



بسم الله الرحمن الرحيم و به نستعين إنه خير ناصر و معين الحمد لله رب العالمين و صلى الله على محمد و علي و آلهما الطيبين الطاهرين و لعنة الله على أعدائهم أجمعين أبد الأبدین

آشنایی با طب قرآنی ۸

مقدمه توضیحی از مجله حیات اعلی



ابعاد طبی قرآن کریم یکی از انواع فراوان معارف و جلوه های علمی قرآن است، در این زمینه طی قرنهای گذشته تحقیق صدها دانشمند و تألیف هزاران مقاله و کتاب و میلیونها تجربه شخصی از طبی قرآنی وجود دارد. آقای خدادادی یکی از علاقمندان و تجربه گران طب قرآنی شیخ ابو علی سینا است، ایشان به صورت خودآموز برخی مطالب عمومی طب و بهداشت و تغذیه در طب قرآنی و سینائی را تجربه و منتشر نموده اند. نظر به کاربرد عمومی این مطالب و برای تقدیر از تلاشهایشان اقدام به نشر مطالب منتشره ایشان می نمائیم. از طرفی وجود برخی از اشتباهات در مطالب ایشان، که ناشی از فقدان سوابق تحصیلات علمی در علوم قرآنی و نیز در طب سینائی است، مانع نشر متن ویرایش نشده آثار ایشان بوده، و مستلزم وهن کل کار و تلاشهای مفید ایشان می گردید. لذا برای حفظ ارزش کار عمومی ایشان، از نشر ویرایش نشده یا نقد آن موارد دوری جسته، و صرفاً مطالب را ویرایش شده منتشر می نماییم، تا ضمن اطمینان خوانندگان مجله از صحت مطالب منتشره، به تلاش علمی ایشان نیز ارج نهاده باشیم. ممکن است برخی نکات را نیز در ادامه همراه با توضیح یا تصحیح آن اشاره کنیم. البته این ویرایشها تغییری در بدنه اصلی مقالات ایشان ایجاد نمی کند.

غلبه مزاج سوداوی + علل + درمان

می رسیم به غذاهائی که سودا ایجاد میکند، یعنی سوداوی مزاج و غلبه سودا ایجاد می شود، چه غذاهائی هستند؟

- ۱- ماهی دودی
 - ۲- غذای مانده و بیات
 - ۳- غذاهای نمک سود، اینقدر شور نخورید خیار شور نخورید
 - ۴- گوشت پیر یعنی گوسفند یا گاویش پیر باشد، حالا از کجا می فهمید پیر یا جوان است؟ رنگش قرمز تیره است اگر گوشت صورتی باشد جوان است، اگر به سفیدی بزند خیلی کوچک است به درد نمی خورد، ...
 - ۵- بله غذاهائی که سودا را زیاد می کند، **گوشت گاو**، سودا هم که زیاد شود گفتم چه عوارضی دارد.
 - ۶- پنیر همینطور صبحانه پنیر نخورید اینها غذاهائی هستند که سودا را زیاد می کنند.
- مجله حیات اعلی:** چیزهایی که کلا طبعش سرد و خشک است در صورت زیاده روی مولد سوداست، اینها را کسانی که مبتلا به غلبه سودا هستند باید بر هیز کنند، ولی در موارد عادی اشکالی نداشته و نیز اگر آنرا با یک مصلح مزاج و چیزی که سردیش را برطرف کند مصرف شود، چیزهایی که طبع سرد و خشک دارند مانند:
- ۷- سماق
 - ۸- غوره و آب غوره
 - ۹- زرشک
 - ۱۰- ربواس
 - ۱۱- نشاسته
 - ۱۲- باقلا



اما چه غذاهائی برای سوداوی مزاجها مفید است؟

- ۱- خوردن غذاهای گرم چون گفتم سودا سرد و خشک است از جنس خاک است پس باید شما غذاهای گرم و تر بخورید
- ۲- گوشتها را گفتم سعی کنند چون اینجور افراد دچار بیوست میشوند بهترین چیز برای اینها خوردن غذاهای ملین است مثل: سوپ جو پاچه گوسفند با کمی زنجفیل زعفران بعد وقتی مزاجشان راه افتاد غذاهای گرم بخورند
- ۳- عسل مرتب بخورند
- ۴- قدومه شیرازی یا بذریهای گرم و ملین را مرتب استفاده کنند تا دچار این مساله نشوند
- ۵- بهترینش برای اینها توت انجیر خرما کشمش عالی است

