از آنها غفلت می ورزد، دیگر نه به ارزش آنها توجه دارد و نه از مبدأ و آفرینندهی آنها یاد می کند. قرآن همواره به آدمیان تنبه می دهد و این نعمتهای الهی و قدر گران آنها و سهم مؤثری که در ادامه ی زندگی بشر، سلامت و نشاط او دارند را به آنان گوشزد می کند.

از آیات قرآن و سخنان معصومان - علیهم السلام - استفاده می شود که شیراز نعمتهای الهی است، خداوند می فرماید:

«وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ»^(۱)

«و برای شما در چارپایان سودها و نوشیدنیها (شیر) است، آیا شکر

نمی گذارند؟»

در آیه ی دیگری می فرماید:

۱. سوره یس (۳۶) آیه ۷۳.

«وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ»^(۱)

«و برای شما در چارپایان [درس] عبرتی است: از شیری که در شکمهای آنهاست به شما می‌نوشانیم و در آنها برای شما سودهای فراوان است و از آنها می‌خورید.»

آیه به روشنی نشانگر آن است که شیر از نعمتهای الهی است که از سر لطف در اختیار بشر نهاده و از بشر متقابلاً خواسته است که اولاً از پیچیدگیها و قوانین شگفت‌انگیزی که در پرتو آنها آب و علوفه به این مایع زلال، گوارا و لذیذ تبدیل می‌شود تأمل کند و ثانیاً همواره نعمتهای الهی را شکر گوید و لحظه‌ای از یادآوری این نعمتها غفلت نورزد. از این رو خداوند در سوره یاسین پس از اشاره به نعمتهای چارپایان با لحنی خاص می‌فرماید: (أَفَلَا يَشْكُرُونَ؟)؛ «آیا شکرگذار نخواهند بود؟». این شکر عملاً سبب خواهد شد که انسان از ارزش شیر غفلت نورزد و در بهره‌برداری بیشتر و بهتر از آن بکوشد.

۱. سوره مؤمنون (۲۳) آیه ۲۱.

شیردرقرآن کریم

باران رحمت الهی نم نم از آسمان فرو می بارد و زمین را سرسبز و خرم می سازد. گیاهان و بوته ها از زمین سر بر می آورند و علوفه و خوراک حیوانات و دام ها را فراهم می آورند.

«وَاللَّهُ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ»^(۱)

«خدا از آسمان آبی فرو بارید و با آن زمین را پس از مرگش زنده ساخت، در این نشانه ای (از علم و قدرت خدا) برای آنان است که (سخن حق را) می شنوند.»

در این آیه و آیات فراوانی از این دست، خدای متعال از فرو باریدن باران از آسمان و سرسبز و خرم شدن زمین در پرتو بارش باران سخن می گوید. یکی از اهداف آفریدن گیاهان آن است که علوفه و خوراک حیوانات و دام ها فراهم آید. خدای متعال می فرماید: «الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ مَهْدًا وَسَلَكَ لَكُمْ فِيهَا سُبُلًا وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّن نَّبَاتٍ شَتَّى كُلُوا

۱. سوره ی نحل، آیه ی ۶۵

وَأَرْعَوْا أَنْعَامَكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِأُولِي النَّهْيِ» «زمین را برای شما بستری گسترده قرار دادیم و از آسمان آبی فرو فرستادیم و با آن انواع گوناگون گیاهان و رستنی‌ها را بیرون آوردیم، از آن‌ها بخورید و چهارپایانتان را در آن‌ها بچرانید...»^(۱) و می‌فرماید: «او کسی است که از آسمان آبی برایتان فرو فرستاد از آن می‌نوشید و با آن روییدنی‌هایی (آفرید) که چهارپایانتان در آن می‌چرند.» آیاتی از این دست^(۲) به این نکته اشاره دارد که گیاهان مرتع‌ها را خدای متعال آفرید تا حیوانات و دام‌ها در آن بچرند و علوفه و خوراک آن‌ها فراهم آید و انسان‌ها نیز به طور مستقیم از گیاهان بهره ببرند: علامه طباطبایی - قَدْ بَيَّنَّ - در این باره چنین می‌نویسد:

«این آیه در پی آن است که نوع دیگری از نعمت‌های الهی را بیان کند و آن نعمت گیاهان و نباتات است که انسان و حیوانات از آن تغذیه می‌کنند.»^(۳) بدین سان یکی از اهداف بارش باران و روییدن گیاهان فراهم آوردن علوفه و خوراک دام و حیوانات است که از نگاه قرآن شش فائده‌ی بسیار مهم برای انسان دارند:

- ۱- استفاده از جمال و زیبایی‌هایی که حیوانات دارند.^(۴)
- ۲- استفاده از پوست، پشم، کرک و موی حیوانات برای تولید انواع ابزار زندگی از قبیل لباس، کفش، کیف و...^(۵)
- ۳- انواع منافع و سودمندی‌های مختلف حیوانات که بررسی آن‌ها مناسب با موضوع این پژوهش نیست.^(۶)

۱. سوره‌ی طه، آیه‌ی ۵۴ و ۵۳.

۲. رک: گیاهان و زندگی در اندیشه‌ی دینی، ص ۱۲۳ - ۱۳۶. ص ۶۱ - ۸۵.

۳. المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۲، ص ۲۱۴. تفسیر روح المعانی، ج ۷، ص ۱۰۵.

۴. سوره‌ی نحل، آیه ۶، «وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ».

۵. سوره‌ی نحل، آیه ۵، «وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ...».

۶. سوره‌ی نحل، آیه ۵، ۱۱ «وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَ مَنْفَعٌ...» سوره‌ی یس، آیه ۷۳ و لکم فیها منافع و مشارب افلا

- ۴- تهیهی انواع خوراک و غذا از گوشت آن‌ها^(۱)
- ۵- استفادهی سواری از آن‌ها به ویژه در زمان‌های گذشته که حیوانات تنها وسیلهی نقلیهی انسان بودند.
- ۶- استفاده از شیر حیوانات؛ در این باره نکته‌های مختلفی وجود دارد که متناسب با ظرفیت این پژوهش آن‌ها را توضیح خواهیم داد.

همان‌طور که اشاره شد، خدای متعال می‌فرماید: این چارپایان را آفریدیم که شما از آن‌ها بهره‌برید و آن‌ها برای شما منافع فراوانی دارند که یکی از آن‌ها نوشیدنی شیر است. «وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ»^(۲)

بی‌شک کلمه‌ی «منافع» به معنای منفعت‌ها، فوائد و سودمندی‌هایی که از چارپایان به ما می‌رسد شامل شیر نیز می‌شود، اما خدای متعال آن را به طور جداگانه نیز در قرآن بیان فرمود؛ این نشانه‌ی اهمیت شیر به عنوان یکی از فوائد حیوانات برای انسان است، در ادبیات می‌گویند «ذکر خاص پس از عام به خاطر اهمیت ویژه‌ی خاص است.»

- ۲- شیر دست کم در سه آیه به طور بسیار روشن ذکر شده است^(۳) علت این تکرار چیست؟ اهمیت خاص شیر برای انسان و جایگاه آن به عنوان غذا، نوشیدنی و دارو از علت‌ها و یا علت اصلی این تکرار می‌تواند باشد و همان‌طور که خواهد آمد از دیگر علت‌های این تکرار آن است که شیر از نعمت‌های خدا است و فرایند تولید آن نشانگر دانش و قدرت بی‌کران خدای متعال است.
- ۳- همان‌طور که پیشتر آوردیم شیر از نعمت‌های خدا است که از سر

بشکرون» سوره‌ی مومنون، آیه‌ی ۲۱، و لکم فیها منافع کثیرة» سوره‌ی حج آیه‌ی ۳۲، «و لکم فیها منافع الی اجل مُّسمًی» ۱. سوره‌ی نحل، آیه‌ی ۵، والانعام خلقها لکم ... و منها تأکلون» سوره‌ی یس، آیه‌ی ۷۲ و سوره‌ی مومنون آیه‌ی ۲۱ «... و منها تأکلون». ۲. سوره‌ی یس، آیه‌ی ۷۳. ۳. سوره‌ی نحل، آیه‌ی ۶۶، سوره‌ی مومنون آیه‌ی ۲۱، سوره‌ی یس آیه‌ی ۷۳.

لطف به بندگانش ارزانی داشته و از آیات مختلف قرآن استفاده می‌شود که شیر نعمتی برای انسان است که از آغاز تولد از مادر تا هنگام مرگ می‌توانند از آن بهره‌برند. خدای متعال به انسان‌ها نعمت‌های فراوانی داده است، اما گروهی از آن‌ها از دیدگاه قرآن و روایات اهمیت خاص به خود را دارد. یکی از این نعمت‌ها شیر است ^(۱) و از ادله‌ی اهمیتش آن است که خدای متعال می‌فرماید: «آیا شکر این نعمت را نمی‌گذارید؟» «وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ.» این آیه به روشنی از سویی اشاره می‌کند شیر چارپایانی از قبیل گاو، گوسفند و شتر نعمتی است که شایسته‌ی سپاس و شکرگزاری است و از طرفی ناسپاسی و کفران چنین نعمتی را شگفت‌آور دانسته و ناسپاسان را سرزنش می‌کند. ^(۲)

۴- شیر نوشیدنی و غذایی خالص است؛ با این که از میان بدن حیوان خارج می‌گردد، بدنی که انواع اشیاء بدبو، بدمزه، مضر، مانند ادرار، غایط، خون و امثال آن‌ها در آن وجود دارد. شیر خالص است و بی‌شک، بوی و مزه‌ی آن‌ها به شیر سرایت نمی‌کند، پاک و تمیز است و ناپاکی بدان راه نمی‌یابد ^(۳) و نیازی به تصفیه ندارد و نیززیانی به آدمی نمی‌رساند ^(۴) و همه‌ی شیر به دست آمده از دام سودمند است و هیچ غشی و ماده‌ی ضرر زننده و بیهوده و زاید در آن وجود ندارد. چنان صاف است که آماده‌ی خوردن است و نیازی به اجزای فرآیندی و عملی برای خوردن آن نیست و با این حال می‌توان برای استفاده‌های متنوع از آن، برنامه‌های مختلفی را درباره‌ی آن اجرا کرد. یکی از معانی خالص بودن «پیوند» است شاید به خاطر همین معنا است

۱. تفسیر نمونه، ج ۱۸، ص ۴۵۰.

۲. تفسیر راهنما، ج ۱۵، ص ۳۱۳.

۳. تفسیر کنزالدقائق، ج ۵، ص ۳۵۲، المیزان، ج ۱۲، ص ۲۸۹.

۴. تفسیر راهنما، ج ۹، ص ۴۵۱.

که بعضی این تعبیر قرآنی را در ماده‌ی شیر اشاره به تأثیر فوق‌العاده‌ی آن در استخوان‌سازی می‌دانند. این مسأله به اندازه‌ای اهمیت دارد که اگر کودکی مقداری معین از شیرزنی که او را به دنیا نیاورده بنوشد، فقها فتوا می‌دهند که آن زن در حکم مادر است و با او محرم می‌شود، چه این‌که این شیردهی در رویانیدن گوشت و استوارسازی در استحکام استخوان‌های او تأثیر به‌سزایی خواهد داشت.^(۱)

۵- شیرنوشیدنی گوارا است. قرآن کریم درباره‌ی شیرتعبیرهای بسیار دقیق، دل‌انگیز و رسا و جامعی دارد. با جرئت می‌توان گفت کسی نتوانسته است این نوشیدنی و خوردنی را این‌گونه توصیف کند؛ یکی آن که شیر «خالص» است و دوم آن که «گوارا» است یعنی به آسانی، راحتی و با لذت از گلو عبور کرده و وارد معده می‌گردد.^(۲) و این گوارایی برای همه‌ی انسان‌ها در همه‌ی عمر آن‌ها است، برای کودکان، جوانان، پیران، زنان مردان در همه‌ی مناطق گرم‌سیر و سردسیر، شیر؛ سودمند است و همه بدان نیاز دارند. وقتی وارد بدن شود به خاطر فوائد متعددی که دارد آثار بسیار سازنده و مثبتی در درون انسان می‌گذارد که نوع دیگری از گوارایی را به مصرف‌کننده‌اش نشان می‌دهد. این ویژگی شیر وقتی بیش‌تر نمایان می‌شود که آن را با خوردنی‌ها و نوشیدنی‌های دیگر مقایسه کنیم که یا به خاطر زبری نیاز به جویدن و آمیختگی با بزاق دهان دارد و بعد از آن یا هنوز گوارا نیست و یا اندکی و مقداری گوارا می‌گردد و یا به خاطر مزه‌ی خاص خود از قبیل ترشی گلو را می‌آزارد. اما شیر به خاطر مواد تشکیل‌دهنده، مزه و دیگر ویژگی‌هایش با لذت و گوارا نوشیده می‌شود.

۶- گروهی از قاریان قرآن «نسقیکم» را با فتح نون و ثلاثی مجرد قرائت

۱. تفسیر نمونه، ج ۱۱، ص ۲۹۴.

۲. المیزان، ج ۱۳، ص ۲۸۹ «جوی فی الحلق بسولة».

کرده‌اند و در تفسیرهای مفسران درباره‌ی تفاوت آن با «نسقیکم» که ثلاثی مزید و از باب افعال است کاوش‌هایی شده است که با چشم‌پوشی از بسیاری از آن‌ها به دو نکته درباره‌ی «نسقی» اشاره می‌شود:

۱- مفهوم نسقی: نسقی از ماده‌ی «سقی» به معنایی آب دادن و نوشانیدن آب و امثال آن است و در قرآن در همین معنا به کار رفته است «وَسَقَاهُمْ رَبُّهُمْ شَرَابًا طَهُورًا»^(۱)، «وَأَسْقِيْنَاكُمْ مَّاءً فُرَاتًا»^(۲) از آیاتی از این دست استفاده می‌شود که رابطه‌ی تنگاتنگی در این آیه‌ی میان گوارا بودن و معنای «نسقی» است. در تفسیر الفرقان در این باره چنین آمده است «نسقی» در آیه‌ی شریفه از «إِسْقَاء» مشتق شده که درباره‌ی نوشانیدن آب به کار می‌رود و اگر چیزی مانند آب خالص، زلال و گوارا گردد درباره‌ی آن نیز استعمال می‌گردد و «سقاء» در این آیه‌ی شریفه به معنای غیر آب، یعنی شیر را مانند آب قرار دادن است!^(۳)

۲- درباره‌ی تفاوت میان این دو قرائت توضیح‌هایی در گروهی از تفاسیر آمده است. برخی گفته‌اند فعل «نسقی» با مرفوع بودن نون در جایی به کار می‌رود که نوشانیدن آب و امثال آن دائمی باشد نه مقطعی؛ شیخ ابوالفتوح رازی از مفسران قرن ششم در این باره می‌نویسد: کِسَای گفت: سَقِيْتُهٔ آن باشد که او را یک شربت دهی و «أَسْقِيْتُهٔ» آن باشد که او را سیری دائم کنی از جویی یا از شیر چهارپایی»^(۴)

۷- فرایند تولید شیر: از نگاه قرآن فرایند تولید شیر شگفت‌انگیز است و عبرت‌آموز. خدای متعال باران را از آسمان بر زمین فرو می‌ریزد، گیاه و بوته از

۱. سوره‌ی انسان، آیه‌ی ۲۱.

۲. سوره‌ی المرسلات، آیه‌ی ۲۷.

۳. الفرقان فی تفسیر القرآن، ج ۱۴، ص ۳۹۳.

۴. روض الجنان و روح الجنان فی تفسیر القرآن، ج ۱۴، ص ۵۹.

آن سرمی آورند و بدین سان علوفه‌ی دام‌ها فراهم می‌آید و گاوها و گوسفندان از آن می‌خورند. بخشی از این علوفه‌ها و آب‌ها در درون گاو تبدیل به خون و برخی تبدیل به سرگین می‌شود. خدای متعال به گونه‌ای جسم گاو و گوسفند و شتر و امثال آن‌ها را سامان داده و بدان‌ها نظمی بخشیده که قسمتی از آب و خوراک دام‌ها تبدیل به شیری سفید، زیبا، لذیذ و به تعبیر قرآن خالص و گوارا شود. علامه طباطبایی در این باره چنین می‌نویسد: «شیر حیوانات شیرده جایش آخر شکم و میان دو پا است و خون مجرایش شرابین و رگ‌ها است که به تمامی آن دو احاطه دارد و اگر شیر را عبارت دانسته از چیزی که میان کثافات و خون بدن قرار دارد، از این باب بوده که این هر دو در داخل بدن و در مجاورت هم قرار دارند و این غذای پاک و لذیذ از میان آن دو بیرون کشیده می‌شود، هم‌چنان که گفته می‌شود: «من از میان قوم «زید» را انتخاب کردم و از میان آن‌ها بیرونش کشیدم که البته وقتی گفته می‌شود که زید و قوم در یک جا جمع شده باشند، هر چند «زید» در حاشیه‌ی جمعیت نشسته باشد، نه در وسطشان. چون مراد این است که من او را از میان آن همه جمعیت با این‌که غیر شما نیز بود تشخیص دادم و جدا کردم. معنای آیه این است که ما شما را از آن‌که در درون چارپایان است شیری از میان سرگین و خون آن‌ها بیرون کشیدیم به شما نوشاندیم که به هیچ‌یک از آن‌ها آلوده نبوده و طعم و بوی هیچ یک از آن دو را ندارد.»^(۱)

۸- عبرت‌آموزی: خدای متعال فرایند تولید شیر و ویژگی‌ها و سودمندی‌های شگفت‌انگیز آن را عبرت‌آور می‌داند. چه کسی جز خدا می‌تواند وزش بادها را به گونه‌ای سامان دهد که بخارهای تنک را فشرده ساخته و آن‌ها را به ابرهای کوهوار تبدیل کند و با سرد شدن هوا باران را از آن‌ها بر زمین فرو ریخته و در

۱. ترجمه تفسیر المیزان، ج ۱۲، ص ۴۲۸ با اندکی تغییر.

پرتو بارش نزولات آسمانی گیاهان، بوته‌ها و مراتع از زمین سر بر آورند و علوفه و خوراک دام‌ها و چارپایان را فراهم سازند. حیوانات از آب‌ها بنوشند و از گیاهان بخورند. بخشی از این آب‌ها و گیاهان به سرگین، بخشی به خون و در نهایت در چهارچوب فرایند تولید شیر مقداری از آن به شیر تبدیل گردد. تأمل و تفکر در این فرایند بسیار دقیق، منظم و شگفت‌آور به انسان درس خداشناسی می‌دهد و این همه حکایت از بی‌کران علم، قدرت و حکمت خدای متعال و درستی معاد می‌کند. عبرت به معنای عبورکردن از جهالت و گمراهی به معرفت و هدایت به حق است.

به طور خلاصه از نگاه قرآن انسان پس از تولد از مادر به شیر مادر نیاز دارد، اما پس از دو سال دیگر محتاج شیر مادر نیست و شیر گاو و گوسفند و امثال آن‌ها موهبتی است الهی که خدای متعال از سر لطف در اختیار آدمی نهاده که هر وقت بخواهد از آن بنوشد و تا پایان عمر این نعمت بزرگ خدای متعال در دسترس انسان است، از سویی فرایند تولید شیر از شگفتی‌های آفرینش است که برای آدمیان عبرت‌ها و درس‌ها دارد و انسان را به خالق، قدرت و علمش رهنمون می‌سازد و نیز به او می‌فهماند آن خدایی که می‌تواند این‌گونه از درون شکم انسان شیری زیبا، لذت‌بخش، گوارا، خالص و سودمند بیرون آورد، می‌تواند از میان خاک‌ها و سنگ‌ها انسان را دوباره زنده کرده و در صحنه قیامت حاضر سازد. شیخ طوسی در این باره می‌نویسد:

«این از نشانه‌های (هستی، دانش و قدرت) لطیف و ظریف بودن مدیریت او بر هستی و بدیع بودن حکمت خدا است و جز او هیچ موجودی قدرت بر تولید شیر با این فرایند شگفت‌آور ندارد و برای هیچ کس جز او چنین امکانی نیست.»^(۱)

۱. التبیان فی تفسیر القرآن، ج ۷، ص ۲۲۸.

ملافتح الله کاشانی در تفسیر منهج الصادقین عبارتی لطیف آورده است که اندکی از آن را فرا روی خوانندگان ارجمند می نهیم:

«و در تکون شیر از ماکولات بعضی حیوانات که خار و خاشاک یا علف سبز است و خروج آن با صفا و لطافت از میان گوشت و خون آیتی لائج و علامتی واضح است پراز حکمت الهی و قدرت پادشاهی.

از خون سرخ شیر سفید آورد برون و از خارهای خشک گل ترکند پدید^(۱)

شیر نوشیدنی و غذایی بهشتی

قرآن درباره شیر به آنچه گفتیم بسنده نمی کند، از نگاه قرآن شیر غذایی بهشتی است و بندگان ویژه و ارجمند خدای سبحان در بهشت از شیر می نوشند و از این خوراک بهشتی بهره ها می برند که در ادامه ی این پژوهش بدان اشاره خواهد شد.

۱. تفسیر منهج الصادقین، ج ۵، ص ۲۰۱

شیرغذای پیامبران

با توجه به همین توصیف اندک از سودمندی‌های شیر، به روشنی می‌توان حدس زد که انسان‌های فهیم و دانا همواره از آن استفاده می‌کرده‌اند. بی‌شک در سلسله‌ی بهترین و نیکوترین انسان‌ها، پیامبران خدا - صلوات اله علیهم - قرار دارند؛ در این باره خالدبن نجیح از امام صادق - علیه السلام - چنین نقل کرده است:

«عن المحاسن، عن أبيه عن خالد بن نجیح، عن أبي عبد الله - علیه السلام - قال: اللَّبَنُ مِنْ طَعَامِ الْمُرْسَلِينَ

شیر از غذاهای رسولان (و پیامبران) خدا است.^(۱)»

بر طبق ظاهر این روایات پیامبران خدا شیر می‌نوشیده‌اند. نخستین پیامبر و رسول الهی حضرت آدم - علی نبینا و آله و علیهم السلام - است که پدر انسان‌ها است و پس از او دیگر پیامبران و رسولان خدا شیر را به عنوان غذای خود قرار داده‌اند. بررسی تاریخ پیامبران - علیهم السلام - نیز ما را به نکته‌هایی در این باره رهنمون می‌سازد. بر طبق روایتی که در «طب الائمه» نقل شده است

۱. المحاسن ۴۹۱ و ۵۹۱، بحار الانوار ج ۶۶، ص ۱۰۱. این روایت با دو سند از امام صادق - علیه السلام - نقل شده است.

رسول خدا - ﷺ - فرمود:

«عن السَّكُونِي، عن أبي عبد الله عن أبيه، أن رسول الله قال: شكى نوحٌ إلى الله عن ضَعْفِ بَدَنِهِ فَأَوْحَى اللهُ - تعالى - إليه اطْبُخِ اللَّبَنَ وَكُلْهَا فَإِنِّي جَعَلْتُ الْقُوَّةَ وَالْبَرَكَهَ فِيهَا

نوح از ضعف بدنش به خدا شکایت کرد. خدای متعال به ایشان وحی کرد شیر را بپز و آن را بخور، چون من در آن قوت و برکت قرار داده‌ام^(۱)»

شیر خواصی دارد که سبب تقویت جسم انسان می‌گردد؛ شاید مقصود خدای متعال از کلمه «قوت» همین نکته باشد. اما مقصود از واژه‌ی «برکت» به احتمال زیاد آن است که اولاً؛ سودمندی‌ها و فوائد شیر فراوان است و برای جسم آدمی ماندگار و ثانیاً؛ نوشیدن شیر - همان‌طور که خواهد آمد - آثار معنوی نیز دارد و بر روان انسان تأثیر می‌گذارد. بر طبق روایتی دیگر رسول خدا - ﷺ - می‌فرماید:

«المحاسن عن أبيه، عن ها دون بن صدقه، عن جعفر بن عمرو، عن أبي عبد الله عن آبائه، قال، قال رسول الله - ﷺ - شكى نبيُّ إلى الله الضَّعْفُ فِي بَدَنِهِ. فَأَوْحَى اللهُ إِلَيْهِ: اطْبُخِ اللَّحْمَ وَاللَّبَنَ فَإِنِّي قَدْ جَعَلْتُ الْبَرَكَهَ وَالْقُوَّةَ فِيهِمَا.» «یکی از پیامبران پیش از من، از ضعیف بودن بدنش به خدای متعال شکوه کرد، خدای متعال به ایشان وحی کرد، شیر را با گوشت بپز و بخور؛ زیرا من قوت و برکت را در آن دو قرار داده‌ام^(۲)»

در روایت دیگری که عبدالله بن سنان از امام صادق - ع - نقل کرده، چنین آمده است: «المحاسن عن محمد بن عيسى اليقطيني، عن عبيد الله الدهقان عن دُرُسْت، عن عبدالله بن سنان، عن أبي عبد الله - ع - قال: شكى

۱. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۹۷.

۲. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۶۸.

نَبِيٌّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ الضَّعْفُ، فَقَالَ لَهُ: أَطْبِخِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ، وَقَالَ إِنَّهُمَا يَشِدَّانِ الْجِسْمَ، قُلْتُ هِيَ الْمَضِيرَةُ؟ قَالَ: لَا وَلَكِنَّ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ الْحَلِيبُ. «یکی از پیامبران از ضعیف بودن (بدن) به خدا شکوه کرد. خدای متعال فرمود: شیر را با گوشت بپزید و فرمود: این دو، جسم را سخت و استوار می‌سازند. عبدالله بن سنان از حضرت پرسید: آیا مقصود شما آش ماست است. فرمود: نه. مقصودم آن است که گوشت را با شیر تازه بپزند.»^(۱)

بر طبق روایتی دیگر اصبع از علی - عَلَيْهِ السَّلَام - روایت کرده است که یکی از پیامبران از سستی تن و بدن امتش به خدا شکایت کرد. خدا به آنان دستور داد گوشت را با شیر بخورند. آنان گوشت را با شیر خوردند. توان مندی در بدن هایشان آشکار شد. المحاسن عن أبيه، عن سعد، عن الاصبع، عن علي - عَلَيْهِ السَّلَام - قَالَ: إِنَّ نَبِيَّ الْأَنْبِيَاءِ شَكِيَ إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ فِي أُمَّتِهِ فَأَمَرَهُمْ أَنْ يَأْكُلُوا اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ، فَفَعَلُوا فَاسْتَبَانَتِ الْقُوَّةُ فِي أَنْفُسِهِمْ.^(۲) این روایت در کتاب مکارم الاخلاق نیز از امیرالمومنین - عَلَيْهِ السَّلَام - نقل شده است.^(۳)

بر طبق روایتی دیگر گوشت (پخته شده با) شیر آبگوشت پیامبران بوده است. المحاسن، عن أبيه، عن محمد بن سنان، عن زياد بن أبي الحلال، قال: تَعَسَّيْتُ مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَام - بِلَحْمٍ مُلَبَّنٍ، فَقَالَ: هَذَا مَرَقُ الْأَنْبِيَاءِ.^(۴) محمد بن سنان از زیاد بن ابی جلال نقل می‌کند که با امام صادق - عَلَيْهِ السَّلَام - آب گوشت شیری خوردیم. حضرت فرمود: این آب گوشت پیامبران است.^(۵)

۱. بحارالانوار ج ۶۶، ص ۶۸. «مضيرة» را مرحوم مجلسی به «دو غبا» ترجمه کرده است و «دو غبا» آشی بوده است که در آن ماست می‌ریخته‌اند. فرهنگ معین، ج ۲، ص ۱۵۸۰.

۲. بحارالانوار ج ۶۶، ص ۶۸.

۳. بحارالانوار ج ۶۶، ص ۶۹.

۴. بحارالانوار ج ۶۶، ص ۶۹.

۵. بحارالانوار ج ۶۶ ص ۶۹. المحاسن، عن أبي أيوب المديني، عن ابن أبي عمير، و الثَّعْرَبِيِّ سَوَيْدٍ، عن هشام بن سالم، عن أبي

از مجموع این روایات استفاده می‌شود که شیر در زمهری غذاهای پیامبران بوده و همواره در تغذیه‌ی خود از آن استفاده می‌کرده و امت‌های خود را به خوردن شیر تشویق می‌کرده‌اند. گروهی از این روایات نشان می‌دهد که خدای متعال پیامبرانش را و به واسطه‌ی آنان امت‌هایشان را از سودمندی‌های شیر آگاه ساخت و همان‌طور که خواهد آمد و اشاره شد، شیر در تقویت بدن و سلامت تن سهم به‌سزایی دارد، این نکته را پیامبران - علی نبینا و آله و علیهم‌السلام - با وحی از خدای متعال گرفته و به مردم ابلاغ کرده‌اند.

از امیرالمؤمنین - علیه‌السلام - نقل شده است چون اصحاب کهف از شهر مخفیانه خارج شدند آنان سه میل سواره بر اسبان خود حرکت کردند. پس از آن تسلیخا گفت: «ای برادران من از اسبان پایین آید و پیاده راه روید، شاید خدای متعال بدین خاطر گشایشی برای ما ایجاد کند. آنان (در آن روز) با پای پیاده هفت فرسخ راه رفتند و قطره‌های خون از پاهایشان بر زمین می‌ریخت (با این حالت خستگی و سخنی باید چاره می‌اندیشیدند تا خستگی آنان از بین برود) به چوپانی برخورد کردند. گفتند: ای چوپان آیا شیر داری^(۱)؟...»

در آن اوضاع و احوالی که اصحاب کهف داشتند که دور از چشم سلطه‌ی ستمگر زمان مخفیانه و با ترس و امید از شهر بیرون رفتند و شتابان و بی‌وقفه اسبان خود را برای رهایی از ستم تاختند و خستگی و رنج سفر وجودشان را گرفته بود، در چنین شرایطی شربتی از شیر می‌تواند آرامش و آسایش را بر جان انسان بنشانند و او را سبک سازد.

عبدالله - علیه‌السلام - قال: اللَّحْمُ بِاللَّيْنِ مَرَّتَيْنِ الْأَنْبِيَاءُ...
۱. بحارالانوار، ج ۱۴، ص ۴۱۶

معجزه‌ی صالح درباره‌ی شیر

خدای متعال صالح پیامبر را مبعوث فرمود تا مردم را هدایت کرده و آنان را به سوی سعادت سوق دهد. قوم صالح که «ثمود» نام داشت از او معجزه‌ای طلبید. خدای متعال خواسته‌ی آنان را اجابت کرد و در قالب یک معجزه شتری را برای آنان از دل کوه بیرون آورد. برپایه‌ی آیات مختلف و متعددی از قرآن^(۱) این شتر که معجزه و سند گویای درستی ادعای صالح بر پیامبریش بود در واقع برای آن که قوم ثمود به راه راست هدایت گردند، پدید آمده بود. خدای متعال از آنان خواسته بودند بگذارند این ناقه در مراتع بیابان بچرد و نیز بخشی از آب از آن اوست.^(۲)

در مقابل خوردن آب و علوفه، ناقه‌ی صالح ارمغان بزرگی برای قوم ثمود داشت. او می‌آمد و میدان یا وسط شهر می‌ایستاد در حالی که پستان‌هایش پر از شیر بود و مردم هر مقدار می‌خواستند از شیر او می‌دوشیدند و می‌نوشیدند. در واقع نعمت تهیه و تأمین شیر مردم که امنیت غذایی را در مقیاس گسترده‌ای برای آنان ایجاد می‌کرد؛ از ارمغان‌های این شتر بود. امام صادق - علیه السلام - در این باره می‌فرماید:

«بالاسناد الی الصدوق عن أبیه عین محمد العطار عن ابن ابان، عن ابن أوزمّة، عن علی بن محمد الخياط، عن علی بن أبي حمزة، عن أبي بصیر، عن أبي عبدالله - علیه السلام - ... وأوحى الله تعالى - إلی صالح أن قل لهم: «إِنَّ اللَّهَ جَعَلَ لِهَذِهِ النَّاقَةِ شِرْبَ يَوْمٍ وَلَكُمْ شِرْبَ يَوْمٍ، فَكَانَتِ النَّاقَةُ إِذَا شَرِبَتْ يَوْمَهَا شَرِبَتِ الْمَاءَ كُلَّهُ، فَيَكُونُ شَرَابُهُمْ ذَلِكَ الْيَوْمَ مِنْ لَبَنِهَا فَيَحْلُبُونَهَا فَلَا يَبْقَى صَغِيرٌ وَلَا كَبِيرٌ إِلَّا شَرِبَ مِنْ لَبَنِهَا» «خدای متعال به صالح وحی کرد به قوم ثمود بگو: خدا

۱. رک: سوره‌ی اعراف، هود، حجر، شعراء، نمل، سجده، ذاریات، قمر، الحاقه، الفجر و الشمس. آیات متعددی در این سوره‌ها درباره‌ی صالح و شترش آورده شده است.

۲. سوره‌ی شعراء، آیات ۱۴۱-۱۵۹. تفسیر نمونه، ج ۲۳، ص ۵۴ و ج ۶ ص ۲۳۵ و ج ۹ ص ۱۵۵ و ج ۱۵، ص ۳۱۲.

یک روز از آب را برای شما و یک روز را برای ناقه‌ی صالح قرار داده است. ناقه‌ی صالح (ویژگی‌ای منحصر به فرد داشت) و روزی که نوبت آب از آن او بود تمام آب را می‌نوشید. در آن روز نوشیدنی آن‌ها شیراین شتر بود، شیر او را می‌نوشیدند و کوچک و بزرگ از آن می‌خوردند. ^(۱)

۱. بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۳۸۶.

شیر در سیره‌ی رسول خدا - ﷺ -

رسول خدا - ﷺ - برگزیده‌ی پیامبران و رسولان خدا و بافضیلت‌ترین آنان بود. او افزون بر دارا بودن همه‌ی فضیلت‌ها و خوبی‌های آنان، اوصافی داشت که توصیف آن‌ها کار آسانی نیست، در این بخش نگاهی به بخشی از سیره و سخنان رسول خدا - ﷺ - داریم. در لابه‌لای این اثر سخنان دیگری از آن رسول بی‌بدیل خدا - ﷺ - نقل شده است.

رسول خدا - ﷺ - شیر را دوست داشت. بارها مشاهده شده است که گروهی از مردم از بعضی غذاهای سودمند خوششان نمی‌آید و با صراحت می‌گویند من فلان غذا را دوست ندارم. این نکته‌ی مهمی است که در آموزه‌های رسول خدا - ﷺ - آمده است که آن حضرت شیر را دوست داشت. در کتاب محاسن از سکونی، از نوفلی از امام صادق - علیه السلام - نقل شده است که «كَانَ النَّبِيُّ يُحِبُّ مِنَ الشَّرَابِ اللَّبَنَ.» رسول خدا از میان نوشیدنی‌ها همواره شیر را دوست داشت.^(۱)

مسلمانان ممتاز و برجسته به این نکته اهمیت خاصی می‌دهند. پیامبر

۱. محاسن، ج ۲ ص ۴۹۱، بحارالانوار ج ۶۶، ص ۱۰۰

خدا - ﷺ - خرما را دوست داشت. در روایت نقل شده وقتی حضرت علی بن الحسین، زین العابدین - علیه السلام - کسی را می دید که خرما را دوست دارد، وجد و نشاط در او پدید می آمد، چون رسول خدا خرما را دوست داشت «علی بن ابراهیم، عن أبيه، عن حنّان بن سدير، عن أبيه، قال: كان علي بن الحسين يُحِبُّ أَنْ يَرَى الرَّجُلَ تَمَرِيًّا لِحُبِّ رَسُولِ اللَّهِ - ﷺ - التَّمَرُ^(۱)». در این بخش نکته هایی را از سیره رسول خدا - ﷺ - در باره شیر می آوریم.

نوشیدن شیر

بر طبق روایات متعدد و متنوعی رسول خدا - ﷺ - فراوان شیر می نوشید، آن حضرت می فرمود: شیر سرور نوشیدنی هاست و به مناسبت های مختلف به هنگام افطار، گاه سحری، گاه با خرما شیر می نوشید و نوشیدن آن را به مسلمانان توصیه می کرد^(۲): عبید بن یحیی ثوری از یکی از نوادگان امام سجاد و ایشان از جد بزرگوارش امام زین العابدین و ایشان از جدش امیرالمومنین - علیه السلام - نقل کرده است که رسول خدا - ﷺ - روزی به دیدن ما آمد. غذایی نزد آن حضرت نهادیم و نیز کاسه ی خرما، ظرف شیر و سرشیری که أم ایمن برایمان هدیه آورده بود، برای ایشان آوردیم. آن حضرت تناول فرمود. پس از تناول غذا حضرت دست هایش را شست. حدثني محمد بن حسن بن احمد بن الوليد. قال: حدثني محمد بن علي بن الحسين، عن أبيه، عن جده، عن علي بن أبي طالب - علیه السلام - قال: زارنا رسول الله - ﷺ - ذاتَ يَوْمٍ فَقَدَّمْنَا إِلَيْهِ طَعَامًا وَ أَهَدَتْ لَنَا أُمُّ أَيْمَنَ صَفْحَةً مِنْ تَمَرٍ وَقَعْبًا مِنْ لَبَنٍ وَ زُبْدٍ فَقَدَّمْنَا إِلَيْهِ فَأَكَلَ مِنْهُ...^(۳)

۱. «کافی، ج ۶، ص ۳۴۵»

۲. برای آگاهی از این روایات نگاه کنید به کافی، ج ۶، ص ۳۳۶-۸. وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۴ - ۸۳، بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۸۹ - ۱۰۷. مستدرک الوسائل، ج ۱۶ ص ۳۷۳-۶: کتاب الوافی ج ۱۹، ص ۳۵۲-۷. برای اطلاع از نوشیدن شیر در دوران کودکی آن حضرت رک: الفضایل، ابن شاذان، ص ۲۷.

۳. کامل الزیارات، ص ۱۷۵.

برطبق روایتی سیره‌ی آن حضرت در خوردن آن بود که شیر و خرما را با هم می‌خورد و آن دو را غذای خوش مزه و پاکیزه می‌نامید. و کان - ﷺ - يَأْكُلُ التَّمْرَ وَيَشْرَبُ عَلَيْهِ الْمَاءَ وَكَانَ يَجْتَمِعُ اللَّبَنَ وَالتَّمْرَ وَيُسَمِّيهِمَا الْأَطْيَبَيْنِ»^(۱)

در روایتی دیگر آمده است: «قال علي بن الحسين... قالت عمتي زينب: حَدَّثْتَنِي أُمُّ أَيْمَنَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - ﷺ - زَارَ مَنْزِلَ فَاطِمَةَ فِي يَوْمٍ مِنَ الْأَيَّامِ... فَأَتَيْتُهُمْ بَعْضُ فِيهِ لَبَنٌ وَزُبْدٌ فَأَكَلَ رَسُولُ اللَّهِ وَ عَلِيٌّ وَ فَاطِمَةُ وَ الْحَسَنُ وَ الْحُسَيْنُ ...

و شَرِبَ رَسُولُ اللَّهِ وَ شَرَبُوا مِنْ ذَلِكَ اللَّبَنِ ثُمَّ غَسَلَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - يَدَهُ... فَلَمَّا فَرَّغَ مِنْ غَسْلِ يَدِهِ مَسَحَ وَجْهَهُ ...»

«امام - علی بن الحسین - ﷺ - از دختر بی‌همتای امیرالمؤمنین، زینب کبرا - ﷺ - و آن جناب از ام‌ایمن نقل کرده است که روزی رسول خدا به منزل فاطمه آمد پس ظرفی از شیر و سرشیر برای آن حضرت آوردیم - پس آن حضرت، علی، فاطمه، حسن و حسین - ﷺ - از آن شیر نوشیدند و از آن سرشیر تناول کردند. آن‌گاه آن حضرت دستانش را شست و با رطوبت آن صورتش را مسح کرد و به علی، فاطمه، حسن و حسین - ﷺ - نگاه کرد که نشان‌گر سرور و شادی آن حضرت بود.^(۲)

معاویه بن عبدالله گوید: پیامبر - ﷺ - یک گله شترشیری داشت و همان بود که در بیشه بر آن هجوم آوردند و به غارت بردند. بیست شتر بود که شیر خانواده آن حضرت را تأمین می‌کرد ... ام سلمه می‌گوید: بیشتر

۱. بحارالانوار ج ۱۶۰، ص ۳۳۰.

۲. کامل‌الزیارات، ص ۷۹۷.

این حدیث شریف که در قتلگاه امام حسین و در کنار مسجد شریفش بیان شده است مفصل است و آن‌چه از متن عربی و ترجمه‌ی فارسی در آن نقل شده، بخشی از آن است.

غذای ما در خانه پیامبر - ﷺ - شیر بود و پیامبر یک گله شتر شیری و دو بیشه داشت که بر زنان خود تقسیم کرده بود و یک شتر به نام عریس بود که شیر فراوان به ما می داد ... و چوپان شتران را به چراگاهی در اطراف می برد و شبانگاه به خانه های ما می آورد که می دوشیدند ... جبیر گوید: پیامبر شتران شیری داشت ... و شیر آن ها را برای ما می آوردند. نام یکی از آن ها مهری بود که سعد بن عبادہ آن را فرستاده بود که از شتران بنی عقیل بود و شیر فراوان داشت، پیامبر شتران دیگری نیز داشت، این شتران را می دوشیدند و هر شب آن را برای ایشان می آوردند یسار غلام پیامبر - ﷺ - نگهبان شتران بود که غارتگران عرب او را کشتند.^(۱)

آداب نوشیدن شیر

همان طور که خواهد آمد رسول خدا - ﷺ - با آداب خاصی شیر می نوشید و این نعمت الهی را شکرگذار بود. آن حضرت نوشیدنی ها و از جمله شیر را با نام خدا می آشامید و در هنگام نوشیدن شیر دعایی می خواند که در ادامه این اثر خواهد آمد.

پذیرایی با شیر در نخستین دعوت خویشان

رسول خدا - ﷺ - پس از بعثت به مدت سه سال مخفیانه تبلیغ کرد. پس از گذشت سه سال خدای متعال دستور داد دعوت را آشکار کن و نخست خویشان را به اسلام دعوت کرده و آنان را از خدای متعال بترسان «وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ»^(۲). این دعوت بسیار اهمیت داشت، زیرا نخستین

۱. ترجمه تاریخ طبری ج ۴، ص ۱۳۵

۲. سوره ی شعرا، آیه ۲۱۴

اقدام بسیار مهم و خطیر رسول خدا - ﷺ - در سمت و سوی استوارسازی توحید و اسلام ناب محمدی و مبارزه با جهالت اعراب بود. آن حضرت چهل نفر از بستگانش را به خانه‌ی ابوطالب فرا خواند و پس از خوردن نهار و نوشیدنی که بدان اشاره خواهد شد فرمود: «... به خدا سوگند هیچ جوانی را نمی‌شناسم که برای قومش چیزی بهتر از آن چه من آورده‌ام، آورده باشد؛ من خیر دنیا و آخرت را آورده‌ام. خدا به من فرمان داده است شما را به این مجلس دعوت کنم. کدام یک از شما مرا در این امریاری خواهد کرد تا برادر، وصی و جانشین من باشد؟»

همه‌ی آنان سرباز زده و روی برتافتند جز علی - علیه السلام - پیامبر دست بر گردن علی - علیه السلام - نهاد و فرمود:

«إِنَّ هَذَا أَخِي وَوَصِيِّي وَخَلِيفَتِي فَاسْمَعُوا لَهُ وَاطِيعُوهُ.»^(۱)

«او (علی) برادر، وصی و جانشین من میان شماست، سخنش را بشنوید و از او اطاعت کنید.» بدین سان اهمیت این دعوت خطیر روشن است در چنین دعوتی رسول خدا با مقداری گوشت و یک ظرف شیر از آن‌ها پذیرایی کرد. هم غذا و هم شیر به اندازه‌ای بود که تنها یک نفر از آن‌ها را سیر می‌کرد. آنان گفتند برای این همه جمعیت این شیر و این غذا کفایت نمی‌کند؛ بلکه این غذا به اندازه‌ی یک نفر است، حضرت فرمود بنوشید به نام خدا، همه‌ی آنان از آن شیر خوردند و یک ظرف شیر با معجزه‌ی رسول خدا همه را سیر کرد. این دعوت سه روز پیایی انجام شد. این معجزه‌ی رسول خدا بر ابولهب که دشمنی بسیار شدیدی با رسول خدا داشت و از جلوداران گمراهی و حق‌ستیزی بود بسیار گران

۱. این حدیث شریف در ده‌ها منبع از کتاب‌های تفسیری، تاریخی و حدیثی اهل سنت و شیعه آمده است؛ به عنوان نمونه، تاریخ طبری، ج ۲، ص ۶۱-۶۲، تفسیر جامع البیان ج ۱۹، ص ۷۴، الدر المنثور فی تفسیر المائور، ج ۵، ص ۹۷ الکشف و البیان عن تفسیر القرآن، ج ۷، ص ۱۸۲ در کتاب الصحیح من سیروی النبی الاعظم (ج ۳، ص ۶۰ - ۸۰) از منابع متعدد و متنوعی از شیعه و سنی این حدیث نقل شده است. رک: الغدیر، ج ۲ ص ۲۷۸ - ۲۸۴، بحار الانوار، ج ۱۸، ص ۱۸۳.

آمد، ولی علی-علیه السلام - به استقبال سخنان حضرت شتافت و حضرت در پایان اولین روز دعوتش او را حتی برادر و جانشین خود ساخت.

شیرسبیل هدایت

رسول خدا -صلی الله علیه و آله - به معراج رفت. سیر و سفر آن حضرت به معراج از امتیازات مهم رسول خدا -صلی الله علیه و آله - است. آن حضرت در مسیر معراج به همراه جبرئیل به مسجد قدس رفت در آن جا ارواح پیامبرانی از قبیل ابراهیم، موسی و عیسی و دیگر پیامبران را مشاهده فرمود. نماز جماعت برپا شد. ارواح پیامبران و جبرئیل به ایشان اقتدا کردند. آن حضرت می فرماید پس از نماز برایم سه ظرف آوردند که در یکی از آن ها آب، در دیگری شیر و در سومی شراب بود. صدای منادی را شنیدم که اگر شیر را بنوشی خود و امتت هدایت خواهند شد. ظرف شیر را گرفتم و آن را نوشیدم. ابی، عَنْ ابْنِ أَبِي عُمَيْرٍ عَنْ هِشَامِ بْنِ سَالِمٍ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ -علیه السلام - ثُمَّ أَتَانِي الْخَازِنُ بِثَلَاثَةِ إِنَاءٍ، إِنَاءٌ فِيهِ لَبَنٌ وَإِنَاءٌ فِيهِ مَاءٌ وَإِنَاءٌ فِيهِ خَمْرٌ وَ سَمِعْتُ قَائِلًا يَقُولُ: ... وَإِنْ أَخَذَ اللَّبَنَ هُدَيْتُ وَ هُدَيْتُ أُمَّتَكَ فَأَخَذْتُ اللَّبَنَ وَ شَرِبْتُ مِنْهُ.»^(۱)

معراج رسول خدا و همه ی مشاهدات ایشان در آن سفر بی بدیل اهمیت خاص خود را دارد و برای انسان های عادی مانند ما قابل درک نیست و نمی توانیم درک کنیم که چرا خوردن شیر سبب هدایت امتشان می شد. اما این مطلب این نکته را می نمایاند که شیر اهمیت بسیار ویژه ای دارد.

۱. بحارالانوار، ج ۱۸، ص ۳۲۰. تفسیر علی بن ابراهیم ج ۲، ص ۱

شیر آخرین غذای پیامبر - ﷺ -

همان طور که اشاره شد، شیر نخستین غذای رسول خدا بود، رسول خدا - ﷺ - «مرضعه» مشهوری به نام حلیمه ی سعدیه داشت.^(۱) و پیش از آن که نزد حلیمه رود نیز شیر نوشید^(۲) و نیز در طول زندگی شیر می نوشید و درباره ی سیره ی آن حضرت در آشامیدن نوشته اند شیر را با خرما می خورد و آن دو را «أَطْيَبَيْنِ» یعنی پاکیزه می نامید^(۳) و آبی را که روی آن شیر دوشیده و ریخته شده بود می نوشید.^(۴) و نیز پیش تر آوردیم که آن حضرت با شیر هم افطار می کرد^(۵) و در نخستین دعوت مهمش که از خویشان خود برای ابلاغ رسالتش بود، با نوشیدنی شیر از آنان پذیرایی کرد.^(۶) و نیز در سفر معراج شیر را از میان سه نوشیدنی برگزید و نوشید.^(۷) روایاتی که از آن حضرت در باره ی فوائد شیر

۱. بحار الانوار ج ۱۵، ص ۳۷۲ و ۳۷۶ و ۳۸۶.

۲. بحار الانوار ج ۱۵، ص ۳۳۰.

۳. بحار الانوار ج ۱۶، ص ۳۳۰.

۴. بحار الانوار ج ۱۶، ص ۲۴۵.

۵. بحار الانوار ج ۱۶، ص ۲۴۷.

۶. بحار الانوار ج ۱۸، ص ۲۱۱ و ۲۱۵.

۷. بحار الانوار ج ۱۸، ص ۳۳۴.

