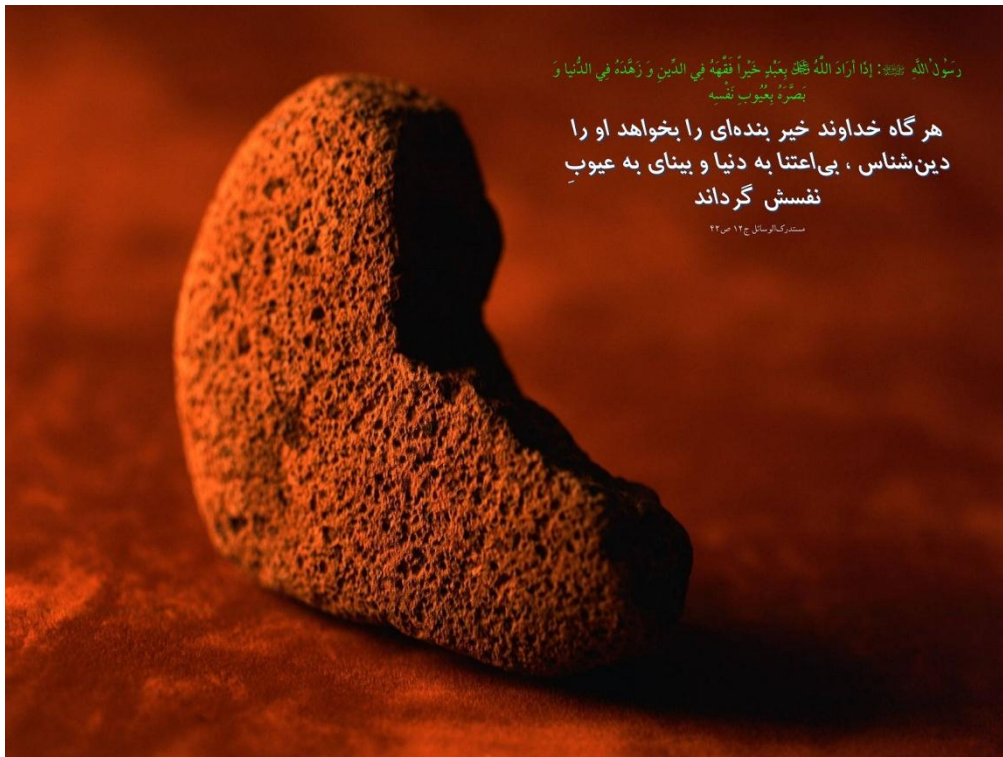


به نام خداوند مهربان



حکمت ۸۵- پرهیز از ادعاهای علمی (علمی اخلاقی)

وَقَالَ [عليه السلام] مَنْ تَرَكَ قَوْلَ لَا أُذْرِي أُصِيبَتْ مَقَاتِلُهُ.

و درود خدا بر او فرمود : کسی که از گفتن "نمی دانم" روی گردان است ، به هلاکت و نابودی می رسد.

"هفت خصلت مومن از زبان دلنشین مولایمان امیر مومنان علی (ع)"

مومن کسی است که:

- ۱- کسبش حلال است
- ۲- اخلاقش مهربان و رئوف است
- ۳- قلبش سالم از کینه و کدورت است
- ۴- زیادی مالش را انفاق کند
- ۵- زیادی سخنش را نگه می دارد
- ۶- مردم از شرش در امان باشند و به خیرش امیدوار
- ۷- و او از خود درباره دیگران انصاف می دهد

سخاوت و بخشندگی اندازه ای دارد ،
اگر از آن بیشتر شود ، اسراف است.
حزم و دور اندیشی نیز حدی دارد ،
اگر بیش از آن شود ترس است.
میانہ روی در خرج هم اندازه ای دارد ،
اگر افراط شود بخل است.
شجاعت نیز اندازه ای دارد ، اگر آن نیز
بیشتر شود ، تهور و بی باکی است .