- ۶- برای اینها از ادویه جات هم هل و دارچین و زیره و زعفران خیلی عالیهست برایشان. به پاچه گوسفند يك مقدار زعفران و زنجفیل اضافه مي كنند تا سرديش را بگيرند بعد كه مزاجشان راه افتاد اين غذاها را به اين شكل استفاده كنند
- ۷- با آب گرم هم طهارت بگيرند
- ۸- چون اين غذاهائي كه گفتم سودا ايجاد مي كند نخورند آب يخ و چاي زياد دوست دارند بخورند و ماست كه اينها زياد مي كند سودا را.

شيريني مقوی و سالم

حالا اينجا يك شيريني مي گويم به شما، يادداشت كنيد كه ببرد سودائي مزاجها مي خورد، ببرد بلغمي مزاجها هم مي خورد، اين شيريني كه ميگويم صفراوي و دموي مزاج استفاده نكنند،

اما اين را يادداشت كنيد: چهار مغز (شامل گردو بادام فندق پسته)، نوشتيد چهار مغز را؟ بعد كنجد با پوست، و بادام هندي، هر کدام صد گرم، ارد جوانه گندم دوپست گرم، عسل دوپست و پنجاه گرم، يك جعبه رطب بدون هسته كه حدود هشتصد گرم ميشود، زعفران يك مثقال، شما كه مي خواهيد شيريني بخريد اين شيريني را درست كنيد ببينيد چقدر خوشمزه مي شود، پودر نارگيل ۱۰۰ گرم، دارچين ۵۰ گرم، هل ۵ مثقال، زنجفيل

هم ۲ مثقال، همه اينها را اسباب مي كنيد، با خرما و عسل خوب مخلوط مي كنيد و هم مي زنيد، بصورت يك حلو در مي آيد، بايد چند قاشق هم روغن زيتون بريزيد در ان، بعد در يك سيني پهن مي كنيد، و روي ان پودر پسته و نارگيل بپاشيد، بعد انرا برش مي دهيد، مي توانيد در يخچال بگذاريد كمّي كه سفت شد بعد برش بزنيد، بعد كه برش داديد انها را از داخل سيني بر مي داريد و كنار هم در ظرفي مي چينيد، و روي ان يك سيليفون مي كشييد، براي پذيرائي فوق العاده چيز خوشمزه اي است، و سرشار از انرژي. خيلي گرم هست ولي انهايي كه احساس مي كنند صفراوي مزاجند نبايد استفاده كنند، يا به مقدار كم استفاده كنند يكي دو تا خيار هم بعدش بخورند تا مساله اي پيش نيايد برایشان، اين هم شيريني كه شما مي توانيد درست كنيد، هم ساده است و هم خوشمزه، و تا يك هفته مي توانيد نگه داريد به شرطي كه روي ان سيليفون بكشيد در يخچال.

سطح آگاهی طبي عامه مردم در قديم بيشتر از امروز بود

اگر دقت کرده باشيد قديميها بدنشان را مي شناختند، مزاجشان را مي شناختند، مزاج غذاها را مي شناختند يك چند تا نمونه مي گويم خدمتتان. اصلاً "چرا كَشَك را با پونه و گردو؟ چرا بادمجان را با كَشَك مي خوردند؟ چرا كدو را با كَشَك نمي خوردند؟ چون سرد و گرم را با هم مخلوط مي كردند به حالت تعادل در مي آمد.. هيچ كجا شما نميديد جائي كه ماهي هست ماست هم كنارش باشد ترشي هم كنارش باشد، نيست، ولي امروزه اينها را مي گذارند كنار هم، يكي هم كه طبعش سرد باشد اينها را ميخورد بعد دچار صرع مي شود، براى مداوى صرعش هم بايد چندين سال فتموباريتال و كارموبازوپين بخورد