آمده است بیشتر معطوف به شیر گاو است، اما در سیره و سخنان آن حضرت و حتی در معجزاتش نکته‌های سودمند و مهمی درباره‌ی شیر گوسفند و شتر آمده است.^(۱) از علی - عَلَيْهِ السَّلَام - نقل شده است که رسول خدا به من دستور داد دستم را بر سینه‌ی گوسفندی که شیرش خشک شده بود و پستانش از شیر خالی بود بکشم. سینه‌هایش پراز شیر شد و من و رسول خدا از آن نوشیدیم.^(۲) بر طبق برخی از روایات آخرین غذای رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - شیر بود، آن حضرت برای آخرین بار شیر آشامید و پس از آن لب به غذا نزد.^(۳)

شیر آخرین غذای علی - عَلَيْهِ السَّلَام -

علی - عَلَيْهِ السَّلَام - برادر، وصی، جانشین و داماد رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - بود، او راه رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - را رفت و سیره و روش او را ادامه داده و از آن حفاظت کرد. هنگام ضربت خوردنش، مردم خروش برآورده و سخت بنالیدند. حجرین عدی برخاست و اشعاری در مصیبت آن حضرت خواند. چون ساکت شد آن حضرت فرمود ای حجر هنگامی که از تو برائت از من را بخواهند چه خواهی کرد؟ حجر گفت: به خدا سوگند، اگر مرا با شمشیر پاره‌پاره کنند و با آتش عذاب نمایند از شما برائت نخواهم جست. آن‌گاه شربتی از شیر طلبید و اندکی بیاشامید و فرمود: «این آخرین روزی من از دنیا است.»^(۴)

شیر آخرین غذای جُنْدِبِ بْنِ جُنَادِه

جندب بن جناده یهودی بود. نزد رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - آمد و مسلمان شد.

۱. بحار الانوار، ج ۱۹، ص ۹۸ - ۹۹.

۲. بحار الانوار، ج ۳۱، ص ۴۲۴.

۳. کشف النجم، ج ۱ ص ۲۴۰ و القصص راوندی، ص ۳۰۸.

۴. طبیعت در سیره‌ی علوی، ص ۲۸۵.

حضرت به او فرمود: ای جندب، اوصیاء و امامان پس از من دوازده نفرند به تعداد نقیبان بنی اسرائیل و توسعه نفر از آنان، یعنی امیرالمؤمنین، حسن و حسین را درک خواهی کرد و چون چهارمین آنان، فرزندش علی بن الحسین از مادر متولد گردد تو از دنیا خواهی رفت و آخرین توشه‌ی تو از این دنیا شربتی از شیر خواهد بود. جندب نام دوازده امام را از رسول خدا پرسید و به آنان ایمان آورد. اسفند می‌گوید او تا زمان امام حسین - عَلَيْهِ السَّلَام - زنده بود و ایشان را درک کرد و در آن زمان به طائف رفت. ابوقبیس به من گفت به طائف رفتم و او مریض بود. گفت: مقداری شیر برایم بیاورید. عهد پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - با من چنین بود که آخرین روزی تو از دنیا شربتی از شیر باشد. شیر را نوشید و از دنیا رفت.^(۱)

شیر و شربت شهادت

از مشهورترین رویدادهای تاریخی در این باره واقعه‌ی شهادت عمار یاسر است. بر طبق روایات نقل شده در منابع متعدد و متنوع شیعه و سنی، رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - به عمار گفت تو در رکاب علی - عَلَيْهِ السَّلَام - به شهادت خواهی رسید و آخرین روزیت از این دنیا شیر خواهد بود. بر طبق روایات متعدد رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - درباره عمار فرمود: عمار با حق است و او را گروه ستمکار خواهد کشت و آخرین روزی او از دنیا کاسه‌ای از شیر خواهد بود. در جنگ صفین عمار مجاهدت‌های گسترده‌ای برای پیروزی لشکر حق به رهبری امیرالمؤمنین کرد. او به هر طرف می‌رفت اصحاب رسول خدا او را احاطه می‌کردند. حنیفة بن یمان گفت: رسول خدا فرمود در هنگام فتنه در صف عمار یاسر باشید. رسول خدا فرمود گروه ستمگران او را خواهند کشت و

۱. کفایه‌ی الاثر، ص ۶۶.

فرمود منحرفان از حق خون او را بر زمین خواهند ریخت و آخرین آشامیدنی او از دنیا کاسه‌ای از شیر خواهد بود. حبه‌ی بن جوین عرنی می‌گوید چون در میدان جنگ بر زمین افتاد بالای سرش رفتم. عمار گفت آخرین روزی و خوراک مرا از این دنیا برایم بیاورید. مقداری شیر برایش آوردند. او شیر را نوشید و روحش به ملکوت اعلی پیوست.^(۱)

۱. امیرالمؤمنین و نهج البلاغه، ج ۱، ص ۲۶۰ - ۲۶۴، کشف النعمة، ج ۱، ص ۲۶۰، الفصص راوندی، ص ۳۰۸.

نوشاندن شیربه امیرالمؤمنین علیه السلام

«فَوُلِدْتُ عَلِيًّا - علیه السلام - ... فَأَحَبَّهُ رَسُولُ اللَّهِ شَدِيدًا وَقَالَ لَهَا: اجْعَلِي مَهْدَهُ قُرْبَ فِرَاشِي وَكَانَ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يَكِي أَكْثَرَ تَرْبِيَّتِهِ وَكَانَ يُطَهِّرُ عَلِيًّا فِي وَقْتِ غَسْلِهِ وَ يُؤْجِرُهُ اللَّبَنَ عِنْدَ شُرْبِهِ.

چون علی - علیه السلام - از مادر متولد گردید رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - او را بسیار دوست می داشت و فرمود گهواره ی او را کنار بستر من بگذارید و بیش ترین تربیت علی - علیه السلام - را خود بر عهده گرفت و در هنگام شستن خود او را نیز می شست و به هنگام نوشیدن شیر در دهان او شیر می ریخت.»^(۱)

سیره ی امیرالمؤمنین و اهل بیت - علیهم السلام

امیرالمؤمنین و اهل بیتش - علیهم السلام - نیز پیرو رسول خدا بودند. آنان همه ی هستی خود را برای اعتلای اسلام و به ثمرنشتن تلاش های رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فدا کردند. پیش از این روایتی در این باره از امام سجاد - علیه السلام - نقل شد که آن حضرت هنگامی که شخص را می دید که خرما دوست

۱. کشف الغمّة، ج ۱، ص ۶۱.

دارد، شاد می‌شد، چون پیامبر خدا - ﷺ - خرما را دوست می‌داشت. و نیز پیش از این روایاتی آوردیم که علی، فاطمه، حسن و حسین - علیهم‌السلام - با رسول خدا شیر می‌نوشیدند. و نیز به حدیث دعوت بسیار مهم رسول خدا از خویشان خود اشاره کردیم که بر طبق آن رسول خدا به امیرالمؤمنین - علیهما‌السلام - دستور داد غذایی برای این مهمانی فراهم آورد و آن حضرت غذا و شیر تهیه کرد. افزون بر آن چه گذشت و آموزه‌های متعدد، متنوع و بسیار سودمند سیره‌ی اهل بیت در این باره در این بخش به گروهی از تعالیم اهل بیت اشاره می‌کنیم.

علاقه امیرالمؤمنین علیهما‌السلام به افطار با شیر

در کتاب محاسن از امام باقر - علیهما‌السلام - نقل کرده است که آن حضرت فرمود: «علی - علیهما‌السلام - همواره افطار با شیر را مستحب می‌دانست.» «كَانَ عَلِيٌّ - علیهما‌السلام - يُعْجِبُهُ أَنْ يُفْطِرَ عَلَى اللَّبَنِ^(۱)» نگارنده معتقد است محتمل است در متن حدیث به جای «یحب» یعنی «دوست می‌داشت» کلمه‌ی «یستحب» یعنی مستحب می‌داشت، ضبط شده باشد و این اشتباه را نویسندگان نسخه‌های خطی مرتکب شده باشند، چون این دو کلمه (یحب و یستحب) در نوشتن بسیار مشابه یکدیگرند. به هر حال در روایتی دیگر درباره‌ی آن حضرت از امام صادق از پدرانش - علیهما‌السلام - چنین نقل شده است: «كَانَ عَلِيٌّ - علیهما‌السلام - يُعْجِبُهُ أَنْ يُفْطِرَ عَلَى اللَّبَنِ. افطار با شیر امیرالمؤمنین - علیهما‌السلام - را به نشاط می‌آورد.»^(۲) در روایتی که پس از این خواهد آمد، امام موسی بن جعفر - علیهما‌السلام - می‌فرماید: امام حسین - علیهما‌السلام - به ماست علاقه‌ی خاصی داشت.

۱. محاسن، ج ۲، ص ۵۹۱، بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۱۰۱.

۲. همان.

فصل دوم:

سودمندی‌ها و ویژگی‌های شیر در آموزه‌های اسلامی

شیر، غذایی کامل و پرمفعت

شیر از مهم‌ترین و سودمندترین مواد غذایی است که متخصصان تغذیه در همه‌ی کشورهای جهان بر مصرف آن، به ویژه در سنین کودکی و نوجوانی تأکید می‌ورزند. در کشور ما نیز از دیرباز از شیر و دیگر مواد شیری بهره می‌برده و آن را غذای سلامتی می‌نامیده‌اند و تنها ماده پروتئینی است که همواره به عنوان غذا و دوا مورد توجه مردم بوده است.

پزشکان مصرف شیر را به عنوان غذا و دوا به بیماران جهت بهبودی توصیه و متخصصان تغذیه، شیر را برای جلوگیری از بیمار شدن تجویز می‌کنند و اساسی‌ترین روش برای مشکل سوءتغذیه در کودکان و نوجوانان توجه دادن آنان به مصرف شیر و توزیع شیر بهداشتی در مدارس است.

شیر کامل‌ترین و قدیمی‌ترین غذای شناخته شده توسط بشر است که با برخورداری از ترکیبات بالایی چون پروتئین، کلسیم، فسفر، ویتامین‌ها و مواد معدنی، نارسایی‌های ناشی از سوءتغذیه را جبران می‌کند.

به عبارت دیگر: بدن انسان به شش گروه مواد غذایی شامل آب، پروتئین، چربی، مواد معدنی، کربوهیدرات و ویتامین‌ها نیاز دارد؛ شیر هر شش ماده

مغذی مورد نیاز انسان را با نسبتی متناسب با نیاز انسان، در خود دارد.^(۱) از آنجا که جمعیت کشور ما جمعیتی جوان است، استفاده از شیر به ویژه برای دانش‌آموزان تندرستی، هوش، تقویت قدرت یادگیری و تفکر و خلاقیت بیشتر را به ارمغان خواهد آورد. شیر تأمین‌کننده‌ی پروتئین مورد نیاز این گروه‌های سنی و زمینه‌ساز سلامتی و کارایی نسل جوان به شمار می‌آید. کودکان نیز برای سلامتی دندان‌هایشان باید شیر مصرف کنند.^(۲) شیر هیچ زیانی ندارد. از این رو چربی موجود در شیر نه تنها برای نوشندگان ضرری نخواهد داشت بلکه - آن گونه که خواهد آمد - از رسوب چربی در سرخ‌رگ‌ها می‌کاهد.

سکونی در روایتی از امام صادق علیه السلام چنین نقل کرده است:

«رسول خدا - صلی الله علیه و آله - فرمود:

نوشیدن شیر برای کسی گلوگیر نیست؛ زیرا خداوند می‌فرماید: «لَبَنًا خَالِصًا

سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ؛ شیر خالص و گواراست برای نوشندگان.»^(۳)

مردی به امام صادق علیه السلام - عرض کرد: من شیر نوشیدم و مریض شدم. آن

حضرت فرمود:

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - علیه السلام - قَالَ لَهُ رَجُلٌ: إِنِّي أَكَلْتُ لَبَنًا فَضَرَّنِي،

فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - علیه السلام - لَا وَاللَّهِ مَا ضَرَقْتُ وَلَكِنَّكَ أَكَلْتَهُ مَعَ

غَيْرِهِ فَضَرَّكَ الَّذِي أَكَلْتَهُ فَظَنَنْتَ أَنَّ ذَلِكَ مِنَ اللَّبَنِ.

نه، هرگز شیر تو را مریض نکرده و ضرری به تو نرسانده است، لیکن تو شیر

را همراه غذایی دیگر خورده‌ای و آن غذا تو را ناراحت کرده است و گمان

۱. شیر یعنی زندگی، ص ۱۲، پاسخ به سبصد و سی و سه سؤال شیری، ص ۲۵.

۲. پاسخ به سبصد و سی و سه سؤال شیری، ص ۲۵.

۳. عَنْ السَّكُونِيِّ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - علیه السلام - قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صلی الله علیه و آله - إِنَّهُ لَيْسَ أَحَدٌ يَغْصُ بِشَرِبِ اللَّبَنِ لَئِنْ لَمْ يَكُنْ اللَّهُ - عَزَّ وَ جَلَّ - يَقُولُ: «لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ». وسایل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۴، ج ۵.

برده‌ای که شیر به تو ضرر زده است.»^(۱)

برپایه‌ی روایات یاد شده و روایاتی از این دست، نوشیدن شیر هیچ زیانی به آدمی نمی‌رساند و چربی‌های نهفته در آن نیز برای آدمی سودمند است.

شیر نه تنها هیچ زیانی برای انسان ندارد بلکه فواید متنوع و متعددی در آن است که قرآن کریم به آن با کلمه‌ی «منافع» اشاره کرده است:

«وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ»^(۲)

«و چارپایان را برای شما آفرید و در آن‌ها برایتان گرما و منفعت‌های دیگری هست و از آنها می‌خورید.»

در این آیه قرآن به طور کلی اشاره می‌کند که چارپایان را خداوند در سمت و سوی منافع شما آفریده است و آنها سودمندیهایی مختلف برای انسان دارند و بی‌شک شیر در زمره‌ی آنهاست. واژه‌ی منافع در این آیه بسیار جامع و پرمحتواست که به فواید مختلف شیر و دیگر سودمندیهایی حیوانات اشاره دارد. اما در آیه دیگری خداوند شیر چارپایان را در کنار سودمندیهایی دیگر آنها آورده است؛ خداوند متعال می‌فرماید:

وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعٌ وَمَشَارِبٌ أَفَلَا يَشْكُرُونَ^(۳)

«و برای آدمیان در چارپایان منفعت‌ها و نوشیدنی‌هایی است، آیا شکر نمی‌گذارند؟»

در این آیه از شیر با عنوان «مشارب»؛ یعنی نوشیدنی‌ها، یاد کرده است و در واقع در اصطلاح ادبیات عربی از باب «ذِكْرُ الْخَاصِّ بَعْدَ الْعَامِ» است؛ یعنی همان واژه‌ی منافع، شیر را نیز در بر می‌گرفت؛ چه اینکه به روشنی شیر در زمره‌ی منافع حیوان است. لیکن از آنجا که شیر در میان دیگر منافع حیوان ممتاز است

۱. وسایل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۴، ج ۴.

۲. سوره نحل (۱۶) آیه ۵.

۳. سوره یس (۳۶) آیه ۷۳.

و فواید آن برای سلامتی، رشد، تأمین غذا و برآوردن نیازهای انسان، ویژه است و برجسته، از شیر به طور خاص با واژه‌ی «مشارب» یاد شده است: بدین سان شیر غذایی است دارای فواید بسیار.

در گروهی از روایات شیر به گوشت تشبیه شده است. در واقع این روایات شاید به این نکته اشاره داشته باشند که دست‌کم شیر دربردارنده‌ی پروتئینها و خواص گوشت است؛ صد البته افزون بر فواید بسیاری که شیر دارد.

حضرت امیرالمؤمنین علی عَلَيْهِ السَّلَام در این باره می‌فرماید:

«اللَّبَنُ أَحَدُ اللَّحْمَيْنِ»^(۱)

«شیریکی از دو گوشت است.»

به ظاهر مقصود حضرت آن است که شیر فواید و منافع گوشت را هم دارد.

در روایت دیگری درباره‌ی انواع خواص شیر چنین آمده است:

«قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - عَلَيْكُمْ بِالْأَلْبَانِ فَإِنَّهَا تَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ كَمَا يَمْسَحُ الْإِصْبَعُ الْعَرَقَ عَنِ الْجَبِينِ، وَ تَشُدُّ الظُّهْرَ وَ تَزِيدُ فِي الْعَقْلِ وَ تُزَكِّي الذَّهْنَ وَ تَجْلُو الْبَصَرَ وَ تَذْهَبُ النَّسِيَانَ.

پیغمبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فرمود: بر شما باد به نوشیدن انواع شیر، زیرا شیر

گرما را از درون می‌زداید آن گونه که انگشتان دست عرق پیشانی را پاک

می‌کند، پشت انسان را نیرومند می‌سازد، عقل را زیاد می‌کند، بر بینایی

چشم می‌افزاید، ذهن را تیز و پاکیزه می‌سازد و فراموشی را از بین می‌برد.»^(۲)

شاید این حدیث به آثار خوردن شیر به طور مداوم اشاره دارد: یعنی هر

کس نوشیدن شیر را به طور مداوم در برنامه‌ی غذایی خود قرار دهد بینایی او

تقویت، فراموشی‌اش کمتر و ذهن او پاک‌تر و تیزتر خواهد شد.

۱. غررالحکم، ج ۱، ص ۶۲، ج ۱۶۴۹؛ مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۴.

۲. طب النبوی، ص ۲۵ به نقل از مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۴.

همان طور که اشاره شد، شیر سرشار از مواد گوناگون حیاتی است. شاید به سبب همین ویژگیها و امثال آن است که سلمان فارسی از پیامبر خدا - ﷺ چنین نقل می‌کند:

«قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - سَيِّدُ الْأَشْرِيَةِ اللَّبَنُ.»^(۱)

«شیر سرور نوشیدنیه‌است.»

در روایتی دیگر از پیامبر خدا - ﷺ - نقل شده است:

«لَيْسَ يُجْزَىءُ مَكَانَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنُ.»^(۲)

«تنها شیر است که می‌تواند جای آب و غذا را بگیرد

(انسان را از تشنگی و گرسنگی نجات دهد).»

رنگ چشم‌نواز و زیبای شیر

انسان برای بقای خود نیاز به ابزار زندگی از قبیل مسکن، لوازم خانه، لباس، وسایل نقلیه، خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها و ... دارد. نیاز به این ابزار متفاوت است و به گروهی از آن‌ها نیاز ضروری و همیشگی دارد. انسان همواره کوشیده است تا این ابزار را با بهترین قالب و کیفیت فراهم آورد. یکی از مهم‌ترین نکته‌هایی که همواره دانش و صنعت انسان در خدمت آن بوده است، زیبا ساختن ابزار زندگی است. بخش قابل ملاحظه‌ای از این زیبایی به رنگ این ابزار برمی‌گردد، فراهم آوردن رنگی زیبا، چشم‌نواز و دوست داشتنی بسیار اهمیت دارد و هزینه‌ی آن هم کم نیست.

خدای متعال شیر را با رنگی زیبا، چشم‌نواز و دوست داشتنی آفریده است،

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، ح ۳، به نقل از کنزالفوائد.

۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، به نقل از طب النبی، ص ۲۵.

و بشری آن که هیچ هزینه‌ای در این باره پردازد از تماشای آن لذت می‌برد. بعضی از رنگ‌ها زیبا نیستند اما پس از مدتی چشم انسان از آن‌ها زده و خسته می‌شود، اما برخی مانند رنگ درختان، گل‌ها و شکوفه‌ها همواره زیبا است. رنگ شیر در زمره‌ی رنگ‌هایی قرار دارد که انسان از دیدن آن خسته نمی‌شود به آدمی آرامش و آسایش بخشیده و شوق بیش‌تری به نوشیدن آن، پدید می‌آورد. متأسفانه این نکته‌ی بسیار مهم کم‌تر مورد توجه قرار می‌گیرد. رسول خدا - ﷺ - به مناسبت بیان رنگ‌های زیبای بهشتی و غیربهشتی به این نکته اشاره کرده است. آن حضرت در پی آن بوده است که رنگ‌های بهشتی را در حد امکان نمایان سازد، صد البته تفهیم آن برای ما که از بهشت بی‌خبریم و آن جهان را ندیده‌ایم بسی دشوار است. یکی از بهترین راه‌های تبیین آن تشبیه است. در تشبیه دو چیز به یکدیگر باید میان آن‌ها سنخیت و مناسبت باشد. رسول خدا زیبایی رنگ‌های سفید بهشتی را به شیر تشبیه می‌کند. معلوم می‌شود که از نگاه ایشان رنگ شیر نیز از زیباترین یا زیباترین رنگ سفید است که آن حضرت رنگ‌های بهشتی را به آن تشبیه می‌کند. در روایتی از ایشان درباره‌ی «کوثر» نقل شده است که «مَا هُوَ الْكَوْثَرُ؟ ... نَهْرٌ يَجْرِي تَحْتَ عَرْشِ اللَّهِ مَاؤُهُ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ ...» علی - ﷺ - از آن حضرت پرسیدند «کوثر» چیست؟ در پاسخ فرمود: کوثر نه‌ری است که از زیر عرش الهی جاری می‌گردد رنگ آبش از شیر سفیدتر است.»^(۱)

همین تعبیر را رسول خدا - ﷺ - درباره‌ی دو خلیج از آب دارد که خدای متعال به ایشان ارزانی داشته است.^(۲) و نیز درباره‌ی نه‌های بهشتی تعبیری مشابه دارد، آن حضرت می‌فرماید: «لَمَّا أُسْرِيَ بِي رَأَيْتُ فِي الْجَنَّةِ نَهْرًا

۱. بحارالانوار ج ۱۸، ص ۱۸.

۲. بحارالانوار ج ۸، ص ۲۹.

أَبْيَضَ مِنَ اللَّبَنِ.

چون به معراج رفتم نهري را دیدم که از شیر سفیدتر بود ...^(۱) و امام موسی بن جعفر - علیه السلام - درباره‌ی معنای «رجب» می‌فرماید: «الصدوق في ثواب الاعمال باسناده، عن أبي الحسن - علیه السلام - قال: الرَّجَبُ نَهْرٌ فِي الْجَنَّةِ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ. رجب نام نهري است در بهشت که از شیر سفیدتر است ...^(۲)» درباره‌ی «حجر الأسود» آن حضرت می‌فرماید: «كَانَ الْحَجَرُ الْأَسْوَدُ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ. در آغاز رنگش سفید بود و سفیدتر از شیر^(۳) و نیز درباره‌ی آب زمزم^(۴) همین تعبیر را به کار برده است: «كَانَتْ زَمْزَمُ أَبْيَضَ مِنَ اللَّبَنِ»

۱. بحارالانوار، ج ۸، ص ۱۳۸.

۲. بحارالانوار، ج ۸، ص ۱۷۵.

۳. بحارالانوار، ج ۹۹، ص ۲۳۱.

۴. بحارالانوار، ج ۹۹، ص ۲۴۲.

شیرنوشیدنی تقویت کننده

پیش از این اشاره شد که شیر مایعی است که هم انسان تشنه را سیراب و هم انسان گرسنه را سیر می کند. اما در گروهی از روایات شیر به عنوان غذایی تقویت کننده معرفی شده است.

بر طبق این روایات، شیرنوشیدنی ای است که استخوانها را مستحکم و بدن را نیرومند می سازد و ضعف را از تن آدمی می زداید. ابوالحسن اصفهانی می گوید نزد امام صادق علیه السلام بودم؛ مردی به آن حضرت عرض کرد من احساس ضعف می کنم؟ [چه کنم؟] حضرت در پاسخ فرمود:

«عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الْأَصْهَرَانِيِّ قَالَ: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عليه السلام - فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ: وَأَنَا أَسْمَعُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ إِنِّي أَجِدُ الضَّعْفَ فِي بَدَنِي أَوْ قَلْبِي فَقَالَ: عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ فَإِنَّهُ يُنْبِتُ اللَّحْمَ وَيَشْدُّ الْعَظْمَ.

بر تو باد به نوشیدن شیر؛ زیرا شیر گوشت بدن را می افزاید و استخوانها را محکم می سازد.»^(۱)

بر طبق روایتی دیگر، امام صادق علیه السلام در این باره چنین فرمود:

۱. کافی، ج ۶، ص ۳۳۶؛ بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۱؛ المحاسن، ج ۲، ص ۹۹؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۴۸.

«عَنْ عَبْدِ الرَّحِيمِ بْنِ عَبْدِ الْمَجِيدِ الْقَصِيرِ، عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ الصَّادِقِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِالْبَلْبِ فَإِنَّهُ يُخْرِجُ مِنَ أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَ غَائِلَةٍ وَ يُقَوِّى جِسْمَهُ وَ يَشُدُّ مَتْنَهُ.

کسی که ضعف به بدن یا قلبش^(۱) راه یافته باید گوشت میش را با شیر بخورد تا مشکل و مرض از اعضا و جوارحش رخت بربندد و جسمش تقویت گردد و استخوانهای شانه‌اش محکم شود.»^(۲)

برپایه‌ی روایت دیگری پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فرمود:

«عَنْ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أَشْتَكِي نَبِيٌّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي ضَعْفًا فِي بَدَنِهِ إِلَى رَبِّهِ تَعَالَى. فَأَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَيْهِ أَنْ أَطْبِخَ اللَّحْمَ وَ اللَّبَنَ [فَكُلُهُمَا] فَأَنِّي جَعَلْتُ الْقُوَّةَ فِيهِمَا. یکی از انبیاء الهی از ضعف جسم خود به خداوند شکایت کرد. خدا به او وحی کرد که شیر و گوشت را بپزد و بخورد چون قوت و نیرو را در آن دو قرار داده‌ام.»

در روایتی دیگر پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فرمود:

«گوشت و شیر بر گوشت بدن می‌افزایند، استخوانها را مستحکم می‌سازند و قوت گوش و چشم را افزون می‌کنند.»