بحارالانوار، ج ۷۸، ص ۳۷۷

در تعدادی از آیات قرآنی، از امور مهمی که مربوط به زمان آینده است البته نسبت به زمان نزول آن آیات، پیشگوئی‌هایی شده است که همه آنها در مدتی بعد از پیشگوئی به وقوع پیوسته‌اند. البته لازم به یادآوری است که قرآن یک کتاب برای پیشگویی نیست بلکه بنا به دلایلی مانند وعده پیروزی بر دشمن با وجود عده کم را برای تقویت مسلمانان داده است که در اینجا به نمونه‌هایی از این پیشگوئی‌ها می‌پردازیم.

پیشگوئی درباره جنگ بدر

در جنگ بدر تعداد لشکر مسلمانان کمتر از لشکر مشرکان بود و همچنین از نظر وسایل جنگی نیز ضعیف بودند تا جائیکه فقط از لشکر اسلام، مقداد و زبیر بن عوام سواره بوده و بقیه با پای پیاده آماده جنگ گشته بودند.

در مقابل مشرکین آنچنان از نیروی بیشتری برخوردار بودند که مومنین از جنگ با آنها در ترس بسر می‌بردند اما خداوند در آیه ۷

سوره انفال وعده پیروزی را بر مسلمانان می‌دهد که در این جنگ پیروز خواهند شد وعده خداوند چنین است :

وَإِذْ يَعِدُكُمُ اللَّهُ إِحْدَى الطَّائِفَتَيْنِ أَنَّهَا لَكُمْ وَتَوَدُّونَ أَنَّ غَيْرَ ذَاتِ الشَّوْكَه تَكُونُ لَكُمْ وَيُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُحِقَّ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَيَقْطَعَ دَابِرَ الْكَافِرِينَ

و به یاد آر آنگاه را که خدا به شما وعده داد که یکی از آن دو گروه به دست شما افتد و دوست داشتید که آن گروه که عاری از قدرت است ، به دست شما افتد ، حال آنکه خدا می خواست با سخنان خویش حق را بر جای خود نشانند و ریشه کافران را قطع کند .

که در این آیه برای مومنین وعده غلبه و پیروزی بر دشمنان و از بین رفتن کفار را دارد .

پیشگویی در سر نوشت دشمنان پیامبر

روزی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در مکه از کنار عده‌ای عبور می کردند آنها پیامبر را مسخره کردند که این همان کسی است که خیال می کند پیامبر است و جبرئیل با اوست، در این هنگام آیات ۹۶ تا ۹۴ سوره حجر نازل شد که:

فَاصْدَعْ بِمَا تُؤْمَرُ وَأَعْرِضْ عَنِ الْمُشْرِكِينَ. إِنَّا كَفَيْنَاكَ الْمُسْتَهْزِئِينَ. الَّذِينَ يَجْعَلُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ فَسَوْفَ يَعْمَلُونَ

آنچه را مامور هستی آشکارا بیان کن و از مشرکان روی گردان . ما مسخره کنندگان را از تو رفع خواهیم نمود، همانانی که به خدا شرک می‌ورزند و آنان بزودی اطلاع خواهند یافت .

و به پیامبر مژده پیروزی و کمکهای غیبی خداوندی و شکست سرکشان را که پیامبر را مسخره می کردند را داد، با توجه به اینکه این آیه هنگامی نازل شد که کسی تصور نمی کرد روزی خواهد آمد که قریش شکست خود را با چشم و دست خود لمس کند و روزی عظمت قریش بشکند که این آیه چنین روزی را نوید می‌دهد

پیشگویی درباره جنگ ایران و روم

در سوره روم آیات ۲-۵ به این پیشگویی می‌پردازد با این بیان که:

غَلَبَتِ الرُّومُ . فِي أَدْنَى الْأَرْضِ وَهُمْ مِّنْ بَعْدِ غَلَبِهِمْ سَيَغْلِبُونَ . فِي بَضْعِ سِنِينَ لِلَّهِ الْأَمْرُ مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدِ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ . بَنَصْرَ اللَّهِ يَنْصُرُ مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ .

"رومیان مغلوب شدند در نزدیک این سرزمین و پس از مغلوب شدن بار دیگر غالب خواهند شد، در مدت چند سال فرمان ، فرمان خداست ، چه پیش از پیروزی و چه بعد از آن و در آن روز مؤمنان شادمان می شوند ، به یاری خدا ، خدا هر کس را که بخواهد یاری می کند ، زیرا پیروزمند و مهربان است "

که رومیان توسط ایران شکستی خورده بودند ولی رومیان در مدت کمتر از ده سال بر ایران پیروز شدند و وارد سرزمین فارس گردیدند.