گياه نمك

* خدا ترشي افريده، ترشي چي افريده
ليموترش شاتوت انار و خيلي چيزها،
ريواس مثلاً "ترش است
* شيريني ميدانيد چه افريده خرما عسل
توت كشمش ..
* شور هم افريده، شور چه افريده اگر
گفتيد بغير از نمك؟
يك خوردني، سبزي، جنوب زياد استفاده
ميشود عربها زياد مي خورند، بعد شور
چه افريده اين گياه تو بيابان فراوان است
و مثل شويد مي ماند وقتي اين گياه را
مي كنيد و مي شوئيد مثل اينست كه
انداخته ايد در آب نمك هر چه نمك زمين
است اين گياه جذب مي كند حتي
ميتوانيد در غذا بريزيد و ديگر نمك نريزيد
ميتوانيد بجاي خيار شور استفاده كنيد به
نام علف شور.





مجله حیات اعلی: توضیحی راجع به گیاه علف شور:
نام فارسی: علف شور، نام لاتین: saltwort علف شور گیاهی است یکساله بهاره بصورت ایستا، با ارتفاع ۱۵ تا ۱۵۰ سانتیمتر که توسط بذر تکثیر می شود. ساقه آن منشعب، با انشعابات باریک، محکم و فاقد کرک. برگها متناوب، خطی تا سرنیزه ای در مراحل اولیه گوشتی و باریک و منتهی به خار. گلها ریز، بدون دمگل، بوته ای یک ساله، ساقه و برگهای آبدار و گوشتی، دارای انشعابات و شاخه های گسترده بر روی اراضی شور و بحالت کبه ای دیده می شود. برگهای علف شور کوتاه، آبدار و گوشتی، گلهایی سبز متمایل به زرد و میوه هایی رنگین که در فصل پاییز قابل مشاهده است.

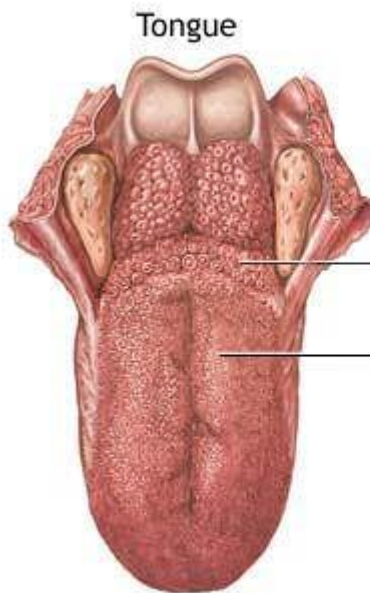
بذور علف شور توسط باله های غشایی محصور شده و به این دلیل بذر را سبک و براحتی توسط باد قابل جابجایی است. زمان جمع آوری بذر علف شور طی ماه آبان می باشد. رویشگاههای طبیعی علف شور در اکثر نقاط شوره زار ایران مانند تپه های نمکی مردآباد کرج، اراضی شور قزوین، اراک، قم، سمنان، پرد، کیلانغرب، قصر شیرین و بیابانهای حوضه مسیله می باشد. این گیاه تنها توسط بذر تکثیر می یابد و بهترین روش ازدیاد علف شور، در طبیعت، بذر پاشی و بذرکاری پس از ریزشهای جوی بویژه برف و باران، در در عرصه های شور و قلیا بعنوان گیاه زیراشکوب گیاهان درختی و درختچه ای بیابانها، علف شور معمولا" ایجاد تپه های یکدست و یکنواختی را در تاغزارها می کند. ولیکن توام با سایر گونه های شور پسند مانند خولی،