برپایه‌ی روایتی دیگر پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فرمود:

«پس از آنکه یکی از پیامبران از ضعف تن خود به خدا شکایت کرد و خداوند به او فرمود گوشت و شیر بخور و او به فرمان خدا عمل کرد، قدرت به جسم او بازگشت.»

۱. احتمال دارد مقصود از قلب، داخل بدن باشد نه قلب به معنای معروف.

۲. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۱.

و نیز از رسول خدا - ﷺ - نقل شده است: «اللَّحْمُ وَاللَّبَنُ يَنْبُتَانِ اللَّحْمَ وَيَشُدَّانِ الْعِظَامَ» گوشت و شیر، در بدن گوشت می‌رویاند و استخوان‌ها را مستحکم می‌سازد. ^(۱)

و محمد بن مسلم از امام صادق - ع - از امیرالمؤمنین نقل کرده است: «اگر (بدن) مسلمان ضعیف شد شیر با گوشت بخورد. ^(۲)»

از روایات استفاده می‌شود که شیر نیروی جنسی را تقویت می‌کند. از امام کاظم - ع - نقل شده است:

«مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ وَلَعَسَلٌ» «کسی که نیروی جنسی او ضعیف شده است، شیر تازه و عسل برایش سودمند است. ^(۳)» در این روایات و در روایاتی که پیشتر آوردیم و روایاتی که از نقل آن‌ها صرف نظر شد، تعبیرهایی مختلف درباره‌ی تقویت بدن با شیر آمده است: در برخی از این روایات تنها واژه‌ی «ضعف» به کار رفته است. به نظر می‌رسد مقصود از این کلمه، ضعف بدن باشد که با نوشیدن شیر تقویت می‌گردد.

در بعضی از این روایات عنوان «جسم» به کار رفته است که به ظاهر مراد امام کاظم - ع - آن است که هر کس بدن و جسم او دچار ضعف شده است می‌تواند با شیر آن را تقویت کند.

در گروهی از این روایات واژه‌ی «القوة» به معنای نیرومندی آمده است و مقصود آن است که شیر بدن را نیرومند و قوی می‌سازد. در برخی از این روایات شیر نوعی گوشت دانسته شده است.

۱. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۷۵.

۲. محمد بن یحیی، عن احمد بن محمد بن عیسی، عن للقاسم بن یحیی، عن جده الحسن بن راشد، عن محمد بن مسلم، عن ابي عبدالله - ع - قال: قال امیرالمؤمنین - ع -: «إِذَا ضَعُفَ الْمُسْلِمُ فَلْيَأْكُلِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ». کافی، ج ۶، ص ۳۱۶، بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۶۹.

۳. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷.

گوشت با پروتئین و خواص دیگری که دارد انسان را تقویت می‌کند، این روایت به این نکته اشاره دارد که شیر نیز می‌تواند همان آثار گوشت را در خصوص تقویت بدن داشته باشد. «... فقال (رسول الله) جَمَعْتَ بَيْنَ اللَّحْمَيْنِ» در روایت دیگری از امیرالمؤمنین - عليه السلام - نقل شده است که «اللَّبَنُ أَحَدُ اللَّحْمَيْنِ» شیریکی از دو گوشت است.^(۱)

شیر در شب و روز عروسی

در شب عروسی و فردای آن بر طبق رسم، گروهی از مردم تا چند روز پس از آن غذاهای خاص و به عبارت دیگر بهترین غذاها را برای عروس و داماد می‌برند. بر پایه‌ی گروهی از روایات رسول خدا - صلی الله علیه و آله و سلم - در شب عروسی فاطمه و علی - علیهما السلام - برای آن دو شیر بردند. و روی عن رسول الله - صلی الله علیه و آله و سلم - دَخَلَ عَلَى فَاطِمَةَ لَيْلَةَ عُدْسِهَا بِقَدَحٍ مِنْ لَبَنٍ فَقَالَ: إِشْرِبِي هَذَا فِدَاكَ أَبُوكَ، ثُمَّ قَالَ لَعَلِّي: إِشْرَبِ فِدَاكَ ابْنُ عَمِّكَ.»

«روایت کرده‌اند که رسول خدا - صلی الله علیه و آله و سلم - در شب ازدواج علی با فاطمه نزد فاطمه - علیها السلام - رفت و ظرفی از شیر برایشان آورد و فرمود: ای فاطمه از این شیر بنوش، پدرت فدایت باد. و به علی فرمود: از این شیر بنوش، پسر عمویت فدایت باد.^(۲)»

بر طبق گروهی از روایات فردای آن شب نزد فاطمه آمد و برای علی و فاطمه ظرفی شیر آورد و فرمود فاطمه، پدرت فدایت باد از این شیر بنوش و به علی فرمود: پسر عمویت فدایت باد از این شیر بنوش.^(۳)

۱. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۷۵. مستدرک الوسائل، ج ۰.

۲. بحارالانوار، ج ۴۳ ص ۱۳۸.

۳. بحارالانوار، ج ۳، ص ۱۴۲، ۱۱۷ و ۳۵۵.

شیر برای زنان باردار

زنان باردار به دلیل تغذیه‌ی فرزندانشان نیاز به غذای تقویت‌کننده دارند و همان‌طور که گذشت شیر، خوردنی و نوشیدنی تقویت‌کننده و دارای فواید متعدد و متنوع است. از این رو می‌تواند غذایی سالم، سودمند و مقوی برای مادر و فرزند باشد. به همین دلیل خوردن شیرافزون بر فوایدی که برای مادر دارد، می‌تواند آثار بسیار مثبت و سازنده‌ای در فرزند زن باردار داشته باشد. در روایتی از رسول خدا - ﷺ - چنین نقل شده است: «قال رسول الله: إِسْقُوا نِسَاءَكُمْ الْحَوَامِلَ الْأَلْبَانَ فَإِنَّهَا تَزِيدُ فِي عَقْلِ الصَّبِيِّ. به زنان باردارتان شیر بنوشانید زیرا نوشیدن شیر سبب افزایش عقل جنین می‌گردد.»^(۱)

۱. بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

شیر غذا و نوشیدنی مناسب برای زائران امام حسین - علیه السلام - یکی از مهم‌ترین اعمال مستحب زیارت امام حسین - علیه السلام - است. آن حضرت، فرزند امیرالمؤمنین و فاطمه، نواده‌ی رسول خدا، اسوه‌ی ایمان، آزادگی، کرامت و فداکاری است. روایات متعدد، متنوع و فراوانی در پاداش خاص برای کسانی که آن حضرت را زیارت کرده و یا در برپاداری مراسم عزاداری آن حضرت بکوشند و شرکت کنند، وارد شده است. به خاطر احترام به رسول خدا و اهل بیت ایشان و نیز به خاطر عمل کردن به این روایات از دیرباز امام حسین - علیه السلام - زائران فراوانی داشته است. در اربعین سال ۱۳۹۲ هجری قمری بیش از بیست میلیون نفر مرقد مطهر ایشان را زیارت کردند زائران بسیار زیادی از راه‌های دور پیاده به زیارتش شتافتند. زیارت آن حضرت آدابی دارد که باید از روایات گرفته شود در برخی از روایات به شدت از پاره‌ای از موضوعات نهی شده است و در روایتی توصیه شده است زوار امام حسین - علیه السلام - از شیر استفاده کنند. مردی از اهل رقة می‌گوید: امام صادق - علیه السلام - به من فرمود: «آیا به زیارت مرقد امام حسین - علیه السلام - می‌روید؟»

عرض کردم: آری.

فرمود: آیا با خود سفره‌ها برداشته و می‌برید؟

عرض کردم: بلی.

فرمود: اگر به زیارت قبرهای پدران و مادرانتان بروید چنین نمی‌کنید.

عرض کردم: پس چه غذایی بخوریم.

فرمود: نان و شیر.^(۱)

شیر غذایی است ساده و گوارا که به آسانی آماده و خورده می‌شود. زائران امام حسین - علیه السلام - به ویژه زائران پیاده، که مشکلات سفر و پیاده روی آن‌ها را خسته کرده با نوشیدن ظرفی شیر، خستگی از جسم و جان‌شان زدوده شده و آرامش و آسایش بر جان‌شان می‌نشیند. از این رو توصیه می‌گردد به خیرانی که در مسیر زائران آن حضرت به کمک می‌شتابند و خوردنی و نوشیدنی برای آنان فراهم می‌آورند، بهتر است با شیر از آنان پذیرایی کنند.

در حال حاضر این کار در مقیاس کمی انجام می‌گردد. در روایات دیگری امام صادق - علیه السلام - می‌فرماید: زائران امام حسین - علیه السلام - غذای پاکیزه و طیب بخورند. وقتی این مطلب را با روایاتی که در آن‌ها آمده است شیر غذای پاکیزه است کنار هم بگذاریم مضمون حدیث سابق که زوار امام حسین از شیر استفاده کنند، روشن‌تر تایید می‌گردد.^(۲)

شیرهای بهشتی

در گروهی از روایات به شیرهای بهشتی اشاره شده است و به چشمه‌هایی از

۱. کامل‌الزیارات، ص ۴۲۲، من لا یحضره الفقیه، ج ۲، ص ۲۸۱.

محمد بن حسن بن أحمد، و غیره، عن سعد بن عبدالله، عن موسی بن عمرو، عن صالح بن السندی الجمال، عن رجل عن أهل الرقه ی قال له ابوالمضا. قال: قال لی أبو عبدالله - علیه السلام - تأتون قَبْرِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - علیه السلام - فُلْتُ: نَعَمْ. قال: افْتَتَحُوا لَدَاكَ سَفَرًا؟ فُلْتُ: نَعَمْ. فَقَالَ: أَمَا لَوَأْتَيْتُكُمْ قُبُورَ آبَائِكُمْ وَأَهْلَائِكُمْ لَمْ تَفْعَلُوا ذَالِكَ. قال: فَقُلْتُ: أَيْ شَبِي تَأْكُلُ؟ قال: الْخُبْزُ وَاللَّبَنُ.»

۲. من لا یحضره الفقیه، ج ۲، ص ۲۸۱

شیر که از مسجد کوفه جریان می‌یابد.
ما نمی‌دانیم شیرهای بهشتی چگونه است، چه طعم و مزه‌ای دارد و از چند
و چون چشمه‌های جاری شیر در قصرهای بهشتی آگاهی نداریم. لیکن از این
روایتها در مجموع اهمیت شیر استفاده می‌شود؛ چه اینکه این احادیث در واقع
نشانگر آن است که شیر از نوشیدنیهای بهشت است. به هر حال شیرهای
بهشتی دست‌کم اندک شباهتی با شیرهای دنیوی خواهد داشت و گرنه نباید
نام شیر به آن اطلاق می‌شد.^(۱)

۱. الغارات، ج ۲، ص ۲۸۵؛ فرحة الغری، ص ۱۰۶؛ المسایل العکبری، ص ۱۰۳، به نقل از نورالانوار ۲.

شیر گاو

بی شک شیر تمام حیوانات حلال گوشت از قبیل گاو، گوسفند و شتر مفید است و هریک به نوبه‌ی خود سودمندیهایی دارند. اما در روایات رسیده از معصومان - علیهم‌السلام - شیر گاو به لحاظ فواید و منافع ویژه‌اش ممتاز معرفی شده است. در روایات متعددی امامان معصوم - علیهم‌السلام - مسلمانان را به استفاده بیشتر از شیر گاو تشویق کرده‌اند و تعبیرهایی از قبیل «عَلَيْكُمْ بِالْبَقَرِ»؛ «بر شما باد به استفاده از شیر گاو» بارها در روایات تکرار شده است.^(۱)

«عَنْ إِبْرَاهِيمَ بْنِ أَبِي الْبِلَادِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، قَالَ: شَكَوْتُ إِلَى أَبِي جَعْفَرٍ ذَرْبًا وَجَدْتُهَا، فَقَالَ لِي: مَا يَمْنَعُكَ مِنْ شُرْبِ الْبَنَانِ الْبَقَرِ؟ فَقَالَ لِي: أَشْرَبْتُهَا قَطًّا؟ فَقُلْتُ لَهُ: نَعَمْ مِرَارًا، فَقَالَ: كَيْفَ وَجَدْتُهَا؟ فَقُلْتُ: وَجَدْتُهَا تَدْبِغُ الْمِعْدَةَ وَتَكْسُوا الْكَلَيْتَيْنِ السَّحْمَ وَتُشْهِى الطَّعَامَ. فَقَالَ لِي: لَوْ كَانَتْ أَيَّامُهَا لَخَرَجْتُ أَنَا وَأَنْتَ إِلَى يَنْبَغِ حَتَّى نَشْرِبَهُ أَوْ نَشْرِبُهَا.

شخصی می‌گوید به امام باقر - علیه‌السلام - از درد معده شکایت کردم، آن

۱. رک: کافی، ج ۶، ص ۳۳۷؛ وافی، ج ۱۹، ص ۳۵۲؛ کنز العمال، ج ۱۰، ص ۱۳.

حضرت فرمود: چرا شیر گاو نمی نوشی؟ آن گاه حضرت فرمود: آیا تاکنون شیر گاو نوشیده ای؟ در پاسخ گفتم: آری بارها. پس حضرت فرمود: چگونه یافتی شیر گاو را (چه نظری درباره ی آن داری)؟ در پاسخ گفتم: به نظر من معده را دباغی می کند، در کلیه ها پوششی از پیه پدید می آورد (زمینه ی سلامتی کلیه ها را فراهم می آورد) و در انسان اشتها ی به طعام می آفریند. آن حضرت فرمود: ان شاء الله در زمان مناسب (زمان دوشیدن شیر) من و شما به قریه ی یَنْبُع می رویم تا شیر بنوشیم.^(۱)

صدها سال از زمان صدور این سخن از امام باقر - عَلَيْهِ السَّلَام - گذشته است و ما دقیقاً نمی دانیم چرا آن حضرت به شخص یاد شده در حدیث توصیه کرده اند برای رفع بیماری معده شیر بنوشد. لیکن اجمالاً از این حدیث افزون بر ارزش شیر گاو، استفاده می شود که شیر گاو برای برخی بیماریها مفید و سودمند است.

در روایات متعددی شیر گاو به عنوان شفا و دوا معرفی شده است. به طور خلاصه از مجموع روایات استفاده می شود که شیر گاو در میان دیگر شیرهای حیوانات ممتاز است و از سودمندیهای بیشتری برخوردار است. رسول خدا - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - بر طبق روایتی فرمود: «الْبَقَرُ تَعْدُو بِخَيْرٍ وَ تَرَوْحُ بِخَيْرٍ» «گاو مال خوبی است بامدادان و شامگاهان از آن خیر پدید می آید.» مجلسی اوّل - قَدِّسَ سِرُّهُ - در شرح این حدیث می نویسد مقصود رسول خدا - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - از «خیر» در این حدیث شیر است بر طبق تفسیر مجلسی اول از این حدیث گاو از آن جهت، به لحاظ اقتصادی ارزش دارد و مال خوبی است که شیر مورد نیاز انسان را در صبح و شب فراهم می آورد.^(۲)

۱. اصول کافی، ج ۶، ص ۳۳۶.

۲. روضه ی المتقین، ج ۴ ص ۲۵۲.

مايع شفا بخش

برپایه‌ی روایات متعددی که از معصومان - علیهم‌السلام - رسیده است، شیرزمینه‌ی بهبودی و شفای برخی از امراض را فراهم می‌آورد. در روایتی از امیر مؤمنان علی علیه‌السلام چنین نقل کرده‌اند:

«قَالَ امير المؤمنين: حَسُو اللَّبَنَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ. جرعه جرعه نوشیدن شیر (فراوان نوشیدن شیر) [زمینه] شفای هر مرضی را [فراهم می‌آورد].»^(۱)

در همین باره در حدیث دیگری از امام صادق علیه‌السلام نقل شده که پیامبر خدا - صلی‌الله‌وآله‌وآلہ‌وسلم - چنین فرمودند:

«وَرَوَى عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - علیه‌السلام - قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ - صلی‌الله‌وآله‌وآلہ‌وسلم - لَوْ أَغْنَى عَنْ الْمَوْتِ شَيْءٌ لَأُغْنَتِ التَّلْبِينَةُ، فَقِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا التَّلْبِينَةُ؟ قَالَ: الْحَسُّو، بِاللَّيْنِ، وَكَرَّرَهَا ثَلَاثًا. اگر چیزی می‌توانست انسان را از مرگ برهاند، تلبینه بود، پرسیدند: تلبینه چیست؟ در پاسخ سه بار فرمود:

۱. بحارالانوار ج ۶۳، ص ۹۵، ح ۱.

نوشیدن شیر جرعه جرعه (فراوان و مداوم نوشیدن شیر)^(۱)

در این دو روایت به طور کلی شیر شفای دردها دانسته شده است. شاید مقصود آن باشد که اگر شیر به طور مستمر به عنوان غذا و نوشیدنی در برنامه‌ی غذایی انسان قرار گیرد زمینه‌ی بسیاری از بیماریها در آدمی از میان برداشته می‌شود؛ چه اینکه بروز گروهی از بیماریها به دلیل نرسیدن ویتامینها و مواد معدنی و... به بدن است که شیر آنها را تأمین می‌کند و در نتیجه این گونه بیماریها را در نطفه خفه می‌سازد. این احتمال از روایاتی استفاده می‌شود که شاید بتوانند مفسر این دسته از روایات قرار گیرند؛ چه آنکه از آنها استفاده می‌شود که انسان باید بکوشد شیر را به طور مداوم بنوشد.

شاید مقصود از روایاتی از این دست آن باشد که چون شیر مطابق با فطرت^(۲) ساخت و ساز بدن است، در حفظ و ایجاد هماهنگی و نظم اعضای بدن سودمند است، از این رو در درمان گروهی از امراض و نیز پیشگیری از دسته‌ای دیگر از بیماریها بسیار مؤثر است.

شیر گاو، شفای دردها

در روایات پیشین درباره‌ی شفا بودن شیر به طور کلی سخن رفته بود. اما در روایات متعددی از شفا بودن شیر گاو به ویژه سخن به میان آمده است. در روایات جناب سکونی به نقل از امام صادق علیه السلام و ایشان از امیر مؤمنان علی بن ابی طالب علیه السلام - در این باره چنین می‌خوانیم:

«قَالَ عَلِيُّ - علیه السلام - ... وَالْبَانُهَا دَوَاءٌ...»^(۳)

۱. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۱۰۳، لبن البقر شفاء.

۲. «عَنِ الصَّادِقِ علیه السلام - ... فَقُلْتُ: جُعِلَتْ فِدَاكَ لَبَنٌ؟ فَقَالَ: إِنَّهَا الْفِطْرَةُ.» کافی، ج ۶، ص ۳۴۰.

۳. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷. این حدیث مکرر در منابع مختلف حدیثی نقل شده است رک: المحاسن، ج ۲، ص ۴۹۴؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۵۱؛ الوسایل، ج ۲۵، ص ۱۱۳؛ بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۸۳؛ الفصول المهمة، ج ۲، ص ۹۲؛ طب الائمة، ص ۱۲۹؛ کنز العمال، ج ۱۰، ص ۱۳.

«علی علیه السلام فرمود: شیر گاو دواست.»

و در روایت دیگری از آن حضرت این گونه نقل شده است:

«لَبَنُ الْبَقَرِ شِفَاءٌ»^(۱)

«شیر گاو شفاست.»

بر طبق روایتی دیگر رسول خدا فرمود:

«قال رسول الله - صلی الله علیه و آله -: ما أنزل الله من داءٍ إلَّا وقد أنزل له شفاءً وفي ألبانِ البَقَرِ شفاءً من كلِّ داءٍ.» «خدا هیچ دردی فرو نفرستاده، مگر آن که برای آن درمانی هم قرار داده است. در شیر گاو درمان همه ی دردها است.»^(۲)

جابر بن عبدالله انصاری از یاران عظیم الشان پیامبر خدا است که رسول خدا - صلی الله علیه و آله - به ایشان بشارت داد که زنده خواهی ماند و فرزندم محمد بن علی باقر را ملاقات خواهی کرد. سلام مرا به او برسان. آن حضرت می فرماید: نزد جابر رفتم و براو سلام کردم. فرمود: کیستی؟ و این ملاقات در زمانی بود که به خاطر کهولت سن نابینا شده بود. گفتم محمد بن علی بن الحسین هستم. گفت: پدرم و مادرم فدایت باد. نزدیکم بیا. به او نزدیک شدم. پس دستم را بوسید و برپایم افتاد. پاهایم را کنار کشیدم. آن گاه گفت: رسول خدا - صلی الله علیه و آله - به شما سلام رسانید. گفتم: سلام، رحمت و برکت های خدا، بر رسولش باد. پرسیدم: چگونه به من سلام رسانید. گفت: روزی نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله بودم، حضرت فرمود: ای جابر، تو زنده می مانی تا یکی از فرزندانم که محمد نامیده می شود و فرزند علی بن الحسین است ملاقات کنی. خدای

۱. این حدیث نیز در منابع مختلف حدیثی نقل شده است. کافی، ج ۶، ص ۲۳۷، الوافی، ج ۱۹، ص ۳۵۱؛ بحار الانوار ج ۶۳، ص

۷۴، ۷۷ و ۸۹؛ کنز العمال، ج ۱۰، ص ۱۳.

۲. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷، محاسن، ج ۲، ص ۳۳۴، کنز العمال ج ۱۰ ص ۳۳۱.

متعال به او حکمت و نورانیت عنایت کرده است. سلام مرا به او برسان.^(۱) امام باقر علیه السلام با جابرا ارتباط خاصی داشت و گاه شنیده‌های او را از جدش رسول خدا - صلی الله علیه و آله - نقل می‌کرد. امام باقر - علیه السلام - می‌گوید: جابر گفت (در محضر رسول خدا بودیم) پرسیدند: ای رسول خدا، آیا درمان کنیم؟

حضرت فرمود: آری، درمان کنید؛ زیرا خدای متعال هیچ دردی فرو نفرستاده مگر آن‌که برایش درمانی هم فرستاده است. بر شما باد (برای مداوا) به شیر گاو، زیرا گاو از هر درختی می‌خورد. جعفر بن محمد، عن أبیه، عن جابر بن عبدالله، قال: قیلَ یا رسولَ الله - صلی الله علیه و آله - أنتَ ذلوی؟ فقال: نعم، تدلُّوا. فإنَّ الله - تبارک و تعالی - لم یزَلْ داءٌ إلَّا أنزلَ لَهُ دواءً، عَلَیْکُمْ بِالْبَاقِرِ فَإِنَّهَا تَرُدُّ مِنْ کُلِّ الشَّجَرِ.^(۲) همان‌طور که اشاره شد دو جمله‌ی کوتاه و پر معنای «الْبَاقِرِ دَوَاءٌ» یا «لَبَنُ الْبَقَرِ دَوَاءٌ» و «الْبَاقِرِ شِفَاءٌ» یا «لَبَنُ الْبَقَرِ شِفَاءٌ» در روایات آمده است. نکته‌ای که تذکر آن برای خواننده هوشیار سودمند است، آن است که این مطلب در روایات مختلف و به طور مکرر نقل شده^(۳) که نشان‌گر اهمیت آن است.

برپایه‌ی برخی از روایات یکی از اجزای مهمی که از ائمه - علیهم السلام - نقل شده و «شافیه» نامیده شده است، شیر است.^(۴)

دلیل شفا بخش بودن شیر گاو

در بسیاری از روایات به شفا بخش بودن گروه‌هایی از گیاهان و آثار شگفت‌انگیز آنها اشاره شده است.

-
۱. اعلام الهدایه، ج ۷، ص ۴۲.
 ۲. قرب الاسناد، ص ۱۱۰، بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۹۹ و ۱۲.
 ۳. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷، محاسن، ج ۲، ص ۴۹۱ - ۴۹۴، وافی، ج ۱۹، ص ۳۴۸ - ۳۵۲ و سایل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۶، بحار الانوار، ج ۱۰، ص ۱۱ و ج ۶۷ و ج ۶۶، ص ۶۸ و ص ۹۹ - ۱۰۱ و ص ۷۷ و ج ۶۲، ص ۲۵۹ و ۱۹۶ و ۶۸ و ۱۸۲.
 ۴. الفصول المهمه، ج ۳، ص ۲۱۷.

از روزگاران کهن نیز درمانهای گیاهی بخش اصلی داروها را تشکیل می‌داده و در روزگار ما نیز گرایش قابل ملاحظه‌ای به این مسئله شده است. برگهای سرسبز درختان و بوته‌های سبز و خرم که علوفه و خوراک گاوها را تشکیل می‌دهد، سرچشمه‌ی درمان دردها و شفای بیماران است.