نکته سلامتی - پزشکی

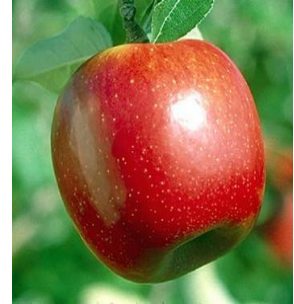
مصرف چای بلافاصله بعد از غذا، کم خونی می آورد



مصرف چای با فاصله کوتاهی بعد از غذا، می تواند انسان را در معرض کمبود آهن و کم خونی قرار دهد.

دکتر ابوالقاسم جزایری، مشاور تغذیه‌ای معاون بهداشتی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ضمن بیان این مطلب اظهار داشت: چای دارای ماده‌ای به نام «تانن» است که با آهن موجود در منابع گیاهی ایجاد ترکیبی به نام «تانات آهن» می کند و موجب دفع آهن از بدن می شود و این امر به ویژه برای افرادی که مبتلا به کم خونی و فقر آهن هستند، مضر بوده و کم خونی آنان را تشدید می کند. وی ادامه داد: چای حاوی یک فاکتور ضد ویتامین B₁₂ است و مانع استفاده بدن از ویتامین B₁₂ می شود بنابراین نتیجه می گیریم که مصرف چای با فاصله کوتاهی بعد از غذا، می تواند انسان را در معرض کمبود آهن و نیز کمبود ویتامین B₁₂ قرار دهد. دکتر جزایری تصریح کرد: چنانچه مقدار آهن با ویتامین B₁₂ در غذای انسان کافی نباشد، می تواند اثرات مضر قابل توجهی را از خود به جا بگذارد. بنابراین توصیه می شود حتی المقدور یک یا دو ساعت بعد از صرف غذا، چای بخورند و همچنین از خوردن چای پررنگ پرهیز کنند.

مصرف روزانه یک عدد سیب باعث لاغری می شود



بر اساس نتایج پژوهشی که روی زنان ۴۵ تا ۶۷ سال انجام گرفت، مصرف روزانه یک عدد سیب به کاهش وزن کمک می کند و میزان کلسترول مضر را کاهش می دهد.

پژوهشی که محققان دانشگاه فلوراید ایالات متحدهی آمریکا انجام داده و در کنگرهی Experimental Biology ارائه کردند.

پژوهشی که محققان دانشگاه فلوراید ایالات متحدهی آمریکا انجام داده و در کنگرهی Experimental Biology ارائه کردند نشان می دهد مصرف روزانه یک عدد سیب برای سلامت بدن و کاهش وزن مفید است. مصرف روزانهی این میوه باعث کاهش کلسترول مضر خون (LDL) می شود. در واقع این میوهی خوشمزه باعث افزایش کلسترول مفید و کاهش وزن می شود. محققان برای دست یافتن به این نتایج به مدت بیش از یک سال زنان بین ۴۵ تا ۶۵ سال را تحت مطالعه و بررسی قرار دادند. این شرکت کننده ها علاوه بر داشتن یک تغذیهی نرمال روزانه ۷۵ گرم آلو خشک یا ۷۵ گرم سیب خشک مصرف کردند و میزان کلسترول آن ها بعد از ۳، ۶ و ۱۲ ماه اندازه گیری شد. نتایج این بررسی ها نشان داد شش ماه بعد از شروع مطالعات، میزان کلسترول مضر زنانی که سیب مصرف کرده بودند به طور متوسط ۲۳ درصد کاهش و میزان کلسترول مفید آن ها ۴ درصد افزایش یافته است. همچنین محققان متوجه شدند که تغییرات میزان کلسترول افراد همان طور که متخصصان و پزشکان انتظار داشتند برای سلامت قلب و عروق مفید است. همچنین زنانی که روزانه سیب خشک مصرف می کردند به طور متوسط یک و نیم کیلوگرم لاغر شدند.

منبع:

مرکز اطلاعات فنی ایران

اللهم صل على محمد وآل محمد وعجل فرجهم