اشنان و انابازیس نیز بعنوان گونه های همراه نیز دیده شده است. علف شور دارای گونه های متعددی است که در محیطهای شور و قلیایی بعنوان گیاهی سازگار و مقاوم زندگی می کند. این گیاه متعلق به خانواده اسفنجیان (Chenopodiaceae) بوده، این گیاه معمولا" در بین تاغزارها به همراه سایر گونه های شن دوست مانند کریفون، خولی و نسی ایجاد تپه های گسترده ای را می نماید. خا"های رویشگاه علف شور از اهکی - گچی تا شور و قلیایی، متنوع است. علف شور در نواحی مختلف بیابانهای حوضه مسیله، دشت کویر، حاشیه دقهای بیابانی مانند بیابان سیاه رگه و چهار طاغی گسترش دارد. زیبایی گیاه بیشتر بواسطه تغییراتی است که در باله های میوه رخ داده، اغلب نوسانات رنگ در فصل پاییز ایجاد رنگهای قرمز، نارنجی و سیاه می کند. به کوتاه سخن، مجموعه های گیاهی علف شور، طیفی از رنگهای متنوع را در سطح بیابانها و نم زارها، به تماشا می گذارند.

پس خدا همه چیز شیرینی ترشی شور افریده ولی ما انسانها غافلیم فقط می بینیم که چي توي رسانه ها تبلیغ میکنند؟ همان را برویم بخوریم

جوانه گندم را درست میکنید وقتی ریشه اش به اندازه یک بند انگشت شد در یک سینی پهن می کنید تا خشک شود بعد آسیابش می کنید و الکش میکنید ان چیزی که از الک عبور میکند می شود ارد جوانه گندم و آنچه در الک می ماند داخل سوپ می ریزید فوق العاده خوشمزه است همه گندم و ریشه و همه را با هم الک می کنیم پنج کیلو گندم که بخريد تا اخر سال همه چیز دارید شما.

معاینه زبان برای تشخیص بیماری و مزاج



Yang Cai photographs tongues with a color calibration chart to confirm the color.

عزیزان درس ما الان تمام شد،
می ماند دیدن زبانهایتان، تا بگویم کدام مزاج هستید؟ بعد سوالاتان را بپرسید..
* خوب در شما این صفرا سودا بلغم و خون شما این حالت را دارید ..؟
* شما هم همینطور
* شما یک حالت ناراحتی روده هم دارید بیوست هم دارید و خیلی حساس و زود رنج هم هستید
* شما یک حالت صفراوی پیدا کرده اید و کمی درگیری فکری هم پیدا کرده اید
* شما غذا را تند و سریع می خورید و بلغمی مزاج هستید
* شما حالت صفراوی مزاج دارید
* شما حالت تعادل را دارید ولی زیاد عصبی میشوید!!!
* شما هم حالت بلغمی دارید معده تان هم کمی اشکال پیدا کرده شما عصبی میشوید و بد جوری پيله می کنید
* شما هم بلغمی مزاجید! و کمی هم روده هایتان خوب کار نمی کند و در نتیجه عصبی می شوید، کف دست شما را ببینم شما صفراوی

مزاج هستید!!! خوب مزاجها تغییر میکنند دیگر بستگی دارد چه بخورید. (بین دو سؤال که مزاج تغییر نمی کند)

* شما قبل از دیابت به ترشی زیاد علاقه داشتید یا شیرینی؟ مادران دوران بارداری ترشی زیاد خورده و از دوران جنینی کبدت مشکل داشته.

در طب امروزی نمی توانند این تشخیص را بدهند که شما چه چیزی را زیاد خورده اید
* اما شما، خدا به داد شوهرت برسد و گوارشت خیلی ضعیف است زود نفخ میکنید

خوب عزیزان این حالتها را که گفتم ممکن است هفته دیگر بینم بگویم این حالت نیستید! بستگی دارد که غذا چي بخوريد اگر غذاتان را عوض کردید مسلماً "اینها تغییر مي کند انهنائي که چائي و ماست نمي خورند کف دستشان عرق ميکند بيوست دارند بيوستشان را بر طرف کنيد خوب ميشوند. بلغمي مزاجها زودتر سرما ميخورند و هميشه بدنشان خسته است با يك وعده غذا که مي خورند دوست دارند يکي پشت و کمرشان را لگد کند احساس آرامش ميکنند.