گاوها از آن رو که از انواع این بوته‌ها و علفها می‌چرند و تغذیه می‌کنند و شیر آنها در واقع از همان علوفه‌ها تکوین می‌یابد، به نوعی، خصوصیات درمانی گیاهان را به شیر خود انتقال می‌دهند. در روایتی در این باره چنین آمده است: «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً فَعَلَيْكُمْ بِالْبَانِ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا تَرِمُّ مِنْ كُلِّ شَجَرٍ. پیامبر خدا - ﷺ - فرمود: خداوند هیچ دردی را نیافرید مگر آنکه در مقابل آن دوايي قرار داده است، پس بر شما باد به [نوشیدن و بهره بردن از] شیر گاو؛ زیرا گاو

از هر درخت [بوته‌ای] می‌چرد.»^(۱)

در روایتی دیگر از پیامبر خدا - ﷺ - چنین نقل شده است:

«عَنْ أَبِي مَسْعُودٍ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - ﷺ - تَدَاوُوا بِالْبَانِ الْبَقَرِ فَإِنْ أَرَجُوا أَنْ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ شِفَاءً فَإِنَّهَا تَأْكُلُ مِنْ كُلِّ شَجَرٍ.

با شیرهای گاو بیماریه‌ای خود را درمان کنید؛ چه اینکه من امیدوارم خداوند در آن شفای دردهای شما را قرار داده باشد؛ زیرا گاو از هر درختی می‌خورد.»^(۲)

از این نکته استفاده می‌شود که گاوداران و صاحبان گاوداریهای بزرگ و کوچک و نیز دولت که بر چند و چون برنامه‌های آنها نظارت دارد باید در نوع علوفه‌ی انتخابی برای گاو دقت بیشتری داشته باشند و در حد امکان در تنوع

۱. کنز العمال، ج ۱۰، ص ۱۳.

۲. کنز العمال، ج ۱۰، ص ۱۳، این مضمون در روایات متعددی در کنز العمال از پیامبر خدا - ﷺ - نقل شده است. رک: همان، ص ۱۴.

و افزایش کیفیت علوفه و خوراک دام بکوشند.

نظیر این مطلب درباره‌ی عسل به طور روشن‌تری به چشم می‌آید؛ زیرا مزه، رنگ و طعم عسل مشابه طعم و مزه‌ی گیاهانی است که زنبور از آن چشیده است.

بعید نیست که کمیت و کیفیت شفاء بخش بودن شیر گاو - که در روایات شیعه و سنی آمده است - در گرو چگونگی علوفه‌ای باشد که خوراک دام است؛ لذا در روایات متعددی از خوردن شیر حیوانات نجاست خوار نهی شده است.

«پیامبر خدا - ﷺ - از خوردن گوشت و شیر و تخم حیوان نجاست خوار نهی فرمود تا زمانی که آن حیوان استبراء شود (مدتی معین غذای پاک به او بدهند و از ادامه‌ی نجاست خواری اش جلوگیری کنند). حیوان نجاست خوار حیوانی است که در مزبله‌ها عذره‌ی انسان را می‌خورد.»^(۱)

در همین جا مناسب به نظر می‌رسد به مسأله‌ای دیگر که پیشتر بدان اشارت رفت توجه کنیم: شیر پاکیزه است و زیانی نمی‌رساند، اما این مسأله در صورتی درست است که پاکیزگی آن در همه‌ی مراحل تولید و فراوری رعایت شود وگرنه طیب و پاکیزه بودن آن زیر سوال خواهد رفت، و از شیر ناپاک و غیر بهداشتی نمی‌توان انتظار درمان و کسب منافع داشت.

با تامل در روایاتی که پیش‌تر آوردیم و روایاتی که خواهد آمد می‌توان به ادله‌ی شفاف بخش بودن شیر گاو پی برد، زیرا از این روایات استفاده می‌شود که شیر گاو دارای سودمندی‌ها و فوائد متنوع و متعدد است و سبب می‌شد بدن و به ویژه استخوان‌ها و بنیه‌ی انسان تقویت گردد. بدیهی است بدن سالم و قوی در برابر بیماری‌ها استقامت می‌ورزد و خم به ابرو نمی‌آورد.

۱. عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - ﷺ - نَهَى عَنْ لُحُومِ الْجَلَالَةِ وَ أَلْبَانِهَا وَ بَيْضِهَا حَتَّى تُسْتَبْرَأَ وَ الْجَلَالَةُ هِيَ الَّتِي تُجَلَّلُ الْمَزَابِلُ فَتَأْكُلُ الْعَذْرَةَ. بحارالانوار، ج ۶۲، ۲۴۹، ح ۵ و ۷ و ۸ و نیز ص ۲۴۸ و نیز ۲۴۷ و ۲۴۶ و ۲۵۰ رک: مسند احمد بن حنبل، ج ۶، ص ۱۹۲ و سنن ابن ماجه، ج ۲، ص ۱۱۰۳.

استحباب افطار با شیر

ماه رمضان، ماه عبادت و ماه خدا است، روزه در ماه رمضان به اندازه‌ای اهمیت دارد که خدای متعال بر طبق روایت نقل شده فرموده است:

«الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أُجْزَى بِهِ»^(۱) روزه برای من است و من پاداش آن را خواهم داد یا (روزه به اندازه‌ای مهم است) که پاداش آن خود من هستم. روزه دار از اذان صبح تا اذان مغرب برای اجرای دستور خدایش لب بر خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها می‌بندد و به هنگام اذان مغرب با یاد خدا افطار می‌کند. از این رو افطار اهمیت خاص به خود را دارد. پرسش آن است که او با چه چیزی بهتر است افطار کند؟ بر طبق روایات رسیده از معصومین - علیهم‌السلام - افطار با چند چیز مستحب است که یکی از آن‌ها شیر است. رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - در اواخر ماه شعبان خطبه‌ی بسیار مهمی درباره فضیلت ماه رمضان خواندند و به ثواب فراوان که خدای متعال به کسانی که به روزه‌داران افطار می‌دهند اشاره کردند و در پاسخ به این پرسش که اگر کسی نمی‌تواند به روزه‌داران افطار دهد؟ افطار کاملی بدهد چه کند؟ و چگونه از این پاداش مهم محروم نگردد؟ فرمود: با شربتی از شیر به روزه‌دار افطار دهد. خدای متعال کریم است و پاداش افطار دادن را با این کار به او خواهد داد.^(۲)

امیرالمومنین علی - علیه‌السلام - مستحب می‌دانست که با شیر افطار شود. غیاث بن ابراهیم از امام صادق - علیه‌السلام - و ایشان از پدرشان امام باقر - علیه‌السلام - نقل کرده است که «إِنَّ عَلِيًّا كَانَ يَسْتَحِبُّ أَنْ يُفْطِرَ عَلَى اللَّبَنِ. هَمَانَا عَلَى - علیه‌السلام - مستحب می‌دانست که با شیر افطار شود.^(۳)»

۱. القواعد و الفوائد، ج ۲، ص ۳۷.

۲. کافی، ج ۴، ص ۶۷: فَقِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - لَيْسَ كُلُّنَا يَقْدِرُ عَلَى أَنْ يُفْطِرَ صَائِمًا. فَقَالَ: إِنَّ اللَّهَ كَرِيمٌ يُغْفِرُ هَذَا الثَّوَابَ لِمَنْ لَا يَقْدِرُ إِلَّا عَلَى مَذْقَةٍ مِنْ لَبَنٍ يُفْطِرُ بِهَا. رُكَّ بِهِ بَحَارُ الْأَنْوَارِ ج ۹۶، ص ۳۱۷ و ۳۴۲.

۳. تهذیب ج ۴، ص ۱۹۹، جامع احادیث الشیعه ج ۱۱، ص ۴۶۸ احمد بن محمد بن عیسی، عن محمد بن یحیی، عن غیاث بن ابراهیم، عن جعفر، عن أبیه - علیه‌السلام - این روایت را سید بن طاووس در کتاب اقبال و برقی در کتاب محاسن نقل کرده است. رُک:

«عن أنس بن مالك، قال كانت رسول الله - ﷺ - شربةً يُفطر عليها وَ شربةً لِلِسَّحَرِ وَ ربّما كانت واحدة وَ ربّما كانت لبناً
 انس بن مالک گزارش کرده است که رسول خدا - ﷺ - شربتی برای افطار داشت و شربتی برای سحری و گاه در افطار و سحرا از یک شربت استفاده می‌کرد و چه بسا این شربت شیر بود.^(۱)
 بر طبق روایتی دیگر «افطار با شیر در آن حضرت نشاط و وجد پدید می‌آورد.^(۲)»

این مسأله به اندازه‌ای روشن بود که چون جعده همسر امام حسن مجتبی - ﷺ - با توطئه و فریب معاویه در صدد مسموم کردن امام حسن - ﷺ - برآمد سم را در ماه رمضان در داخل شیری ریخت که آن حضرت با آن افطار کرد.^(۳) ابوسلمه مدنی از جدش نقل کرده است که رسول خدا ﷺ روزه داشت و در مسجد قبا نزد ما بود. هنگام افطار برای ایشان شیر و عسل آوردیم. آن حضرت آن را تناول فرمود ...^(۴)»

برخی از فقهای شیعه در آثار فقهی خود به این حکم شرعی و روایاتی که نقل کردیم اشاره کرده و در واقع به گونه‌ای این حکم شرعی را (استحباب افطار با شیر) آورده‌اند.^(۵)

جامع احادیث الشیعه ج ۱۱ ص ۴۶۸.

۱. جامع احادیث الشیعه، ج ۱۱، ص ۴۶۹.

۲. جامع احادیث الشیعه، ج ۱۱، ص ۴۶۸. البرقی، عن بعض أصحابنا، عن ابن الأخت الأوزاعي، عن أبيه، قال: كانَ عَلِيُّ يُعْجِبُهُ أَنْ يُفْطَرَ عَلَى اللَّبَنِ.

۳. بحارالانوار، ج ۴۴ ص ۱۵۴.

۴. مجموعه و رام، ج ۱، ص ۲۰۰.

۵. مجمع الفائدة و البرهان، ج ۵، ص ۳۴۸.

تأثیر شیر بر روان آدمی

برخی از غذاها و نوشیدنیها بر روان و اعصاب آدمی اثر مثبت می‌گذارد و مایه‌ی تسکین اعصاب و زدودن افسردگی و پدید آمدن آرامش است. بر پایه‌ی گروهی از روایات شیر این گونه است و تأثیر مثبتی بر روان انسان دارد. در روایتی در این باره چنین می‌خوانیم:

«إِنَّ التَّلْبِينَ يَجْلُو الْقَلْبَ الْحَزِينَ كَمَا يَجْلُو الْأَضَاغُ الْعَرَقَ مِنَ الْجَبِينِ»

استفاده همیشگی از شیر به دل افسرده و غمناک، نشاط و صفا می‌بخشد

آن گونه که انگشتان آدمی عرق را از چهره‌ی او می‌زداید.^(۱)

روایاتی از این دست بعید نیست ابعاد روانی را نیز دربرگیرد و بدین سان برکت و قوتی که شیر در انسان پدید می‌آورد هم در جسم او و هم در جان وی باشد. در روایتی از پیامبر اسلام - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - چنین نقل شده است:

«قَالَ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - : شُرْبُ اللَّبَنِ مِنَ الْإِيمَانِ»

۱. واژه‌ی «تلبین» با توجه به تفسیری که کلینی از «تلبینه» گزارش کرده است به معنای همواره و جرعه‌جرعه نوشیدن شیر است. احتمال دارد به معنای معجون مرکب از آرد، شیر و عسل نیز باشد. بحارالانوار، ج ۴۶، ص ۱۶۰.

«نوشیدن شیر از ایمان است.»^(۱)

روایتی دیگری از رسول خدا - ﷺ - نزدیک به همین مضمون نقل شده است:

«شَرِبُ اللَّبَنِ مَحْضُ الْإِيمَانِ»

«نوشیدن شیر ایمان محض است.»^(۲)

مناسب است در اینجا به حدیث دیگری اشاره شود که بیانگر ارتباط میان مسائل معنوی و مادی است. پیش از این اشاره شد که پیامبر خدا - ﷺ - نوشیدن شیر را دوست می داشت. در روایتی از امام موسی بن جعفر الصادق علیه السلام چنین نقل شده است:

«کسی که به خاطر عشق و محبت به پیامبر خدا - ﷺ - شیر بنوشد،

شیرزیانی به او نخواهد رسانید.»^(۳)

همین مضمون در روایتی دیگر نیز آمده است:

«کسی که شیر بنوشد و بگوید: خدایا! چون پیامبر خدا شیر را دوست

می داشت من آن را می نوشم، خوردن شیر به او ضرری نخواهد رسانید.»^(۴)

در این دو دسته از روایات به دو نکته‌ی مهم اشاره شده است. گروه نخست نشانگر آن است که نوشیدن شیر در ایمان، سلامت روح و روان و بالندگی جان اثر می‌گذارد و دسته‌ی دوم نشانگر آن است که عشق به پیامبر خدا، و خواندن دعا سبب می‌شود، در صورت زیانمند بودن شیر، این زیان

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، حدیث ۴ (باب اللبن)، و نیز بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۲۹۴.

۲. بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

۳. «وَعَنْ أَحْمَدَ بْنِ إِسْحَاقَ عَنْ عَبْدِ صَالِحٍ. قَالَ: مَنْ أَكَلَ اللَّبَنَ عَلَى شَهْوَةِ رَسُولِ اللَّهِ لَمْ يَضُرَّهُ.» وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۴.

۴. «عَنْ عَبْدِ صَالِحٍ: مَنْ أَكَلَ اللَّبَنَ، فَقَالَ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَكُلُهُ عَلَى شَهْوَةِ رَسُولِ اللَّهِ إِيَّاهُ لَمْ يَضُرَّهُ.» بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۱۰۲.

از بین برود و در واقع بیانگر این نکته باشد که امور معنوی در مسائل مادی
اثرگذار است. این هردو مطلب صحیح است و شرح افزون‌ترو فرصت فراخ‌تری
می‌طلبد که متناسب با این نوشته نیست.

آداب نوشیدن شیر

این مایع سفیدرنگ زلال و گوارا که به راحتی در گلوی آدمی فرو می‌رود و از نعمتهای الهی است، از دیدگاه روایات نوشیدن آن آدابی خاص دارد؛ برپایه‌ی روایتی:

«عن الصادق: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ - ﷺ - قَالَ: ذَالِكَ الْأَطْيَانُ: التَّمْرُ وَاللَّبَنُ، إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ كُلَّمَا شَرِبَ لَبَنًا تَمَضَّضَ وَقَالَ: إِنَّ لَهِيَ لَدَسْمًا.»

امام صادق علیه السلام فرمود: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله می‌فرمود خرما و شیر [دو غذای] خوش مزه و پاکیزه‌اند و چون پیامبر - صلی الله علیه و آله - شیر می‌نوشید [پس از آن] قرقره می‌کرد و می‌فرمود: شیر چربی دارد.^(۱)

بر طبق روایتی دیگر، حضرت امام صادق علیه السلام می‌فرمود: «إِذَا شَرَبْتُمُ اللَّبَنَ فَتَمَضَّضُوا فَإِنَّ لَهَا دَسْمًا.» «هرگاه شیر می‌نوشید مضمضه کنید چون چربی دارد.»^(۲)

احتمال دارد مقصود از مضمضه آن باشد که پس از نوشیدن شیر باید دهان و دندانها را شست تا چربیهای باقی‌مانده در دهان از بین برود، چنان

۱. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۳.

۲. همان.

که برخی از واژه‌شناسان زبان عربی «تممض» را این‌گونه معنا کرده‌اند.^(۱)
احتمال دارد تممض به این معنا باشد که شیر را در دهان بچرخانید تا
همه‌ی دهان [به ویژه اطراف دندانها] را فرا گیرد چه این که برای دهان و
دندانها مفید است.

۱. لسان العرب، ج ۱۳، ص ۱۲۹؛ فرهنگ جامع، ج ۳ و ۴، ص ۱۵۷۸.

دعا به هنگام نوشیدن شیر

بی شک مستحب است نوشیدن هر نوشیدنی و خوردن هر غذا با «بسم الله الرحمن الرحيم» آغاز گردد. این حکم درباره‌ی شیر نیز جریان دارد.

حضرت امام علی بن موسی الرضا علیه السلام از اجداد پاکش نقل می‌کند که پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - هر وقت غذایی می‌خورد چنین دعا می‌کرد:

«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَارْزُقْنَا خَيْراً مِنْهُ.»

«خدایا! به ما برکت عنایت کن و بهتر از آن را روزی ما فرما.»

اما هرگاه شیر می‌نوشید چنین دعا می‌کرد:

«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَارْزُقْنَا مِنْهُ.»

«خدایا آن (شیر) را برای ما مبارک گردان و از آن روزی ما فرما.»^(۱)

در حدیث دیگری آمده است که آن حضرت هرگاه شیر می‌نوشید چنین

دعا می‌کرد:

«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَزِدْنَا مِنْهُ.»

«خدایا! آن را برای ما مبارک کن و بیش از این از آن به ما عنایت کن.»

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۳۶؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۴۷؛ بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۹۹.

و هنگامی که غذای دیگری میل می‌فرمود. چنین دعا می‌کرد:
«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَابْدِلْنَا بِهِ خَيْرًا مِنْهُ.»

«خدایا این غذا را مبارک گردان و بهتر از آن را نصیب ما فرما.»^(۱)

دعاهای پیامبر خدا به هنگام نوشیدن شیر در مقایسه با دعای آن حضرت در زمان خوردن دیگر غذاها نشانگر اهمیت شیر و قدر گران آن و برتری آن بر بسیاری از غذاها است.

۱. الکافی، ج ۶، ص ۳۳۶؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۴۷؛ بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۰، احادیث شماره‌ی ۱۵، ۱۶ و ۱۸.

عرضه‌ی شیر خالص و تازه

همان طور که خداوند متعال در قرآن اشاره فرموده است (لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ)، شیر خالص و گوارا است که منافع بسیار دارد و از نعمتهای الهی به شمار می‌رود. در روزگار ما که تولید شیر به سمت صنعتی شدن می‌رود بیشتر مردم از شیرهای فرآوری شده استفاده می‌کنند، از این رو باید تولیدکنندگان و عرضه‌کنندگان شیر بکوشند، شیر خالص و بهداشتی به مردم عرضه کنند.

در روایتی به نقل از امام صادق علیه السلام، پیامبر خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - از آمیختن شیر با آب و عرضه شیر غیر خالص نهی فرمود و آن را حرام دانست. «عَنْ السَّكُونِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عليه السلام - نَهَى رَسُولُ اللَّهِ أَنْ يَشَابَ اللَّبَنُ بِالمَاءِ لِلْبَيْعِ.» «پیامبر خدا از مخلوط کردن شیر با آب به هنگام فروش شیر نهی فرمود.»^(۱)

این مسأله در فقه شیعه مطرح است و از آن با عنوان «غش» یاد می‌شود. اجمالاً به لحاظ حکم فقهی، طبق فتوای مراجع تقلید و فقیهان بزرگ شیعه از آنجا که شیرهای عرضه شده به عنوان شیر خالص و نیز شیر بهداشتی و پاکیزه، عرضه می‌شود، اگر شیر یاد شده خالص و یا بهداشتی نباشد، خرید و فروش

۱. کافی، ج ۵، ص ۱۶۰؛ من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۷۲.

آن دارای اشکال است.^(۱)

در روایتی در این باره چنین می‌خوانیم:

«وَقَالَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - مَنْ غَسَّ الْمُسْلِمِينَ حَشِيرَ مَعَ الْيَهُودِ يَوْمَ الْقِيَمَةِ لَا تَنْتَهُمُ أَغَسَّ النَّاسَ لِلْمُسْلِمِينَ.

پیامبر خدا - صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم - فرمود: کسی که [در معامله] با مردم غش کند در روز قیامت با یهودیان محشور خواهد شد؛ زیرا آنان بیشتر از همه در معامله‌ی با مسلمانان غش روا می‌دارند.»^(۲)

برخی از روایات شیر تازه را دارای فواید ویژه‌ای دانسته است. در روایتی از امام صادق علیه السلام این گونه نقل شده است:

«شیر تازه برای بچه‌دار شدن مفید است.»^(۳)

در روایتی دیگر از امام کاظم - علیه السلام : «مَنْ تَغَيَّرَ مَاءُ الظَّهْرِ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ وَ الْعَسَلُ.» شیر تازه و عسل برای کسی که بچه‌دار نمی‌شود توصیه شده است.^(۴)

۱. کتاب المکاسب، مکاسب محرمه، شیخ انصاری، بخش غش.

۲. من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۲۷۳.

۳. «عن إبراهيم الجعفی، عن ابيه، قال: قال أبو عبد الله: اللبن الحلبت بمن تغیر علیہ ماء الظهر» قال المجلسی:.... وَ تَغَيَّرَ ماء الظهر کتایه‌ی عَرَّ عَدَمَ انْعِقَادِ الْوَلَدَةِ. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۲.

۴. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷: الفصول المهمه، ج ۲، ص ۹۱.

وظیفه‌ی حکومت اسلامی

در پایان این بخش مناسب به نظر می‌آید به وظیفه‌ی حکومت اسلامی درباره شیر به طور بسیار فشرده بپردازیم. با توجه به آن چه آوردیم شیر غذایی است دارای سودمندی‌های فراوان و هرگاه به اندازه‌ی کافی در دسترس مردم قرار گیرد گامی در سمت و سوی تحقق امنیت غذایی و افزایش سلامت نسل آینده برداشته شده است. از آنجا که حکومت اسلامی موظف است همه قوانین، دستورالعمل‌ها، عزل‌ها و نصب و تصمیم‌گیری‌هایش را بر طبق مصلحت، عدالت و احکام شرعی، بگیرد می‌توان گفت که هرگونه تلاش برای تأمین شیر و تسهیل دسترسی به آن از سوی همه‌ی مردم مصلحت، تحقیق عدالت و نیز رعایت سفارشات معصومین علیهم‌السلام در این رابطه است که احکام شرعی محسوب می‌شوند. پس، وظیفه‌ی حکومت اسلامی آن است که اولاً؛ در جهت آگاهی مردم از سودمندی‌های شیر و منافع متعدد و متنوع آن دست‌اندرکاران این حوزه را یاری رساند و ثانیاً؛ از تولیدکنندگان شیر و نیز صنایع شیر و همه‌ی دستگاه‌ها و تشکیلاتی که به طور مستقیم درباره‌ی تولید و توزیع شیر اثر گذارند، حمایت مادی و معنوی کند!^(۱)

۱. رساله دکترای سید علی حسینی «تحلیلی بر نظریه‌های مربوط به احکام حکومتی» بخش دوم «مصلحت»

فصل سوم:

پنج آیه و چهل حدیث

در بخش نخست بحث با استفاده از روایات متعدد، ارزش غذایی و منافع متنوع شیر مورد بحث و بررسی قرار گرفت. اما گزارش و سامان‌دهی دقیق روایاتی که درباره‌ی شیررسیده است فرصتی فراخ‌تر و پژوهشی گسترده‌تر می‌طلبد و در این فشرده نمی‌گنجد.

در بخش دوم بحث، متن پنج آیه و چهل حدیث درباره‌ی شیر با ترجمه و بدون توضیح آورده می‌شود، گروهی از این احادیث در بخش نخست نیز اشاره شده است.

در ادامه‌ی بحث، همان احادیث را به انضمام روایات دیگر، تقدیم شما خواننده‌ی ارجمند می‌کنیم، امید که مصداق این حدیث شریف باشد
«مَنْ حَفِظَ عَلَى أُمَّتِي أَرْبَعِينَ حَدِيثًا يَنْتَفِعُونَ بِهَا بَعَثَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ فَقِيهًا عَالِمًا»^(۱)

«کسی که برای امت من چهل حدیث حفظ کند خداوند متعال او را روز قیامت دانشمند و فقیه محشور خواهد کرد.»

افزون بر آن که این چهل حدیث برای انجام مسابقات، مطالعه و حفظ احادیث نقل شده درباره شیر می‌تواند مفید باشد و جداگانه نیز به دست چاپ سپرده شود و مطالعه گردد.

۱. چهل حدیث امام خمینی، ص ۲.

شیر در آیات قرآن

آیه اول:

(وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ)
«و چارپایان را برای شما آفرید در آنها برای شما [وسیله] گرمی و سودهایی
است و از آنها می‌خورید»^(۱)

آیه دوم:

(وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ
وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ)^(۲)
«در چارپایان برای شما مایه‌ی عبرتی است که از شکمهایشان از میان خون
و سرگین شیری ناب به شما می‌نوشانیم که گوارای آشامندگان است.»

۱. سوره نحل (۱۶) آیه ۵.

۲. سوره نحل (۱۶) آیه ۶۶.

آیه ی سوم:

(وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ)^(۱)

«و برای شما در چارپایان مایه عبرتی هست که شما را از آنچه در شکمهای آنهاست می‌نوشانیم و در آنها برای شما سودهای فراوان است و از آن می‌خورید.»

آیه ی چهارم:

(وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ)^(۲)

«و برای آنان در چارپایان سودها و نوشیدنیهاست، پس آیا شکر نمی‌گذارند؟»

تفسیر این آیات در این فشرده نمی‌گنجد. در اینجا تنها به برداشتهایی چند از آیات یاد شده بسنده می‌شود:

۱. فرایند تولید شیر برای آدمیان مایه ی عبرت است. خداوند متعال چگونه علوفه و آب را در درون بدن حیوان به شیر تبدیل می‌کند، موضوعی است قابل تأمل و در خور تفکر که حاکی از وجود قدرتی در اوج آگاهی و حکمت است.
۲. شیر از منافع و سودهای مهم چارپایان است.
۳. خداوند چارپایان را در سمت و سوی منافع آدمیان آفریده است؛ چارپایان از نعمتهای بزرگ خدا برای انسان به حساب می‌آیند.
۴. چارپایان فوائد و منافع گوناگون و متنوعی برای انسانها دارند که آدمیان نباید از آنها غفلت ورزند.