عزیزان دقت کنند من هنوز طبع را نگفته ام فقط مزاج را گفته ام خدمت شما طبع را هم گرم داریم هم سرد هم متعادل داریم که هنوز نگفته ام خدمت شما، این تغییر پذیر نیست و تغییر نمي کند اگر هم تغییر کند در درازمدت تغییر ميکند حداقل چهل پنجاه سال طول ميکشد تا بخواهد تغيير کند چون طبع ژنتيکي است ولي مزاجها که گفتم ژنتيکي نیست مزاجها بر اثر خوردن غذا تغيير ميکند.

باسخ به سؤالات

سؤال: مي کويند ترشي بادمجان و نعنا و پونه و سوسنبر برای سوداوي مزاج خوب است يا نه؟
جواب: خوب نیست چون سودا زياد ميکند

سؤال: ؟؟..

جواب: خوب قارچ را عرض کنم خدمت شما قارچ دو چيز دارد يکي پروتئين زيادي دارد و يکي اسيد اوريك بالائي دارد براي کساني که کبدشان خوب کار نمي کند اسيد اوريك بهترين فاکتور يا عاملي است براي فعال کردن کبد انهنائي که ناراحتي کبدي دارند خصوصاً "صفاوي مزاجها قارچ استفاده کنند چيز خوبي است کبد را فعال مي کند خوراک قارچ را تو بحث غذاها مي گويم چگونه درست کنيد.

سؤال: ؟؟..

جواب: ديابت شيرين و ديابت بيمزه داریم ديابت شيرين که با ازمایش خون معلوم ميشود که قند خون چقدر بالا رفته در ديابت بيمزه علائم خاصي در ازمایشها نیست فقط يك هورمون است که کم و زياد ميشود و در نهايت علائم ظاهريش اين است که فوق العاده شخص عطش مي ايد سراغش تا چهل ليتر آب را مي خورد در روز از ۲۰ ليتر تا ۴۰ ليتر را ميخورد و همينطور دفع دارد با اين آب خوردن و دفع کردن آنها املاح بدن دفع مي شود دچار ضعف شديد مي شود و نهايتاً "به حالت اغما در مي ايد.

سؤال: ؟؟..

جواب: در مورد سرماخوردگي تارهاي صوتي، بهترين چيز استفاده از بذرهاي ملين است همراه با عسل جرعه جرعه استفاده کنند يك ۲۴ تا ۴۸ ساعتی غذاي پخته و شور نخورند پس عسل با بذرهاي ملين.

سؤال: ؟؟..

جواب: دقت کنيد ناراحتيهاي پوستي دو علت عمده دارد يکي از گرمي است يکي از سردي است آنها که ناراحتي کبدي دارند صفراشان بالاست دچار جوش ميشوند در پيشاني و قسمت کتف ولي آنها که از سردي دچار ناراحتي پوستي مي شوند پوست خشک ميشود خارش زياد دارند ترک ميخورد و خون مي ايد پس ناراحتي پوستي يکي از سردي زياد است که دچار سودا ميشوند يکي از گرمي زياد است که دچار صفا ميشوند

سؤال: ؟؟..

جواب: يکي هم دقت کنيد خرما را با غذاي سرخ کرده نخوريد سرخ کرده خوردن و بعدش انجير و خرما خوردن باعث ميشود صورت جوش بزند پس اولاً "غذا را سرخ نکنيد چون فشار زيادي به کبد مي ايد در نتيجه صفا زياد مي شود و عصبي مي شويد و همه چيز ميريزد بهم وقتي عصبي شديد اختلالات هورموني ايجاد ميشود

سؤال: ؟؟..

جواب: شما وقتي حمام مي رويد سعي کنيد مرتب آب گرم و سرد بگيريد به پاهاتان بخصوص وقتي از حمام خواستيد بيائيد بيرون اين کار را بکنيد قديم حمامهاي قديمي يك حوضچه آب گرم داشت ميدانيد براي چه بوده؟ ميگويند قديميها همه کارهايشان روي حساب بوده اين نه که يکدفعه از آب گرم برويد در آب سرد قديم از حمام عمومي که بيرون مي اديد از آب سرد عبور مي کرديد اين باعث مي شود که عروق و ماهيچه ها منقبض شوند و خون را سريع بدهد بالا و دچار واريش نشويد زمان قديم هم من نشنیده بودم کسي واريش داشته باشد از زماني که حمام امد داخل اپارتمانها اين چيزها را رعايت نکردند. حداقل کاري که شما مي کنيد وقتي دوش ميگيريد مي خواهيد بيائيد بيرون آب سرد بگيريد روي پاهياتان يك چند ثانيه اي بعد بيائيد بيرون. کلاً "گردش خون دو تاست گردش خون کوچک و گردش خون بزرگ خوب اين از کف پا بايد برود داخل قلب خوب چه عملي باعث ميشود اين برود داخل قلب يکي وقتي قلب خون را پمپ مي کند يك فشار جانبي يا عقبي ايجاد مي کند که بک فرشر گویند اين خون را مي کشد داخل قلب يکي دريچه هاي لانه کبوتري است که دارد وقتي که خون مي خواهد برگردد اين دريچه ها مي افتد و نمي گذارد خون بايد پائين و يکي انقباض ماهيچه ها هست وقتي که شما راه ميرويد ماهيچه ها سفت مي شود فشار مي اورند به عروق و خون را مي دهد بالا و يکي هم آب سرد است وقتي که شما آب سرد مي گيريد به پاها خيلي سريع انقباض ماهيچه اي ايجاد مي شود و سريع خون مي ايد بالا حالا در حمام که شما ايستاده ايد يکي گرما که به بدن شما مي خورد خون را مي آورد پائين و يکي هم کشش و جاذبه زمين است و موقعي هم که مي خواهيد از حمام خارج شويد آب سرد استفاده نمي کنيد و باعث مي شود که واريش بياد سراغتان تحرك هم که نداريد.

سوال: ؟؟..

جواب: حالا هر وقت که شما رفتید ماساژ بدهید شبها هم که می خوابید دو تا بالش زیر پاهاتون بگذارید زیر سرتان يك بالش خيلي كوچك و مرتب با روغن بادام ماساژ بدهید اب زرشك هم روزي يكي دو ليوان بخوريد تا مساله حل شود.

سؤال: خطوط سیاه که با چشم حرکت می کند؟
دچار ناراحتی صفا هستید.

سؤال: میوه را که با پوست می خورم روی زبانم پر از سفیدک یا دانه های سفیدی می شود چرا؟
جواب: چون شما چای زیاد می خورید و همه چیز را می ریزد بهم و معده تان را ضعیف می کند چای خوب زبان نشان می دهد اینها را

سؤال: وقتی سبب می خورم ده دقیقه بعدش احساس می کنم زبانم می گیرد
جواب: چون وقتی سبب می خورید می خواهد مواد را دفع کند اولین جایی که نشان می دهد زبان است در واقع زبان پرورده پزشکی انسان است _ گردو در بعضیها ایجاد الرژی می کند پس گردو را خالی نخورید
گردو را یا با كَشك مخلوط كنید یا با مغز ها پدیده مخلوط كنید كه خالی نباشه یا شب با پنیر بخورید

سوال: راجع به بنیر ؟؟؟؟

جواب: عرض کردم خالی نخورید یا با سبزیجات بخورید یا پیاز بخورید که این جور نشوید شما زبانتون.. اگر که خالی بخورید اذیت می شود هر موقع که این علائم که می نویسم از روی زبان شما برطرف شد این مسائل هم برطرف می شود

سؤال: ؟..

جواب: آب زرشك بلد نیستید بگیرید زرشك را بگیرید؟ زرشك را بگیرید خوب تمیز کنید و آب بگیرید روی آن بعد با آب گرم خیس بکنید خیس که کردید دو روز که موند این زرشك ها را هم بزنید بمالید تا از همدیگه گسیخته بشوند یكی دو روز دیگه بمونه بعد سرخش کنید

سوال: روش خوابیدن بعد از غذا را بفرمایید؟

جواب: به سمت راست می خوابیم به دو علت یكی كبد سمت راست است مركز ثقل بدن است ثانیاً دریچه پیلور سمت راست است وقتی كه شما به سمت راست بخوابید غذا خیلی راحت تخلیه می شود در روده بعد از غذا پای راست روی پای چپ دست ها زیر گردن پنج دقیقه تا ده دقیقه دراز می كشید چشم ها را می بندید نفس عمیق به چیزی فكر نمی كنید بعد از ده دقیقه بلند می شوید و كاملاً با نشاط هستید به شرطی كه نخوابید اگر خوابیدید كسل می شوید

سوال: ؟؟..