۱. سوره مؤمنون (۲۳) آیه ۲۱.

۲. سوره یس (۳۶) آیه ۷۳.

۵. شیراز منافع مهم تغذیه انسان است که او را سیر و سیراب می‌سازد.
۶. خوراک حیوانات؛ یعنی آب و علوفه به شیر تبدیل می‌گردد.
۷. شیراز منابع اقتصادی و درآمد انسانها است.
۸. شیرگوارا، لذیذ و زلال است و گلوگیر نیست.
۹. فراهم آوردن زمینه بهره‌برداری از شیر گاو، گوسفند و شتر، از عنایتها و نعمتها و الطاف الهی است و بندگان خدا باید شکر آن را بگذارند.

آیه ی پنجم:

(مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعدَ الْمُتَّقُونَ فِيهَا أَنْهَارٌ مِّن مَّاءٍ غَيْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ
مِّن لَّبَنٍ لَّمْ يَتَغَيَّرَ طَعْمُهُ)

«مثل بهشتی که به پرهیزگاران وعده داده شده [چون باغی است که] در
آن نهرهایی است از آبی که [زنگ و بو و طعمش] بزنگشته و جویهایی از
شیری که مزه‌اش دگرگون نشود»^(۱)

۱. ۱. سوره محمد (۴۷) آیه ۱۵.

شیر و فرآورده‌های آن در روایات

۱. شیر سمبل هدایت

«إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ - ﷺ - أَتَى لَيْلَةَ أُسْرَى بِهِ بِإِيلِيَا، بِقَدَحَيْنِ، مِنْ خَمْرٍ وَ لَبَنٍ، فَنَظَرَ إِلَيْهِمَا ثُمَّ أَخَذَ اللَّبَنَ، فَقَالَ جِبْرَائِيلُ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَاكَ لِلْفِطْرَةِ، وَلَوْ أَخَذْتَ الْخَمْرَ، غَوَتْ أُمَّتُكَ.

برای رسول خدا - ﷺ - در شب معراج دو قدح آوردند، یکی از آنها شیر بود و دیگری شراب. آن حضرت - ﷺ - به هر دو نگاه کرد. آن گاه ظرف شیر را انتخاب فرمود [و از آن نوشید]، جبرئیل گفت: خدای را سپاس که تو را به سمت و سوی فطرت هدایت کرد [و شیر را انتخاب کردی] و اگر از فطرت دور می‌شدی و شراب را انتخاب می‌کردی امت تو گمراه می‌شدند.»^(۱)

۱. صحیح بخاری، ج ۴، ص ۱۱، حدیث ۵۵۷۶؛ بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۹۸. رک: بحار الانوار، ج ۷، ص ۳۸.

۲. سرور نوشیدنیها

«عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - ﷺ - إِنَّهُ قَالَ فِي حَدِيثٍ وَ سَيِّدُ الْأَشْرِيَةِ اللَّبَنُ»^(۱)

«پیامبر خدا - ﷺ - فرمود: شیر سرور نوشیدنیهاست.»

۳. شیر و ایمان

«قَالَ - ﷺ - : شُرْبُ اللَّبَنِ مِنَ الْإِيمَانِ»^(۲)

«پیامبر خدا ﷺ فرمود: نوشیدن شیر از ایمان است.»

۴. منبع پروتئین

«عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - أَنَّهُ قَالَ: اللَّبَنُ أَحَدُ اللَّحْمَيْنِ»^(۳)

«امام علی علیه السلام فرمود: شیریکی از دو گوشت است.»

۵. خوردنی و نوشیدنی

«وَقَالَ - ﷺ - : لَيْسَ يُجْزَىءُ مَكَانَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنُ»^(۴)

«پیامبر خدا ﷺ فرمود: هیچ چیزی جز شیر نمی تواند جای هم خوردنی و

هم نوشیدنی را بگیرد.»

۶. فوائد گوناگون شیر

«قَالَ - ﷺ - : عَلَيْكُمْ بِالْأَلْبَانِ، فَإِنَّهَا تَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ كَمَا

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، حدیث ۳ (باب اللبن)

۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، حدیث ۴ (باب اللبن)

۳. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۴، حدیث ۶.

۴. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۳، حدیث ۴

يَمَسِّحُ الإِصْبَعُ الْعَرَقَ عَنِ الْجَبِينِ، وَتَشُدُّ الظَّهْرَ، وَتَزِيدُ فِي الْعَقْلِ، وَ
تُرْكِي الذَّهْنَ، وَتَجْلُو الْبَصَرَ، وَتَذْهَبُ النَّسيَانَ»^(۱)

«پیامبر خدا فرمود: بر شما باد خوردن شیر: زیرا گرما را از دل می‌زداید آن
گونه که انگشتان عرق پیشانی را پاک می‌کند، کمر را محکم می‌کند، عقل را
افزایش می‌دهد، ذهن را تیز و هوشیار می‌سازد، بر قدرت بینایی می‌افزاید و
فراموشی را می‌زداید.»

۷. غذای پیامبران

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - قَالَ: اللَّبَنُ مِنْ طَعَامِ الْمُرْسَلِينَ.»
«امام صادق عليه السلام فرمود: شیر طعام رسولان الهی است.»

۸. دعای پیامبر - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - هنگام نوشیدن شیر

پیامبر اکرم - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - هرگاه شیر می‌نوشید چنین دعا می‌کرد:
«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَزِدْنَا مِنْهُ.»

«خدایا! آن را برای ما مبارک کن و بیش از این از آن به ما عنایت کن.»
و هنگامی که غذای دیگری میل می‌فرمود. چنین دعا می‌کرد:
«اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَابْدِلْنَا بِهِ خَيْرًا مِنْهُ.»

«خدایا این غذا را مبارک گردان و بهتر از آن را نصیب ما فرما.»^(۲)

دعاهای پیامبر خدا به هنگام نوشیدن شیر در مقایسه با دعای آن حضرت
در زمان خوردن دیگر غذاها نشانگر اهمیت شیر و قدر گران آن و برتری آن بر
بسیاری از غذاها است.

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۶، ص ۳۷۴، حدیث ۵ (باب اللبن)، چاپ قم.

۲. الکافی، ج ۶، ص ۳۳۶؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۴۷؛ بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۰، احادیث شماره‌ی ۱۵، ۱۶ و ۱۸.

۹. افطار با شیر

«عَنْ جَعْفَرٍ عَنْ آبَائِهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - أَنَّ عَلِيًّا - عَلَيْهِ السَّلَامُ - كَانَ يَسْتَحِبُّ أَنْ يُفْطَرَ عَلَى اللَّبَنِ»^(۱)

«امام صادق عليه السلام به نقل از اجداد طاهرينش فرمود: علی عليه السلام مستحب می دانست با شیر افطار کند.»

۱۰. شیر گوارا

«عَنِ السَّكُونِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ آبَائِهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَيْسَ أَحَدٌ يَغْصُ بِشُرْبِ اللَّبَنِ لِأَنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى يَقُولُ: لَبْنَا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ»^(۲)

«سکونی از امام صادق عليه السلام از اجداد طاهرينش نقل کرده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: شیر گواراست و برای احدی گلوگیر نیست؛ زیرا خداوند متعال می فرماید: شیر خالص، گواراست برای نوشندگان.»

۱۱. دواي دردها

«عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ: قَالَ أَلْبَانُ الْبَقَرِ دَوَاءٌ»^(۳)
علی عليه السلام فرمود: شیر گاو داروی درمندان است.»

۱۲. تقویت بدن

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: شَكَى نَبِيُّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ، فَقَالَ لَهُ: أَطْبِخِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ، وَقَالَ إِنَّهُمَا يَشْدَانِ الْجِسْمَ، قُلْتُ هِيَ

۱. بحارالانوار ج ۶۳، ص ۱۰۱، ج ۱۹.

۲. بحارالانوار ج ۶۳، ص ۱۰۱؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۴۸، ج ۴؛ الکافی، ج ۴، ص ۳۴۰، باب الالبان، چاپ اول، ۱۴۱۳ هـ / ۱۹۹۲ م.

۳. بحارالانوار ج ۶۳، ص ۱۰۳.

الْمَضِيرَةُ؟ قَالَ: لَا وَلَكِنَّ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ الْحَلِيبِ»^(۱)

«یکی از پیامبران از ناتوانی جسم خود به خدا گله کرد. فرمود: گوشت را با شیر بپز و بخور؛ زیرا این دو جسم را محکم می‌سازند. گفت: شیر مانده و ترش [کافی است]؟ فرمود: البته باید شیر تازه باشد نه شیر مانده و ترشیده.»

۱۳. برکت خانه

«قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - لِعَمَّتِهِ: مَا يَمْنَعُكَ أَنْ تَتَّخِذِي فِي بَيْتِكَ بَرَكَةً؟ قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا الْبَرَكَةُ؟ قَالَ: شَاةٌ تُحَلَبُ فَإِنَّهُ مَنْ كَانَ فِي دَارِهِ شَاةٌ تُحَلَبُ أَوْ نَعَجَةٌ أَوْ بَقَرَةٌ تُحَلَبُ فَبَرَكَاتٌ كُلُّهُنَّ.»^(۲)

«پیامبر خدا - ﷺ - به عمه‌اش فرمود: چرا خانه‌ات را بابرکت نمی‌کنی؟ عرض کرد: یا رسول الله برکت چیست؟ فرمود: گوسفند شیرده. هرکسی که در خانه‌ی خود گوسفند یا میش یا گاو شیرده داشته باشد همه‌ی اینها برکت و افزایش نعمت است.»

۱۴. شیرگاو میش

«قَالَ سَمِعْتُ الرَّضَا - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - يَقُولُ: لَا بَأْسَ بِأَكْلِ لَحْمِ الْجَوَامِيسِ وَ شُرْبِ أَلْبَانِهَا وَ أَكْلِ سُمُونِهَا.»^(۳)

«راوی می‌گوید شنیدم که امام رضا - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - می‌فرمود: خوردن گوشت و نوشیدن شیر و استفاده از روغن گاو میش حلال است.»

۱. المحاسن، ص ۴۶۷.

۲. الکافی، ج ۴، ص ۵۵۷، حدیث ۷، باب ۵، چاپ اول، ۱۴۱۳ / ۱۹۹۲ م، بیروت.

۳. وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۳۵، حدیث ۲ (بابُ إِبَاحَةِ لَحْمِ الْجَوَامِيسِ وَلَبَنِهَا وَسُمُونِهَا).

۱۵. شیرنوشیدنی بی ضرر

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ لَهُ رَجُلٌ: إِنِّي أَكَلْتُ لَبَنًا فَضَرَّنِي، فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - لَا وَاللَّهِ مَا ضَرَقَطُ وَلَكِنَّكَ أَكَلْتَهُ مَعَ غَيْرِهِ فَضَرَّكَ الَّذِي أَكَلْتَهُ فَظَنَنْتَ أَنَّ ذَلِكَ مِنَ اللَّبَنِ».

«مردی به امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ عرض کرد: من شیر نوشیدم و مریض شدم. آن حضرت فرمود: نه، هرگز شیر تو را مریض نکرده و ضرری به تو نرسانده است، لیکن تو شیر را همراه غذایی دیگر خورده‌ای و آن غذا تو را ناراحت کرده است و گمان برده‌ای که شیر به تو ضرر زده است.»^(۱)

۱۶. شیرمیش

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّانِ بِاللَّبَنِ».^(۲)

«امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمود: کسی که در قلب یا بدن خود نارسایی احساس کرد گوشت میش را با شیر استفاده کند.»

۱۷. علاقه‌ی به شیر

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ آبَائِهِ - عَلَيْهِمُ السَّلَامُ - قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يُحِبُّ مِنَ الشَّرَابِ اللَّبَنَ».^(۳)

«امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ از پدرانش نقل می‌کند که پیامبر خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ از میان نوشیدنی‌ها شیر را دوست می‌داشت.»

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۸۴، ج ۴.

۲. بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۶۹، ج ۵۴.

۳. بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۰، ج ۱۴.

۱۸. پیامبر اکرم و مرد چاق

«رَأَى رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - رَجُلًا سَمِينًا فَقَالَ: مَا تَأْكُلُ؟ فَقَالَ: لَيْسَ بِأَرْضَى حَبٍّ وَإِنَّمَا أَكُلُ اللَّحْمَ وَاللَّبَنَ، فَقَالَ - ﷺ - : جَمَعْتَ بَيْنَ اللَّحْمَيْنِ.»^(۱)

«پیامبر مرد چاقی را دید فرمود: از چه چیز استفاده می‌کنی؟ گفت: در سرزمین ما دانه‌ی گندم وجود ندارد و من تنها از شیر و گوشت استفاده می‌کنم. پیامبر فرمود: میان دو گوشت را جمع کردی.»

۱۹. شربت شیر

«عن أنس بن مالك، قال كانت رسول الله - ﷺ - شَرْبَةً يُفْطِرُ عَلَيْهَا وَ شَرْبَةً لِلْسَّحَرِ وَرَبَّما كانت واحدة وَرَبَّما كانت لبناً
انس بن مالک گزارش کرده است که رسول خدا - ﷺ - شربتی برای افطار داشت و شربتی برای سحری و گاه در افطار و سحر از یک شربت استفاده می‌کرد و چه بسا این شربت شیر بود.»^(۲)

۲۰. عرضه شیر خالص

«عَنِ السَّكُونِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - ع - نَهَى رَسُولُ اللَّهِ أَنْ يَشَابَ اللَّبَنُ بِالماءِ لِلْبَيْعِ»
«در روایتی به نقل از امام صادق ع، پیامبر خدا از مخلوط کردن شیر با آب به هنگام فروش شیر نهی فرمود.»^(۳)

۱. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۷۵، ح ۷.

۲. جامع احادیث الشیعه، ج ۱۱، ص ۴۶۹.

۳. کافی، ج ۵، ص ۱۶۰؛ من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۷۲.

۲۱. آبگوشت پیامبران

«قَالَ الصَّادِقُ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - اللَّحْمُ بِاللَّبَنِ مَرَقُ الْأَنْبِيَاءِ»^(۱)

«امام صادق علیه السلام فرمود: گوشت با شیر آبگوشت پیامبران [بوده] است.»

۲۲. قرقره پس از نوشیدن شیر

«إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: ذَانِكَ الْأَطْيَبَانِ: التَّمْرُ وَاللَّبَنُ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ كُلَّمَا شَرِبَ لَبَنًا تَمَضَّمْ وَ قَالَ: إِنَّ لَهُ لَدَسِمًا.»

«(رسول خدا علیه السلام فرمود: خرما و شیر پاکیزه و خوش مزه‌اند و حضرت خود هرگاه شیر می‌نوشید، آن را در دهان می‌گرداند (قرقره) می‌کرد و می‌فرمود: از آن رو قرقره می‌کنم که شیر چربی دارد.»

۲۳. حیوان شیرده

«أَنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - دَخَلَ عَلَى أُمِّ هَانِيٍّ، فَقَالَتْ أُمُّ هَانِيٍّ: قَدِمِي لِأَبِي الْحَسَنِ طَعَامًا، فَقَدَّمْتُ مَا كَانَ فِي الْبَيْتِ، فَقَالَ: مَا لِي لَا أَرَى عِنْدَكُمْ الْبَرَكَةَ؟ فَقَالَتْ أُمُّ هَانِيٍّ لِأَبِي الْحَسَنِ: أَوَلَيْسَ هَذَا بَرَكَةً؟ فَقَالَ: لَسْتُ أَغْنِي هَذَا إِنَّمَا أَعْنِي الشَّاةَ، فَقَالَتْ: مَا لَنَا مِنْ شَاةٍ فَأَكُلُ وَ أَسْتَسْقِي»^(۲)

بَيَانٌ: «فَقَالَتْ أُمُّ هَانِيٍّ: أَيْ لِمَوْلَاتِهَا أُمُّ رَاشِدٍ: فَقَدَّمْتُ عَلَى صِغَةِ الْمُتَكَلِّمِ، فَأَكُلُ أَيْ مِنْ سَمْنِهَا، وَ أَسْتَسْقِي: أَيْ مِنْ لَبَنِهَا.
«علی علیه السلام بر خواهرش ام هانی وارد شد. ام هانی به کنیزش گفت غذایی فراهم کن، کنیز هرچه در خانه بود آورد.

۱. بحارالانوار ج ۶۳، ص ۶۸، ج ۴۶.

۲. بحارالانوار ج ۶۱، ص ۱۳۱، ج ۱۹.

علی علیه السلام فرمود: در شگفتم که برکت در خانه وجود ندارد. خواهرش گفت: این طعام برکت نیست؟ حضرت فرمود: منظورم از برکت گوسفند است. ام هانی گفت: در خانه‌ی ما گوسفندی نیست تا از شیر و گوشت آن استفاده کنیم.»

۲۴. رنگ شیر

«لَمَّا أُسْرِيَ بِي رَأَيْتُ فِي الْجَنَّةِ نَهْرًا أَبْيَضَ مِنَ اللَّبَنِ.»
 «رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - می‌فرماید: چون به معراج رفتم نهری را دیدم که از شیر سفیدتر بود ... ^(۱)»
 از نگاه ایشان رنگ شیر نیز از زیباترین یا زیباترین رنگ سفید است که آن حضرت رنگ‌های بهشتی را به آن تشبیه می‌کند.

۲۵. نوشیدن شیر در شب و روز عروسی

«رَوَى عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - دَخَلَ عَلَى فَاطِمَةَ لَيْلَةَ عُدْسِهَا بِقَدَحٍ مِنْ لَبَنٍ فَقَالَ: إِشْرِبِي هَذَا فِدَاكَ أَبُوكَ، ثُمَّ قَالَ لَعَلِّي: إِشْرَبِ فِدَاكَ ابْنِ عَمِّكَ.»
 «روایت کرده‌اند که رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - در شب ازدواج علی با فاطمه نزد فاطمه - عَلَيْهَا السَّلَام - رفت و ظرفی از شیر برایشان آورد و فرمود: ای فاطمه از این شیر بنوش، پدرت فدایت باد. و به علی فرمود: از این شیر بنوش، پسر عمویت فدایت باد. ^(۲)»

۱. بحارالانوار، ج ۸، ص ۱۳۸.

۲. بحارالانوار، ج ۴۳ ص ۱۳۸.

۲۶. تأثیر شیر در گوارش

«قَالَ شَكُوتٌ إِلَى أَبِي جَعْفَرٍ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - ذَرَبَ مِعْدَتِي فَقَالَ: مَا يَمْنَعُكَ مِنْ شُرْبِ أَلْبَانِ الْبَقَرِ؟ فَقَالَ لِي شَرِبْتُهَا قَطُّ؟ فَقُلْتُ: مِرَارًا، قَالَ: فَكَيْفَ وَجَدْتَهَا؟ تَدْبِغُ الْمِعْدَةُ وَتَكْسُوا الْكُلَيْتَيْنِ الشَّحْمَ وَتُشْهِي الطَّعَامَ فَقَالَ: لَوْ كَانَتْ أَيَّامُهُ خَرَجْتُ أَنَا وَأَنْتَ إِلَى يَنْبُعٍ حَتَّى نَشْرِبَهُ.»^(۱)

«راوی گوید از درد معده نزد امام باقر عَلَيْهِ السَّلَامُ سخن گفتم. حضرت فرمود: چرا شیر گاو نمی‌نوشی؟ آیا تا به حال یک بار نوشیدی؟ گفتم: بارها، فرمود: چگونه یافتی؟ گفتم: معده را دباغی می‌کند و پیه کلیه‌ها را افزایش می‌دهد و اشتهای به غذا را زیاد می‌کند. فرمود: اگر ایام استفاده از آن باشد با هم به سرزمین ینبع کنار دریای سرخ که گاو فراوان دارد می‌رویم و از شیر آن استفاده می‌کنیم.»

۲۷. شیر و استحکام استخوان

«عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: اللَّحْمُ وَاللَّبَنُ يُنْبِتَانِ اللَّحْمَ، وَ يَشُدُّانِ الْعَظْمَ.»^(۲)

«امام باقر عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمود: گوشت و شیر سبب رویاندن گوشت بدن می‌شود و استخوان را محکم می‌کند.»

۲۸. فراوان نوشیدن شیر

«قَالَ النَّبِيُّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - : لَوْ أَغْنَى عَنِ الْمَوْتِ شَيْءٌ لَأَغْنَتِ الْمُثَلَّثَةُ،

۱. بحار الانوار ج ۶۳، ص ۷۶.

۲. بحار الانوار ج ۶۳، ص ۷۶.

قيل: يا رسول الله وما المثلثة؟ قال: الحسُّو باللبن.^(۱)
 «رسول خدا ﷺ فرمود: اگر چیزی از مرگ پیشگیری می‌کرد همانا مثلثه بود. گفته شد: ای پیامبر خدا مثلثه چیست؟ فرمود: شیر فراوان نوشیدن.»

۲۹. شفای همه‌ی دردها

«قال أمير المؤمنين - عليه السلام: حَسُّو اللَّبَنَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا الْمَوْتَ.»^(۲)
 «علی علیه السلام فرمود: فراوان نوشیدن شیر شفا و سبب درمان هر دردی مگر مرگ می‌باشد.»

۳۰. درمان با شیر گاو

«عَنْ جَعْفَرٍ عَنْ أَبِيهِ - عليه السلام - عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ: قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ: أَتَدَاوَى؟ فَقَالَ: نَعَمْ فَتَدَاوُوا فَإِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَمْ يُنْزِلْ دَاءً إِلَّا وَاقِدَ أَنْزَلَ لَهُ دَوَاءً، عَلَيْكُمْ بِالْبَاقِ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا تَرُدُّ مِنَ الشَّجَرِ.»^(۳)

«مردی از پیامبر - ﷺ - پرسش کرد اگر بیمار شدیم دنبال درمان آن باشیم؟ فرمود: بله، خود را مداوا کنید؛ زیرا خداوند دردی را قرار نداده مگر دارویی برای آن فراهم کرده است. شما به وسیله‌ی شیر گاو بیماران خود را مداوا کنید؛ زیرا آنها از برگ درختان و گیاهان گوناگون استفاده می‌کنند.»

۳۱. شیر تقویت نیروی جنسی

«امام کاظم - عليه السلام - مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ

۱. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۹۶، ح ۷.

۲. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۹۵، ح ۱.

۳. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۹۹ و ۱۰۰، ح ۱۲؛ الوافی، ج ۱۹، ص ۳۵۱، حدیث ۲؛ الکافی، ج ۶، ص ۳۳۷. کنز العمال، جلد ۱۰، ص ۱۳.

الْحَلِيبُ وَلُعَسْلُ» «کسی که نیروی جنسی او ضعیف شده است، شیر تازه و عسل برایش سودمند است.^(۱)»

۳۲. شیرشتر

«عَنْ بَعْضِ أَصْحَابِنَا قَالَ سَمِعْتُ أَشْيَاخَنَا يَقُولُونَ: إِنَّ أَلْبَانَ اللَّقَاحِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَ عَاهَةِ»^(۲)
«شیرشتر شفای هر درد و امراض جسمانی است.»

۳۳. تأثیر شیر بر روان آدمی

«إِنَّ التَّلْبِينَ يَجْلُو الْقَلْبَ الْحَزِينَ كَمَا يَجْلُو الْأَضَاغُ الْعَرَقَ مِنَ الْجَبِينِ»
استفاده همیشگی از شیر به دل افسرده و غمناک، نشاط و صفا می بخشد
آن گونه که انگشتان آدمی عرق را از چهره‌ی او می زداید.^(۳)

۳۴. شیر برای زنان باردار

«قال رسول الله: إِسْقُوا نِسَاءَكُمْ الْحَوَامِلَ الْأَلْبَانَ فَإِنَّهَا تَزِيدُ فِي عَقْلِ الصَّبِيِّ»
«به زنان باردارتان شیر بنوشانید زیرا نوشیدن شیر سبب افزایش عقل جنین می گردد.»^(۴)

۱. کافی، ج ۶، ص ۳۳۷.

۲. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۲، ح ۲۸.

۳. واژه‌ی «تلبین» با توجه به تفسیری که کلینی از «تلبینه» گزارش کرده است به معنای همواره و جرعه‌جرعه نوشیدن شیر است. احتمال دارد به معنای معجون مرکب از آرد، شیر و عسل نیز باشد. بحارالانوار، ج ۴۶، ص ۱۶۰.

۴. بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴.

۳۵. پنیر و مغز گردو

«قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - الْجُبْنُ وَالْجَوْزُ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا الشِّفَاءُ، فَإِنْ افْتَرَقَا كَانَ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا الدَّاءُ.