جواب: خیار را با عسل بخورید آب زرشك را با عسل بخورید

سوال ؟..

جواب: شاید ممكن است از این آدامس ها خورده باشد یا از این شكلات ها خورده باشه كه خارجی است این ها انواع و اقسام هورمون ها تویش هست از این چیزها اگر نخورده باشه حالا غذا چه چیزی خورده باشه كه يك دفعه اشتها اومده سراغش. تا حالا سابقه نداشتید چنین چیزی؟ نه ! پس باید بینم از نزدیک

آدامس هایی كه از خارج وارد می شه را هر كدوم يك چیزی تویش می كنند و می دهند ایران و یا كشورهایی كه در حال توسعه اند تا ببینند چه اثراتی روی اینها دارد و كلا يك سري هورمون هایی داخل اینها می كنند كه با خوردنش این جوانها از حالت عادی خارج می شوند

مجله حیات اعلی: متأسفانه امروزه ضررها و خطرات آدامسهای صنعتی، تنها به موضوع مصرف مواد شیمیایی یا آسیب به دندانها و یا ناراحتیهای کوارشی منتهی نمی شود، امروزه در آدامسها مواد تحريك كننده و بديد آورنده ناهنجاریهای جنسي و اخلاق، مواد هورموني مواد اعتیاد آور و.. كه هر يك از دیگری خطرتر بوده و مخاطر مصرف آدامس را چندین برابر کرده است.

سوال ؟..

جواب: ما می گوییم کرتون را نخورید چونکه اختلالات هرمونی ایجاد می کند خود کرتون را غدی فوق کلیه ایجاد می کند حالا اگر بیشتر باشد بیماری بیشتر ایجاد می کند کمتر هم باشد چون اشتها را زیاد می کنه پوكي استخوان میاره دیابت، روی قلب و کلیه و همه اثر می گذارد

سوال ؟..

جواب: قاچ های عمیق دارید؟ آنهایی هستند که ترشی زیاد می خورند چون ترشی زلاتین را از بین می برد شما دیدید که کله پاچه فروشی ها کله پاچه را با ترشی یا آلبیمو می خورند که چربی را ببرد وقتی هم که برید بادمجان یا گوجه فرنگی یا گردو بخورید شروع می کنند به سوختن این جور مواقع مواد زلاتین دار یا لعاب دار بخورید تا مسئله شما حل شود



سوال؟.... جواب: شکلات و پفک به آنها ندهید، شیرین بیان دم کنید و به آنها بدهید

سوال؟.. جواب: طحالشان را در آوردند اسپریمتون کردند باید غذاهای گیاهی بیشتر بخورند

سوال: من حمام که می روم با آب داغ....

جواب: خانم ها حمام که می روند با آب زیاد داغ استفاده نکنند چرب یزیر پوستشان از بین می رود و پوستشان را از بین می برد

سوال؟ من سرم و ابروهایم خیلی می خارد؟

جواب: شما چون مزاجتان کار نمی کند این ها همه مال مزاج است وقت یک مزاجتان کار کرد این ها از بین می رود علت این است که دفع نشود سموم در معده جمع می شود و زیاد که شد اولین چیزی را که از بین می برد ویتامین های گروه ب است و ناراحتی پوستی ایجاد می شود وقتی که روزی دوبار معده ات کار کند این مشکلات به وجود نمی آید

سوال: ؟..