بَيَانٌ: قَدْ يَخْصُ هَذَا بِالْجُبْنِ الطَّرِيَّ غَيْرِ الْمَمْلُوحِ، فَإِنَّهُ الشَّيْعُ فِي تِلْكَ الْبِلَادِ وَهُوَ بَارِدٌ يُعَدِّلُهُ الْجَوْزُ بِحَرَارَتِهِ.»^(۱)

«امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمود: در هریک از گردو و پنیر شفا قرار داده شده است [اگر با هم خورده شوند] و اگر جدا شوند از هم در هریک از آنها مرض نهفته است.»

برخی از بزرگان در توضیح این حدیث چنین فرموده‌اند: «این سخن درباره‌ی پنیری است که در آن زمان مردم می‌خورده‌اند: یعنی پنیر غیر پاستوریزه که در گذشته مرسوم بوده است و چنین پنیری طبعش سرد است که گرمی گردو آن را متعادل می‌سازد.»

۳۶. پنیر آرامش‌آفرین

«كُلُوا الْجُبْنَ فَإِنَّهُ يُورِثُ النَّعَاسَ وَيَهْضُمُ الطَّعَامَ.»

رسول خدا - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فرمود: «پنیر بخورید؛ زیرا آرامش‌آفرین و خواب‌آور است و غذا را هضم می‌کند.»^(۲)

۳۷. پنیر و خربزه

«كَانَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يَأْكُلُ الْقِثَاءَ بِالْمِلْحِ وَ يَأْكُلُ الْبَطِيخَ بِالْجُبْنِ.»

۱. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۹۸.

۲. بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۴۰۵.

از رسول خدا - ﷺ - نقل شده است که «خیار را با نمک و خربزه را با پنیر می خوردند»^(۱)

«عن رسول الله - ﷺ - مامِنُ امْرَأَةٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتِ الْبُطِيخَ بِالْجَبْنِ إِلَّا يَكُونَنَّ مَوْلُودُهَا حَسَنَ الْوَجْهِ وَالْخَلْقِ»

آن حضرت فرمود: «هیچ زن بارداری نیست که خربزه را با پنیر بخورد مگر آن که فرزندش خوش روی و خوش خوی خواهد شد»^(۲)

۳۸. پنیر و هضم غذا

«قَالَ الصَّادِقُ - ﷺ - نَعَمْ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ يُطَيِّبُ النُّكْهَةَ وَ يَهْضُمُ مَا قَبْلَهُ، وَ يَمْرُءٌ مَا بَعْدَهُ»

«امام صادق ﷺ فرمود: پنیر لقمه خوبی است، بوی دهان را پاکیزه و غذای خورده شده را هضم می کند و خوردنیهای بعدی را گوارا می سازد»

۳۹. ماست

«عن محمد بن العاصمی، عن ابیه، عن مدّه، قال حججت و سعى جماعة من أصحابنا فأتيت المدينة فاستقبلنا ابوالحسن موسى، ... ثُمَّ أُتِيَ بِجَبْنٍ مُبَرَّنٍ فَقَالَ: كُلُوا؛ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. فَإِنَّ هَذَا إِطْعَامُكَ كَانَ يَعِجِبُ مُحَمَّدُ بْنُ عَلِيٍّ.»

«در روایتی از امام موسی بن جعفر - ﷺ - نقل شده است که آن حضرت فرمود: ماست غذایی است که امام حسین - ﷺ - آن را دوست داشت: راوی می گوید پس انجام مناسک حج به مدینه رفته و در آن به محضر

۱. بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۹.

۲. همان.

حضرت موسی بن جعفر - علیه السلام - شرفیاب شدیم ... «آن گاه برای ما ماستی آوردند که در آن نان خورد شده بود، امام - علیه السلام - فرمود: «با نام خدای بخشنده‌ی مهربان بخورید؛ زیرا این غذایی است که امام حسین بن علی - علیه السلام - آن را بسیار دوست می‌داشت.»^(۱)

۴۰. دوغ

«عَنْ أَبِي سُلَيْمَانَ الْحِمَارِيِّ قَالَ: كُنَّا عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - علیه السلام - فَجَاءَنَا بِمَضِيرَةٍ وَبَعْدَهَا بِطَعَامٍ ثُمَّ أَتَى بِقِنَاعٍ مِنْ رُطْبٍ عَلَيْهِ أَلْوَانٌ...»^(۲)
 «راوی گوید نزد امام صادق علیه السلام بودیم مقداری دوغ جوش و ماست ترش آوردند و بعد از آن طعامی، سپس خوشه‌ی خرما‌ی رنگارنگ آوردند...»

۱. البصائر، بحارالانوار، ج ۶۸، ص ۱۱۸.

۲. بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۱۰۷، ح ۲.

منابع

۱. قرآن کریم
۲. نهج البلاغه با ترجمه‌ی عزیزالله عطاردی
۳. طب النبى، محسن عقیل، بیروت، دارالمجعة البيضاء، چاپ اول، ۱۴۲۰ ق
۴. طب الأئمة، عبدالله بشر، کویت، مكتبة الألفين، چاپ اول، ۱۴۱۰ ق
۵. احادیث پزشکی، محمد محمدی ری شهری، مترجم: دکتر حسین صابری، تهران، سازمان چاپ و نشر دارالحديث، چاپ دهم، ۱۳۸۸.
۶. الکافی، محمد بن یعقوب کلینی، بیروت، دار صعب - دارالتعارف، چاپ سوم، ۱۴۰۱ ق.
۷. تهذیب الاحکام، محمد بن حسن طوسی، با تحقیق علی اکبر غفاری، تهران، نشر صدق، چاپ اول ۱۴۱۷ ق.
۸. کتاب من لا یحضره الفقیه؛ محمد بن علی بن بابویه قمی، (صدوق) قم، منشورات جامعة المدرسين، بی تا
۹. مرآة العقول (فی شرح أخبار آل الرسول) محمدباقر مجلسی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ اول، ۱۳۶۸ ش
۱۰. الدرر الوقیة، سید علی بن موسی بن طاووس، قم، مؤسسة آل البيت، چاپ اول، ۱۴۱۴ ق.
۱۱. ملاذ الاخیار فی شرح تهذیب الاخبار، محمدباقر مجلسی
۱۲. کتاب الوافی، محمد بن حسن (فیض کاشانی، اصفهان، مكتبة الامام امیرالمؤمنین، چاپ اول، ۱۳۷۲ ش.
۱۳. بحار الانوار، محمدباقر مجلسی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ دوم، ۱۳۶۵
۱۴. شیرینی زندگی، ثریا نواب پور، تهران، شرکت صنایع شیر ایران، چاپ دوم، ۱۳۸۳ ش.

۱۵. پاسخ به سیصد و سی و سه سؤال شیرى، گروه مؤلفان، تهران، شرکت صنایع شیر ایران. چاپ ۱۲، ۱۳۹۲ ش.
۱۶. چگونه با استخوان‌های خود مهربان باشیم، گروه مؤلفان، تهران، انجمن حمایت از بیماران پوکی استخوان، چاپ دوم، ۱۳۸۳ ش.
۱۷. مسئولیت مادر بودن، ابوالفضل هدایتی فخر داود، قم، انتشارات نگاه آشنا، ۱۳۸۳ ش
۱۸. وسائل الشیعه الى تحصیل مسائل الشریعة، محمد بن الحسن الحرّ العاملى، بیروت، دار إحياء التراث العربی، بی تا
۱۹. موسوعة أحكام الأطفال و أربلتها، گروه مؤلفان، قم، مرکز فقه الأئمة الأطهار، چاپ اول، ۱۴۲۵ ق.
۲۰. گیاهان و زندگی در اندیشه دینی، سید علی حسینی، قم، مؤسسه‌ی فرهنگی پژوهشی آیه، چاپ اول، ۱۳۷۷ ش.
۲۱. المیزان فی تفسیر القرآن، سید محمدحسین طباطبائی؛ قم، مؤسسه مطبوعاتی اسماعیلیان، چاپ سوم، ۱۳۹۳
۲۲. تفسیر روح المعانی، سید محمود آلوسی بغدادی، بیروت، دارالفکر، بی تا
۲۳. تفسیر نمونه، ناصر مکارم شیرازی، تهران، دارالکتب الاسلامیّه، چاپ بیست و چهارم، ۱۳۷۹ ش.
۲۴. تفسیر راهنما، اکبر هاشمی رفسنجانی
۲۵. تفسیر کنزالدقائق، مشهدی، میرزا محمد، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، چاپ اول، ۱۴۱۴ ق.
۲۶. الفرقان فی تفسیر القرآن، محمدصادق تهرانی، قم، انتشارات فرهنگ اسلامی چاپ دوم، ۱۳۶۵ ش.
۲۷. توحید مفضل، مفضل بن عمر، مترجم علامه مجلسی، با تحقیق مظفر کاظم، قم انتشارات داورى، بی تا.
۲۸. الفضایل، ابوالفضل شاذان بن جبرئیل قمی، قم، انتشارات رضی، ۱۳۶۲ ش.
۲۹. مجموعه درام، مسعود بن عینی (ورام بن ابی خراس)، قم، مکتبه فقیه، ۱۴۱۰ ق
۳۰. کشف الغه فی معرفة الأئمة، علی بن عیسیٰ اربلی، با تصحیح سید هاشم رسولی محلاتی، تبریز، انتشارات بنی هاشمی، ۱۳۸۱ ق.
۳۱. روضة المتقین فی شرح من لا یحضره الفقیه، محمدتقی مجلسی با تصحیح حسین موسوی کرمانی و علی پناه اشتهازدی، قم، مؤسسه‌ی فرهنگی اسلامی کوشانپور، ۱۴۰۶ ق
۳۲. قصص الانبیاء سعید بن هبة الله راوندی معروف به قطب راوندی، با تصحیح غلامرضا عرفانیان

- یزدی، مشهد، مرکز پژوهش‌های اسلامی، ۱۴۰۹ ق.
۳۳. کفایة الاثر فی النقص علی الائمة الاثنا عشر، علی بن محمد خزاز رازی، با تحقیق عبداللطیف حسین کوهکمری، قم، انتشارات بیدار، ۱۴۰۱
۳۴. سفره‌ی سلامتی، روابط عمومی و امور بین‌الملل صنایع شیر ایران تهران، روابط عمومی صنایع شیر ایران، چاپ اول، ۱۳۸۲
۳۵. قصص الأنبياء، سعید بن هبة الله (قطب‌الدین راوندی) با تصحیح غلامرضا عرفانیان، مشهد، مرکز پژوهش‌های اسلامی، چاپ اول، ۱۴۰۹
۳۶. طبیعت در سیره علوی، سید علی حسینی، قم، انتشارات خاکیان، چاپ اول، ۱۳۸۸ ش
۳۷. المحابن، احمد بن محمد بن خالد برقی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱ ش
۳۸. غررالحکم و دررالکلم، عبدالواحد بن تمهیمی آمدی، با ترجمه محمد خوانساری و تحقیق جلال‌الدین حسینی ارموی، چاپ اول، ۱۳۶۰ ش
۳۹. الفصول المهمة فی اصول الأئمة، محمد بن حسن خزاعلی، قم، مؤسسه‌ی معارف اسلامی امام رضا، چاپ اول، ۱۳۸۶ ش
۴۰. قرب الاسناد، عبدالله بن جعفر حمیدی، قم، مؤسسه‌ی آل‌البيت - عليه السلام - چاپ اول، ۱۴۱۳
۴۱. المسند، احمد بن حنبل، بیروت، مؤسسة الرسالة، ۱۳۸۰ ق، و بیروت، المكتبة الاسلامی، بی‌تا.
۴۲. سنن ابن ماجه، محمد بن یزید ماجه قزوینی، ریاض، بیت الافکار الدولي، بی‌تا
۴۳. القواعد و الفوائد، محمد بن جمال‌الدین مکی عاملی، با تحقیق سید عبدالهادی حکیم، قم، منشورات مکتبه المفید، بی‌تا
۴۴. جامع احادیث شیعه، اسماعیل معزی ملایری، چاپ اول، ۱۳۷۵ ش
۴۵. مجمع الفائدة و البرهان، احمد اردبیلی، قم، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ اول، ۱۳۷۵ ش.
۴۶. فرهنگ جامع: احمد سیاح، تهران، کتابفروشی اسلام بازار شیرازی، چاپ هشتم، اسفند ۱۳۵۴.
۴۷. لسان‌العرب ابن منظور، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چاپ اول، ۱۴۰۸ هـ. ق
۴۸. کتاب المکاسب؛ شیخ مرتضی انصاری، قم، کنگره‌ی بزرگداشت شیخ انصاری، چاپ اول، ۱۴۱۵ ق.
۴۹. مکارم الاخلاق حسن بن فضل طبرسی، قم، الشریف المرتضی، چاپ چهارم، ۱۴۱۲ ق.
۵۰. دانشنامه احادیث پزشکی؛ محمد ری شهری، با ترجمه دکتر حسین صابری، قم، دارالحدیث، چاپ دهم، ۱۳۸۸ ش.

۵۱. چهل حدیث امام خمینی؛ امام خمینی - قدس سره - ، قم، مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار امام خمینی - قم - چاپ اول، زمستان ۱۳۷۱.
۵۲. تحلیلی بر نظریه‌های احکام حکومتی؛ سید علی حسینی، رساله‌ی دکتری
۵۳. الموسوعة الفقهية الكويتية؛ گروه مؤلفان، کویت، وزارة الأوقاف و الشؤون الإسلامية، چاپ سوم، ۱۴۰۶ ق.
۵۴. طبیعت و کشاورزی در اسلام، سید علی حسینی، تهران، شقایق روستا، چاپ اول، ۱۳۸۲.
۵۵. طبیعت و محیط زیست از دیدگاه اسلام، سید علی حسینی، نشر آیه حیات، چاپ اول، ۱۳۸۰.
۵۶. ترجمه تاریخ طبری، مترجم ابوالقاسم پاینده، تهران، انتشارات اساطیر، بی‌تا.
۵۷. تاریخ طبری؛ محمد بن جریر طبری، بیروت، مؤسسة الأعلمی للمطبوعات، چاپ پنجم، ۱۴۰۹ ق.
۵۸. تفسیر جامع البیان؛ محمد بن جریر طبری، بیروت، مؤسسة الرسالة، چاپ اول، ۱۴۱۵ هـ. ق.
۵۹. الدر المنثور فی تفسیر المائور؛ جلال الدین عبدالرحمن سیوطی، قم، مکتبه آیت الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۴ هـ. ق
۶۰. الكشف و البیان فی تفسیر القرآن. احمد بن ابراهیم ثعلبی نیشابوری، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چاپ اول، ۱۴۲۲ ق.
۶۱. الصحيح من سيرة النبي الاعظم؛ سید جعفر مرتضی عاملی، بیروت، دار السيرة چاپ چهارم، ۱۴۱۵ هـ. ق.
۶۲. الغدير؛ عبدالحسین احمد امینی، قم، مؤسسة دایرة المعارف فقه اسلامی، ۱۴۲۴ هـ. ق
۶۳. روضة المتقين؛ محمدتقی مجلسی، قم، مؤسسه‌ی فرهنگی اسلامی کوشانبور، چاپ دوم، ۱۴۰۶ هـ. ق.
۶۴. كنز العمال؛ متقی هندی، بیروت، دار الكتب العلمية، چاپ اول، ۱۴۱۹ ق.
۶۵. المستدرک علی الصحیحین؛ محمد بن عبدالله حاکم نیشابوری، قاهرة، دارالخفاجه، ۱۳۶۶ ق.
۶۶. اعلام الهدایه؛ گروه مؤلفان، قم، المجمع العالمی لأهل البيت ﷺ، چاپ اول، ۱۴۲۲ هـ. ق.

فهرست آیات و روایات

آیات

- وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ (سوره ی بقره، آیه ی ۲۳۳) ۱۷
- وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ (سوره ی یس، آیه ی ۷۳) ۹۱، ۵۵، ۲۴، ۲۳
- وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ (سوره ی مؤمنون، آیه ی ۲۱) ۹۱، ۲۴
- وَاللَّهُ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ (سوره ی نحل، آیه ی ۶۵) ۲۵
- الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ مَهْدًا وَسَلَكَ فِيهَا سُبُلًا وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْ نَّبَاتٍ شَتَّى كُلُوا وَارْعَوْا أَنْعَامَكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّأُولِي النُّهَى (سوره ی طه، آیه ی ۵۴ و ۵۳) ۲۵
- وَلَهُمْ فِيهَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ (سوره ی یس، آیه ی ۷۳) ۲۸، ۲۷
- وَسَقَاهُمْ رَبُّهُمْ شَرَابًا طَهُورًا (سوره ی انسان، آیه ی ۲۱) ۳۰
- وَأَسْقَيْنَاكُم مَّاءً فُرَاتًا (سوره ی المرسلات، آیه ی ۲۷) ۳۰
- وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ (سوره ی شعرا، آیه ی ۲۱۴) ۴۳
- وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ (سوره ی نحل، آیه ی ۵) ۹۰، ۵۵
- وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَّبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ (سوره ی نحل، آیه ی ۶۶) ۹۰، ۸۵
- مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وَعَدَ الْمُتَّقُونَ فِيهَا أَنْهَارٌ مِّنْ مَّاءٍ غَيْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِّنْ لَّبَنٍ لَّمْ يَتَغَيَّرْ طَعْمُهُ (سوره ی محمد، آیه ی ۱۵) ۹۲

روایات

- عن مُحَمَّدِ بْنِ الْحَسَنِ، عَنِ الصَّفَّارِ، عَنِ أَبِي الْخَطَّابِ، عَنِ الْحَكَمِ بْنِ مَسْكِينٍ عَنْ أَبِي خَالِدٍ الْكَعْبِيِّ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: ... فَإِذَا أَرْضَعْتَ كَانَ لَهَا بِكُلِّ مَصَّةٍ كَعْبِلٌ عِثْقٌ مُحَرَّرٌ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ، فَإِذَا فَرَعْتَ مِنْ رَضَاعِهِ ضَرَبَ مَلَكٌ كَرِيمٌ عَلَى جَنْبِهَا وَقَالَ: إِسْتَأْنِفِي الْعَمَلَ فَقَدْ غُفِرَ لَكَ..... ١٨
- فَلَكَ الْحَمْدُ يَا إِلَهِي إِذْ خَلَقْتَنِي بَشَرًا سَوِيًّا... طِفْلاً صَدِيقًا تُقَوِّتُنِي مِنَ التَّدْيِ لَبَنًا مَرِيئًا وَغَذَيْتَنِي غِذَاءً طَيِّبًا هَنِيئًا..... ١٨
- مَا مِنْ لَبَنٍ يُرَضَعُ بِهِ الصَّبِيُّ أَعْظَمَ بَرَكَةً عَلَيْهِ مِنْ لَبَنِ أُمِّهِ..... ١٩
- عَنْ أَبِي بصيرٍ قَالَ: أَكَلْنَا مَعَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَاتَانَا بِلَحْمٍ جَزُورٍ فَظَنَنْتُ أَنَّهُ مِنْ بَدَنَتِهِ فَأَكَلْنَا فَأَوْتِنَا بُعْسٌ مِنْ لَبَنٍ فَشَرِبَ، ثُمَّ قَالَ: إَشْرَبْ يَا أَبَا مُحَمَّدٍ فَذُقْتُهُ فَقُلْتُ: لَبَنٌ جُعِلْتُ فِدَاكَ؟ فَقَالَ: إِنَّهَا الْفِطْرَةُ ثُمَّ أَوْتِنَا بِتَمَرٍ فَأَكَلْنَا..... ٢٠
- إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أَتَى لَيْلَةَ أُسْرِي بِهِ بِإِيلِيَا؛ بِقَدَحَيْنِ، مِنْ خَمْرٍ وَلَبَنٍ، فَنَظَرَ إِلَيْهِمَا ثُمَّ أَخَذَ اللَّبَنَ، فَقَالَ جِبْرَائِيلُ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَذَاكَ لِلْفِطْرَةِ، وَلَوْ أَخَذْتَ الْخَمْرَ غَوَتْ أُمَّتُكَ..... ٢١، ٩٣
- عَنْ المحاسن، عَنْ أَبِيهِ عَنْ خَالِدِ بْنِ نَجِيحٍ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: اللَّبَنُ مِنْ طَعَامِ الْمُرْسَلِينَ. ٣٤
- عَنْ السَّكُونِيِّ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ أَبِيهِ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: شَكَى نُوْحٌ إِلَى اللَّهِ عَنْ ضَعْفِ بَدَنِهِ فَأَوْحَى اللَّهُ - تعالى - إِلَيْهِ اطْبِخِ اللَّبَنَ وَكُلْهَا فَإِنِّي جَعَلْتُ الْقُوَّةَ وَالْبَرَكََةَ فِيهَا..... ٣٥
- المحاسن عَنْ أَبِيهِ، عَنْ هَا دُونَ بْنِ صَدَقَةَ، عَنْ جَعْفَرِ بْنِ عَمْرٍو، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ آبَائِهِ، قَالَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - شَكَى نَبِيُّ إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ فِي بَدَنِهِ. فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ: اطْبِخِ اللَّحْمَ وَاللَّبَنَ فَإِنِّي قَدْ جَعَلْتُ الْبَرَكََةَ وَالْقُوَّةَ فِيهِمَا..... ٣٥
- المحاسن عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عِيسَى الْيَقْطِينِيِّ، عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ الدِّهْقَانِ عَنْ دُرُسْتٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سِنَانٍ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: شَكَى نَبِيُّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ. فَقَالَ لَهُ: اطْبِخِ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ وَ قَالَ: إِنَّهُمَا يَشُدُّانِ الْجِسْمَ. قُلْتُ: هِيَ الْمَضْيَرَّةُ؟ قَالَ: لَا وَلَكِنَّ اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ الْحَلِيبِ..... ٣٥، ٩٦
- المحاسن عَنْ أَبِيهِ، عَنْ سَعْدِ بْنِ الْأَصْبَغِ، عَنْ عَلِيٍّ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: إِنَّ نَبِيًّا الْأَنْبِيَاءِ شَكَى إِلَى اللَّهِ الضَّعْفَ فِي أُمَّتِهِ فَأَمَرَهُمْ أَنْ يَأْكُلُوا اللَّحْمَ بِاللَّبَنِ، فَفَعَلُوا فَاسْتَبَانَتِ الْقُوَّةُ فِي أَنْفُسِهِمْ..... ٣٦

- المحاسن، عن أبيه، عن محمد بن سنان، عن زياد بن أبي الحلال، قال: تَعَشَّيْتُ مع أبي عبد الله - عليه السلام -
- بِلَحْمٍ مُلَيَّنٍ، فقال: هذا مَرَقُ الأنبياء. ٣٦
- بالسناد الى الصدوق عن أبيه عين محمد العطار عن ابن ابان، عن ابن أوزمة، عن علي بن محمد
الخياط، عن علي بن أبي حمزة، عن أبي بصير، عن أبي عبد الله - عليه السلام - ... وأوحى الله تعالى - إلى صالح
أن قل لهم: «إِنَّ اللَّهَ جَعَلَ لِهَذِهِ النَّاقَةِ شَرْبَ يَوْمٍ وَلَكُمْ شَرْبَ يَوْمٍ، فَكَانَتِ النَّاقَةُ إِذَا شَرِبَتْ يَوْمَهَا
شَرِبَتِ الْمَاءَ كُلَّهُ، فَيَكُونُ شَرَابُهُمْ ذَلِكَ الْيَوْمَ مِنْ لَبَنٍهَا فَيَحْلُبُونَهَا فَلَا يَبْقَى صَغِيرٌ وَلَا كَبِيرٌ إِلَّا شَرِبَ
مِنْ لَبَنِهَا..... ٣٨
- كان النَّبِيُّ يُحِبُّ مِنَ الشَّرَابِ اللَّبَنَ..... ٩٨، ٤٠
- علي بن ابراهيم، عن أبيه، عن حنان بن سدير، عن أبيه، قال: كان علي بن الحسين يُحِبُّ أَنْ يَرَى
الرَّجُلَ تَمَرِيًّا لِحُبِّ رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - التَّمَرِ. ٤٠
- حدثني محمد بن حسن بن احمد بن الوليد. قال: حدثني محمد بن علي بن الحسين، عن أبيه، عن
جده، عن علي بن ابي طالب - عليه السلام - قال: زارنا رسول الله - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - ذاتَ يَوْمٍ فَقَدَّمْنَا إِلَيْهِ طَعَامًا وَأَهْدَتْ
إِلَيْنَا أُمُّ أَيْمَنَ صَفْحَةً مِنْ تَمَرٍ وَقَعْبًا مِنْ لَبَنٍ وَزُبْدٍ فَقَدَّمْنَا إِلَيْهِ فَأَكَلَ مِنْهُ..... ٤١
- وكان - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يَأْكُلُ التَّمَرُ وَيَشْرَبُ عَلَيْهِ الْمَاءَ وَكَانَ يَجْتَمِعُ اللَّبَنُ وَالتَّمَرُ وَيُسَمِّهُمَا الْأَطْيَبَيْنِ. ٤٢
- قال علي بن الحسين... قالت عمتي زينب: حَدَّثَنِي أُمُّ أَيْمَنَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - زَارَ مَنْزِلَ فَاطِمَةَ
فِي يَوْمٍ مِنَ الْأَيَّامِ... فَأَتَيْنَهُمْ بَعْضُ فِيهِ لَبَنٌ وَزُبْدٌ فَأَكَلَ رَسُولُ اللَّهِ وَعلَى وَفَاطِمَةُ وَالحَسَنُ وَ
الحُسَيْنُ... وَشَرِبَ رَسُولُ اللَّهِ وَشَرَبُوا مِنْ ذَلِكَ اللَّبَنِ ثُمَّ غَسَلَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يَدَهُ... فَلَمَّا فَرِغَ
مِنْ غَسْلِ يَدِهِ مَسَحَ وَجْهَهُ..... ٤٢
- إِنَّ هَذَا أَخِي وَوَصِيَّ وَخَلِيفَتِي فَاسْمَعُوا لَهُ وَأَطِيعُوهُ..... ٤٤
- أَبِي، عَنْ ابْنِ أَبِي عُمَيْرٍ، عَنْ هِشَامِ بْنِ سَالِمٍ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عليه السلام - ثُمَّ أَتَانِي الْخَازِنُ بِثَلَاثَةِ إِنَاءٍ، إِنَاءٌ
فِيهِ لَبَنٌ وَإِنَاءٌ فِيهِ مَاءٌ وَإِنَاءٌ فِيهِ خَمْرٌ وَسَمِعْتُ قَائِلًا يَقُولُ: ... وَإِنْ أَخَذَ اللَّبَنَ هَدَيْتَ وَهَدَيْتَ أَمْشَكَ
فَأَخَذْتُ اللَّبَنَ وَشَرِبْتُ مِنْهُ..... ٤٥
- فَوُلِدَتْ عَلِيًّا - عليه السلام - ... فَأَحَبَّهُ رَسُولُ اللَّهِ شَدِيدًا وَقَالَ لَهَا: اجْعَلِي مَهْدَهُ قُرْبَ فِرَاشِي وَكَانَ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ -
يَكِي أَكْثَرَ تَرْبِيَّتِهِ وَكَانَ يُظَهِّرُ عَلِيًّا فِي وَقْتِ غَسْلِهِ وَيُوجِرُهُ اللَّبَنَ عِنْدَ شُرْبِهِ..... ٥٠