جواب: کلا برای آفت این چیزی که می گویم و عاشقش خودم بودم و توی دنیا هنوز کسی نتوانسته است برای آفت کاری بکند مالیدن عسل روی آفت است و خوردن روزی چند تا سیب و خوردن چند تا لیوان شربت عسل و خوردن غذاهای ممنوعه است مثل سرخ کرده، فلفل، ساندویچ و این چیزهایی که طبع دارد بعد درمانش عسل و سیب است این تا کانادا و آمریکا هم رفته است و جواب داده است

سوال؟ برای شب اداری بچه ها

جواب: برای شب اداری دو نوع شب اداری است بچه هایی که از شدت گرما دچار شب اداری می شوند و بچه هایی که از شدت گرما در واقع آنها صفرایی مزاج هستند و این ها بلغمی مزاج هستند شب ها بچه هایی که می خواهند بخوابند عطش زیاد یدارند و آب زیاد می خورند و دچار شب اداری می شوند این ها بچه هایی هستند که حالت صفرایی مزاج پیدا کردند بچه هایی که نه این جور نیستند و آب زیاد نمی خورند این ها بلغمی مزاج هستند این چیزهایی که برای بلغمی مزاج بد است به آنها ندهید یعنی شب چند تا خرما چند تا بادام مقداری پودر نارگیل مقداری دارچین غذای اینها باشد دیگر شب اداری نمی کنند احتیاج به دارو هم نیست

سوال ..؟

جواب: گفتیم یکی از حالت های سودایی مزاج حرص خوردن زیاد است شما یک مقداری زنیان استفاده کنید زنیان صد گرم بگریزد هر وقت غذا می خورید یک قاشق مربا خوری بریزید روی زبانتان با نصف استکان آب بخورید نفخ معده شما خوب می شود

سوال؟ من خیلی سرما می خورم؟ غذا چه می خورید؟ من بیشتر ماکارونی می خورم

جواب: ماکارونی چه دارد که شما می خورید من هنوز غذاها را نگفته ام برای شما وقتی غذاها را گفتم می گویم ماکارونی نخور به جایش این غذاها را بخور هر کدام خوشمزه بود انرا بخورید.

سؤال: من شبها خیلی لرزم می گیرد مخصوصا شبها و بخصوص دست و پاهایم.

جواب: شما مزاجتان را متوجه شدید حالا رعایت کنید تا خوب شوید میوه جات و سبزیجات مرتب بخورید عسل روزی سه چهار تا قاشق بخورید ماست هم نخورید تا خوب شوید. کنگر خوب است بخورید خورش کنگر درست کنید مثل خورش کرفس است می توانید از لوبیا قرمز و کنگر استفاده کنید سبزیجات معطر استفاده کنید گوشت هم در آن بریزید بعد بخار پز کنید ببینید چقدر خوشمزه می شود کمی لیمو عمانی هم در آن بریزید ولی پوست و دانه هایش را بکنید فقط مغزش را بریزید بعد هم که غذا را برداشدید روغن زیتون بریزید رویش و استفاده کنید با لیموترش تازه خیلی خوشمزه می شود چون پوست لیمو عمانی غذا را تلخ و بد مزه می کند البته انتهائی که دیابتی هستند پوست و دانه هایش را استفاده کنند قندشان را می آورد پائین. شما مزاجتان که نرمال شد بیائید تا بگویم چکار کنید چاق شوید.

اگر شما سالم و با نشاط بودید بهترین هدیه برای من است یعنی نشاط شما مساوی است با اجر و مزد من، چون انسان سالم اگر خنده را در لب همنوعش دید خودش هم خوشحال می شود یا اگر کسالت را دید همدردی بکند.

مجله حیات اعلی: آنچه در تشخیص یا باسککویی به سؤالات نقل شد صرفا جهت ارائه مطالب آقای خدادادی می باشد، نه به عنوان تایید آنها، همچنانکه قبلا گذشت در دو فصل اخیر نیز ضعفهای استدلال و اظهار نظر در تشخیص طبی فراوان وجود دارد، بخاطر عدم لزوم شرح آن؛ ما به یک یک موارد نبرداشتیم، البته نسخه ها طبی و نحوه غذاها چونکه از دیگران نقل کرده اند مشکلی نداشته و استفاده بجای آنها مانعی ندارد.

والحمد لله رب العالمین