- كَانَ عَلِيٌّ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - يُعْجِبُهُ أَنْ يُفْطِرَ عَلَى اللَّبَنِ ٥١
- عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ لَهُ رَجُلٌ: إِنِّي أَكَلْتُ لَبَنًا فَضَرَرَنِي، فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - لَا وَاللَّهِ مَا ضَرَفْتُ وَلَكِنَّكَ أَكَلْتَهُ مَعَ غَيْرِهِ فَضَرَكَ الَّذِي أَكَلْتَهُ فَظَنَنْتَ أَنَّ ذَلِكَ مِنَ اللَّبَنِ ٥٤
- اللَّبَنُ أَحَدُ اللَّحْمَيْنِ ٩٤، ٥٦، ٥٤
- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - عَلَيْكُمْ بِالْأَلْبَانِ فَإِنَّهَا تَمْسَحُ الْحَرَّ عَنِ الْقَلْبِ كَمَا يَمْسَحُ الْإِصْبَعُ الْعَرَقَ عَنِ الْجَبِينِ، وَتَشُدُّ الظَّهْرَ وَتَزِيدُ فِي الْعَقْلِ وَتُزَكِّي الذَّهْنَ وَتَجْلُو الْبَصَرَ وَتَذْهَبُ النِّسيانَ ٩٤، ٥٦
- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - سَيِّدُ الْأَشْرِيَةِ اللَّبَنُ ٥٧
- لَيْسَ يُجْزِيءُ مَكَانَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنُ ٩٤، ٥٧
- مَا هُوَ الْكَوْثَرُ؟ ... نَهْرٌ يُجْرِي تَحْتَ عَرْشِ اللَّهِ مَاؤُهُ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ ٥٨
- لَمَّا أَسْرَى بِي رَأَيْتُ فِي الْجَنَّةِ نَهْرًا أَبْيَضَ مِنَ اللَّبَنِ ١٠١، ٥٨
- الصَّدُوقُ فِي ثَوَابِ الْأَعْمَالِ بِإِسْنَادِهِ، عَنْ أَبِي الْحَسَنِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: الرَّجَبُ نَهْرٌ فِي الْجَنَّةِ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ ٥٩
- كَانَ الْحَجَرُ الْأَسْوَدُ أَشَدُّ بَيَاضاً مِنَ اللَّبَنِ ٥٩
- كَانَتْ زَمْزَمُ أَبْيَضَ مِنَ اللَّبَنِ ٥٩
- عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الْأَصْفَهَانِيِّ قَالَ: كُنْتُ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ: وَأَنَا أَسْمَعُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ إِنِّي أَحَدُ الضَّعْفِ فِي بَدَنِي أَوْ قَلْبِي فَقَالَ: عَلَيْكَ بِاللَّبَنِ فَإِنَّهُ يُنَبِّتُ اللَّحْمَ وَيَشُدُّ الْعَظْمَ ٦٠
- عَنْ عَبْدِ الرَّحِيمِ بْنِ عَبْدِ الْمَجِيدِ الْقَصِيرِ، عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ الصَّادِقِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الضَّأْنِ بِاللَّبَنِ فَبَانَتْهُ يُخْرِجُ مِنْ أَوْصَالِهِ كُلِّ دَاءٍ وَغَائِلَةٍ وَيُقَوِّي جِسْمَهُ وَ يَشُدُّ مَتْنَهُ ٦١
- عَنْ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - أَشْتَكِي نَبِيٍّ مِنَ الْأَنْبِيَاءِ قَبْلِي ضَعِفاً فِي بَدَنِهِ إِلَى رَبِّهِ تَعَالَى. فَأَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَيْهِ أَنْ أَطْبِخَ اللَّحْمَ وَاللَّبَنَ [فَكُلُهُمَا] فَإِنِّي جَعَلْتُ الْقُوَّةَ فِيهِمَا ٦١
- اللَّحْمُ وَاللَّبَنُ يُنْبِتَانِ اللَّحْمَ وَيَشُدُّانِ الْعِظَامَ ١٠٢، ٦٢
- مَنْ تَغَيَّرَ عَلَيْهِ مَاءُ الظَّهْرِ فَإِنَّهُ يَنْفَعُ لَهُ اللَّبَنُ الْحَلِيبُ وَلَعَسَلٌ ١٠٣، ٨٦، ٦٢
- فَقَالَ (رَسُولُ اللَّهِ) جَمَعْتَ بَيْنَ اللَّحْمَيْنِ ٦٣

- اللَّبَنُ أَحَدَ اللَّحْمَيْنِ..... ٦٣
- وروى عن رسول الله - ﷺ - دَخَلَ عَلَى فَاطِمَةَ لَيْلَةً عُدْسُهَا بِقَدَحٍ مِنْ لَبَنٍ فَقَالَ: إِشْرِبِي هَذَا فَذَاكَ أَبُوكَ، ثُمَّ قَالَ لَعَلِّي: إِشْرَبِ فَذَاكَ ابْنُ عَمِّكَ..... ١٠١، ٦٣
- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: إِسْقُوا نِسَاءَكُمْ الْحَوَامِلَ الْاَلْبَانَ فَإِنَّهَا تَزِيدُ فِي عَقْلِ الصَّبِيِّ..... ١٠٤، ٦٤
- عَلَيْكُمْ بِالْبَانَ الْبَقَرِ..... ٦٨
- عَنْ إِبْرَاهِيمَ ابْنِ أَبِي الْبَلَادِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، قَالَ: شَكَّوتُ إِلَى أَبِي جَعْفَرٍ ذَرِيًّا وَجَدْتُهُ، فَقَالَ لِي: مَا يَمْنَعُكَ مِنْ شُرْبِ الْبَنَانِ الْبَقَرِ؟ فَقَالَ لِي: أَشَرَبْتَهَا قَطْرًا؟ فَقُلْتُ لَهُ: نَعَمْ مِرَارًا، فَقَالَ: كَيْفَ وَجَدْتَهَا؟ فَقُلْتُ: وَجَدْتُهَا تَدْبِغُ الْمِعْدَةَ وَتَكْسُوا الْكَلَيْتَيْنِ السَّحْمَ وَتُشْبِي الطَّعَامَ. فَقَالَ لِي: لَوْ كَانَتْ أَيَّامُهَا لَخَرَجْتَ أَنَا وَأَنْتَ إِلَى يَنْبُغٍ حَتَّى نَشْرِبَهُ أَوْ نَشْرِبُهَا..... ١٠٢، ٦٨
- الْبَقَرُ تَغْدُو بِخَيْرٍ وَتَرَوْحُ بِخَيْرٍ..... ٦٩
- قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ: حَسُو اللَّبَنَ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ..... ٧٠
- وَرَوَى عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عليه السلام - قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ - ﷺ - لَوْ أَغْنَى عَنِ الْمَوْتِ شَيْءٌ لَأَغْنَتْ التَّلْبِينَةُ، فَقِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا التَّلْبِينَةُ؟ قَالَ: الْحَسُو، بِاللَّبَنِ، وَكَزَّرَهَا ثَلَاثًا..... ٧٠
- قَالَ عَلِيُّ - عليه السلام - ... وَأَلْبَانُهَا دَوَاءٌ..... ٧١
- لَبَنُ الْبَقَرِ شِفَاءٌ..... ٧٢
- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - : مَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنْ دَاءٍ إِلَّا وَقَدْ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً وَفِي الْبَانَ الْبَقَرِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ٧٢
- جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ - ﷺ - أَنْتَ تَلَوُّ؟ فَقَالَ: نَعَمْ، تَلَوُّوا. فَإِنَّ اللَّهَ - تَبَارَكَ وَتَعَالَى - لَمْ يَنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ دَوَاءً، عَلَيْكُمْ بِالْبَانَ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا تَرْمُ مِنْ كُلِّ الشَّجَرِ..... ١٠٣، ٧٣
- الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أَجْزَى بِهِ..... ٧٦
- إِنَّ عَلَيَّ أَنْ يَسْتَحِبُّ أَنْ يُفْطِرَ عَلَى اللَّبَنِ..... ٩٦، ٧٦
- عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ كَانَتْ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ - شَرَكَةً يُفْطِرُ عَلَيْهَا وَشَرَكَةً لِلْسَّحَرِ وَرَبَّمَا كَانَتْ وَاحِدَةً وَرَبَّمَا كَانَتْ لَبْنًا..... ٩٩، ٧٧
- إِنَّ التَّلْبِينَ يَجْلُو الْقَلْبَ الْحَزِينَ كَمَا يَجْلُو الْأَضَاغُ الْعَرَقُ مِنَ الْجَبِينِ..... ١٠٤، ٧٨
- قَالَ - ﷺ - : شُرْبُ اللَّبَنِ مِنَ الْإِيمَانِ..... ٩٤، ٧٨

- شَرِبُ اللَّبَنِ مَحْضُ الْإِيمَانِ ٧٩
- إِذَا شَرِبْتُمُ اللَّبَنَ فَتَمَضَّمُوا فَإِنَّ لَهَا ذِمًّا ٨١
- اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَارْزُقْنَا خَيْرَ أَمْنِهِ ٨٣
- اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَارْزُقْنَا مِنْهُ ٨٣
- اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا وَزِدْنَا مِنْهُ ٩٥، ٨٣
- اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَابْدِلْنَا بِهِ خَيْرَ أَمْنِهِ ٩٥، ٨٤
- عَنْ السَّكُونِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - نَهَى رَسُولُ اللَّهِ أَنْ يَشَابَ اللَّبَنُ بِالمَاءِ لِلْبَيْعِ ٩٩، ٨٥
- وَقَالَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - مَنْ غَشَّ الْمُسْلِمِينَ حَشَرَمَعَ الْيَهُودِ يَوْمَ الْقِيَمَةِ لِأَنَّهُمْ أَغَشَّ النَّاسَ لِلْمُسْلِمِينَ ٨٦
- مَنْ حَفِظَ عَلَى أُمَّتِي أَرْبَعِينَ حَدِيثًا يَنْتَفِعُونَ بِهَا بَعَثَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ فَقِيهًا عَالِمًا ٨٩
- عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - إِنَّهُ قَالَ فِي حَدِيثٍ وَسَيِّدُ الْأَشْرِيَةِ اللَّبَنُ ٩٤
- عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: اللَّبَنُ مِنْ طَعَامِ الْمُرْسَلِينَ ٩٥
- عَنْ السَّكُونِيِّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَنْ آبَائِهِ - عَلَيْهِمُ السَّلَامُ - قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَيْسَ أَحَدٌ يَغُصُّ بِشُرْبِ اللَّبَنِ لِأَنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى يَقُولُ: لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ ٩٦
- عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ : قَالَ أَلْبَانُ الْبَقَرِ دَوَاءً ٩٦
- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - لِعَمَّتِهِ: مَا يَمْنَعُكَ أَنْ تَتَّخِذِي فِي بَيْتِكَ بَرَكَةً؟ قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْبَرَكَةُ؟ قَالَ: شَاةٌ تُحْلَبُ فَإِنَّهُ مَنْ كَانَ فِي دَارِهِ شَاةٌ تُحْلَبُ أَوْ نَعْبَةٌ أَوْ بَقَرَةٌ تُحْلَبُ فَبَرَكَاتٌ كُلُّهُنَّ ... ٩٧
- قَالَ سَمِعْتُ الرِّضَا - عَلَيْهِ السَّلَامُ - يَقُولُ: لَا بَأْسَ بِأَكْلِ لُحُومِ الْجَوَامِيسِ وَشُرْبِ أَلْبَانِهَا وَأَكْلِ سُمُونِهَا ٩٧
- عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ لَهُ رَجُلٌ: إِنِّي أَكَلْتُ لَبَنًا فَضَرَرَنِي، فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - لَا وَاللَّهِ مَا ضَرَفْتُ وَلَكِنَّكَ أَكَلْتَهُ مَعَ غَيْرِهِ فَضَرَرَكَ الَّذِي أَكَلْتَهُ فَظَنَنْتَ أَنَّ ذَلِكَ مِنَ اللَّبَنِ ٩٨
- عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ: مَنْ أَصَابَهُ ضَعْفٌ فِي قَلْبِهِ أَوْ بَدَنِهِ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الصَّانِ بِاللَّبَنِ ٩٨
- قَالَ الصَّادِقُ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - اللَّحْمُ بِاللَّبَنِ مَرَقُ الْأَنْبِيَاءِ ١٠٠
- أَنَّ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - دَخَلَ عَلَى أُمِّ هَانِئٍ، فَقَالَتْ أُمُّ هَانِئٍ: قَدِمِي لِأَبِي الْحَسَنِ طَعَامًا، فَقَدِمْتُ مَا كَانَ فِي الْبَيْتِ، فَقَالَ: مَا لِي لَا أَرَى عِنْدَكُمْ الْبَرَكَةَ؟ فَقَالَتْ أُمُّ هَانِئٍ لِأَبِي الْحَسَنِ: أَوَلَيْسَ هَذَا بَرَكَةً؟ فَقَالَ: لَسْتُ أَغْنِي هَذَا إِنَّمَا أَعْنِي الشَّاةَ، فَقَالَتْ: مَا لَنَا مِنْ شَاةٍ فَأَكُلُ وَأَسْتَسْقِي ١٠٠

- قَالَ النَّبِيُّ - ﷺ -: لَوْ أَغْنَى عَنِ الْمَوْتِ شَيْءٌ لَأَغْنَتِ الْمُثَلَّثَةُ، قِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْمُثَلَّثَةُ؟ قَالَ: الْحَسُّوُّ بِاللَّبَنِ..... ١٠٢
- قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ - ﷺ -: حَسُّو اللَّبَنِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا الْمَوْتَ..... ١٠٣
- عَنْ بَعْضِ أَصْحَابِنَا قَالَ سَمِعْتُ أَشْيَاخَنَا يَقُولُونَ: إِنَّ الْبَانَ اللَّقَاحَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ وَعَاهَةٍ..... ١٠٤
- قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ - ﷺ -: الْجُبْنُ وَالْجَوُزُ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا الشِّفَاءُ، فَإِنْ افْتَرَقَا كَانَ فِي كُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا الدَّاءُ..... ١٠٥
- كُلُوا الْجُبْنَ فَإِنَّهُ يُورِثُ النُّعَاسَ وَيَهْضُمُ الطَّعَامَ..... ١٠٥
- كَانَ رَسُولُ اللَّهِ - ﷺ -: يَأْكُلُ الْقِثَاءَ بِالْمِلْحِ وَيَأْكُلُ الْبُطِيخَ بِالْجُبْنِ..... ١٠٥
- عَنْ رَسُولِ اللَّهِ - ﷺ -: مَا مِنْ امْرَأَةٍ حَامِلَةٍ أَكَلَتْ الْبُطِيخَ بِالْجُبْنِ إِلَّا يَكُونُ مَوْلُودُهَا حَسَنَ الْوَجْهِ وَالْخَلْقِ..... ١٠٦
- قَالَ الصَّادِقُ - ﷺ -: نَعَمْ اللَّقْمَةُ الْجُبْنُ يُطَيِّبُ النِّكَهَةَ وَيَهْضُمُ مَا قَبْلَهُ، وَيَمْرِئُ مَا بَعْدَهُ..... ١٠٦
- عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ الْعَاصِمِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ مَدَّةَ، قَالَ حَجَجْتُ وَ سَعَى جَمَاعَةٌ مِنْ أَصْحَابِنَا فَأَتَيْتِ الْمَدِينَةَ فَاسْتَقْبَلَنَا أَبُو الْحَسَنِ مُوسَى، ... ثُمَّ أَتَى بِجُبْنٍ مُبْزَرٍّ، فَقَالَ: كُلُوا؛ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. فَإِنَّ هَذَا إِطْعَامُكَ يَعْجَبُ مُحَمَّدُ بْنُ عَلِيٍّ..... ١٠٦
- عَنْ أَبِي سُلَيْمَانَ الْجَمَارِ، قَالَ: كُنَّا عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ - ﷺ - فَجَاءَنَا بِمَضِيرَةٍ وَبَعْدَهَا بِطَعَامٍ ثُمَّ أَتَى بِقِنَاعٍ مِنْ زُطْبٍ عَلَيْهِ الْوَأْنُ..... ١٠٧

نمایه

آ	ا
آب زمزم ۵۹	أصبغ ۳۶
حضرت آدم ۳۴	أم ایمن ۴۱
ب	حضرت ابراهیم ۷۶، ۴۵
بانک مرکزی ۱۱	ابوالحسن اصفهانی ۶۰
بنی اسرائیل ۴۸	ابوبصیر ۲۱، ۲۰
بنی عقیل ۴۳	ابوسلمه مدنی ۷۷
پ	ابوقییس ۴۸
پرورش پور، صفاء الدین ۱۵	ابولهب ۴۴
پنیر ۱۰۵، ۱۰۶	اسفع ۴۸
ت	حضرت اسماعیل ۱۸
تسلخا ۳۷	اصحاب کھف ۳۷
تفسیر منهج الصادقین ۳۳	ام ایمن ۴۲
ث	ام سلمه ۴۲
ثمود ۳۸	ام هانی ۱۰۱، ۱۰۰
	امیرالمؤمنین ← حضرت علی علیه السلام
	انس بن مالک ۷۷، ۹۹

ج

جابر بن عبدالله انصاری ۷۲، ۷۳

جبرئیل ۲۱، ۲۲، ۴۵، ۹۳

جبیر ۴۳

جعه ۷۷

امام جعفر صادق علیه السلام ۱۳، ۱۸، ۲۰، ۲۱، ۳۴،

۳۵، ۳۶، ۳۸، ۴۰، ۵۱، ۵۴، ۶۰، ۶۲، ۶۵،

۶۶، ۷۰، ۷۱، ۷۶، ۸۱، ۸۵، ۸۶، ۹۵، ۹۶،

۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷

جندب بن جناده ۴۷

جنگ صفین ۴۸

امام جواد علیه السلام ۸۳

ح

حبهی بن جوین عرنی ۴۹

حجتی، مهناز ۱۲

حجر الأسود ۵۹

حجر بن عدی ۴۷

امام حسن علیه السلام ۴۲، ۴۸، ۵۱، ۷۷

امام حسین علیه السلام ۱۸، ۴۲، ۴۸، ۵۱، ۶۵، ۶۶،

۱۰۶، ۱۰۷

حسینی، سید علی ۱۲، ۱۵

حلیمه ی سعیدیه ۴۶

حئان بن سدیر ۴۱

حنیفة بن یمان ۴۸

خ

خالد بن نجیح ۳۴

خریزه ۱۰۵، ۱۰۶

خرما ۲۱، ۴۱، ۴۲، ۴۶، ۵۰، ۵۱، ۸۱، ۱۰۰، ۱۰۷

خیار ۱۰۶

د

درمان و آموزش پزشکی ۱۱

دریای سرخ ۱۰۲

دوغ ۱۰۷

ر

رسول خدا ← حضرت محمد صلی الله علیه و آله

امام رضا علیه السلام ۹۷

رقه ۶۵

روز عرفه ۱۸

ز

زیاد بن ابی جلاذ ۳۶

زینب کبرا علیها السلام ۴۲

س

امام سجاد علیه السلام ۱۷، ۴۱، ۴۲، ۴۸، ۵۰، ۷۲

سعد بن عباده ۴۳

سکونی ۹۶، ۷۱، ۵۴، ۴۰

سلمان فارسی ۵۷

ع

عبدالله بن سنان ۳۵، ۳۶

عبید بن یحیی ثوری ۴۱

عریس ۴۳

عسل ۶۲، ۷۵، ۷۷، ۷۸، ۸۶، ۱۰۴

علامه طباطبائی ۲۶، ۳۱

حضرت علی علیه السلام ۱۹، ۳۶، ۳۷، ۴۱، ۴۲، ۴۴، ۴۵

۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۶، ۵۸، ۶۲، ۶۳

۶۵، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۶، ۹۴، ۹۶، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۳

علی بن ابراهیم ۴۱

عمار ۴۸، ۴۹

حضرت عیسیٰ ۴۵

غ

غیاث بن ابراهیم ۷۶

ف

حضرت فاطمه علیها السلام ۴۲، ۵۱، ۶۳، ۶۵، ۱۰۱

ک

کسائی ۳۰

کوثر ۵۸

گ

گاو ۲۸، ۳۱، ۳۲، ۴۷، ۶۸، ۶۹، ۷۱، ۷۲، ۷۳

ش

شب معراج ۲۱، ۹۳

شتر ۲۰، ۲۸، ۳۱، ۳۸، ۳۹، ۴۲، ۴۳، ۴۷، ۶۸

۹۲، ۱۰۴

شراب ۲۱، ۲۲، ۴۵، ۹۳

شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) ۱۲

شیخ ابوالفتوح رازی ۳۰

شیر ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰

۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰

۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸

۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷

۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷

۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶

۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵

۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴

۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴

۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳

۱۰۴

ص

صالح ۳۸، ۳۹

مسجد قبا ۷۷	۱۰۳، ۱۰۲، ۹۷، ۹۶، ۹۲، ۷۵، ۷۴
مسجد قدس ۴۵	گاومیش ۹۷
مسجد کوفه ۶۷	گردو ۱۰۵
معاویه بن عبدالله ۴۲	گوسفند ۲۸، ۳۱، ۳۲، ۴۷، ۶۸، ۹۲، ۹۷، ۱۰۱
معاویه ۷۷	گوشت ۲۰، ۲۷، ۲۹، ۳۳، ۳۵، ۳۶، ۴۴، ۵۶
مکارم الاخلاق ۳۶	۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۸، ۷۵، ۹۴، ۹۷، ۹۸
ملافتح الله کاشانی ۳۳	۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲
مهری ۴۳	
مهندس چمنی ۱۲	م ۱۴، ۳۶، ۵۱، ۱۰۶، ۱۰۷
حضرت موسی ۴۵	مجلسی اول ۶۹
امام موسی کاظم علیه السلام ۵۱، ۵۹، ۶۲، ۷۹، ۸۶	محاسن ۴۰، ۵۱، ۷۲، ۷۳، ۷۶
۱۰۳، ۱۰۶، ۱۰۷	حضرت محمد صلی الله علیه و آله ۹، ۱۸، ۲۱، ۳۵، ۴۰، ۴۱
میش ۶۱، ۹۷، ۹۸	۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۵۰، ۵۱
میقانی، رضا ۱۵	۵۴، ۵۷، ۵۸، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۹
ن ۷۸، ۷۷، ۷۶، ۷۵، ۷۴، ۷۳، ۷۲، ۷۰	
حضرت نوح ۳۵	۷۹، ۸۱، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۹۴، ۹۳، ۹۵
نوفلی ۴۰	۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۳، ۱۰۵، ۱۰۶
امام محمد باقر علیه السلام ۵۱، ۶۸، ۶۹، ۷۲، ۷۳، ۷۶	
و ۱۰۲	
وزارت بهداشت ۱۱	محمد بن سنان ۳۶
ی ۶۲	محمد بن مسلم ۶۲
ی ۱۰۶	مدینه ۱۰۶
یَنبُع ۱۰۲، ۶۹	مرکز آمار ایران ۱۱