



شورای عالی حوزه علمیه قم

مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران

مدرسه علمیه زینبیه (سلام الله عليها) استان البرز

تحقیق پایانی سطح دو (کارشناسی)

عنوان

تأثیر تغذیه بر سلامت روح

با تکیه بر آیات و روایات

استاد راهنما

سرکار خانم علیزاده

استاد داور

جناب آقای دکتر باقی زاده

پژوهشگر

ام البنین زند

فروردین ۱۳۹۵

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شورای عالی حوزه علمیه قم

مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران

مدرسه علمیه زینبیه (سلام الله عليها) استان البرز

تحقیق پایانی سطح دو (کارشناسی)

عنوان

تأثیر تغذیه بر سلامت روح

با تکیه بر آیات و روایات

استاد راهنما

سرکار خانم علیزاده

استاد داور

جناب آقای دکتر باقی زاده

پژوهشگر

ام البنین زند

فروردین ۱۳۹۵

تحمیدیه

سپاس خداوندی را که حمد و ثنا تنها سزاوار ذات پاک اوست. همان که نازل کننده
دین مبین اسلام و آیات نورانی قرآن است. خداوندی که روزی پاک و حلال را نازل و دستور
بهره مندی به شکل شایسته از این نعمات را صادر کرد.

منابع فارسی

- ۱۵- آخوندی، مصطفی، غذا و تغذیه در آموزه های دینی و یافته های علمی، بی جا، نشر زمزم هدایت، ۱۳۸۸.
- ۱۶- ابن بابویه، محمد بن علی، الخصال، ترجمه محمد باقر کمره ای، ج ۱ و ۲، چاپ اول، تهران، انتشارات کتابچی، ۱۳۷۷.
- ۱۷- ابن بابویه، محمد بن علی، الخصال، ترجمه یعقوب جعفری، ج ۲، چاپ اول، قم، انتشارات نسیم کوثر، ۱۳۸۲.
- ۱۸- _____، علل الشرائع، ترجمه محمد جواد ذهنی تهرانی، ج ۲، چاپ اول، قم، انتشارات مؤمنین، ۱۳۸۰.
- ۱۹- _____، عیون أخبار الرضا (علیه السلام)، ترجمه حمید رضا مستفید و علی اکبر غفاری، ج ۲، چاپ اول، تهران، نشر صدوق، ۱۳۷۲.
- ۲۰- _____، من لایحضره الفقیه، ترجمه علی اکبر غفاری، محمد جواد غفاری، صدر بلاغی، ج ۴، چاپ اول، تهران، نشر صدوق، ۱۳۶۷.
- ۲۱- ابن شعبه، حسن بن علی، تحف العقول، ترجمه احمد جنتی، چاپ اول، تهران، انتشارات موسسه امیر کبیر، ۱۳۸۲.
- ۲۲- ابن شعبه، حسن بن علی، تحف العقول، ترجمه بهراد جعفری، چاپ اول، تهران، دار الکتب الإسلامية، ۱۳۸۱.

۲۳- _____ ، تحف العقول، ترجمه صادق حسن زاده، چاپ اول، قم، انتشارات

آل علی (علیه السلام) ، ۱۳۸۲.

۲۴- ابن فهد حلی، احمد بن محمد، آداب راز و نیاز به درگاه بی نیاز (ترجمه عدة الداعی)،

ترجمه محمدحسین نائینی، ج ۱، چاپ اول، تهران، انتشارات کیا، ۱۳۸۱.

۲۵- ابن قولویه، جعفر بن محمد، کامل الزیارات، ترجمه محمد جواد ذهنی تهرانی، چاپ اول،

تهران، انتشارات پیام حق، ۱۳۷۷.

۲۶- ابوالحسین، سیدعلی، شناخت طبایع، ج ۱، چاپ ششم، تهران، انتشارات دکتر سیدعلی

ابوالحسین، ۱۳۸۷.

۲۷- ابوالحسن المسعودی، مروج الذهب و معادن الجواهر، ترجمه ابوالقاسم پاینده، ج ۲، چاپ

پنجم، تهران، انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۷۴.

۲۸- افرام بستانی، فؤاد، فرهنگ ابجدی، ۱ جلدی، چ ۲، تهران، انتشارات اسلامی، ۱۳۷۵.

۲۹- امیرصادقی، نصیرالدین، طب الرضا علیه السلام (طب و بهداشت)، ج ۱، چاپ ششم، تهران،

نشر معراجی، ۱۳۸۱.

۳۰- پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحة، چاپ چهارم، تهران، نشر دنیای دانش، ۱۳۸۲.

۳۱- حجازی، علاءالدین، صحیفة الإمام الرضا (علیه السلام)، چاپ اول، مشهد، نشر کنگره جهانی

امام رضا (علیه السلام)، ۱۴۰۶ ق.

۳۲- حر عاملی، محمدبن حسن، الجواهر السنية فی الأحادیث القدسية (کلیات حدیث

قدسی)، ترجمه زین العابدین کاظمی خلخالی، چاپ سوم، تهران، انتشارات دهقان، ۱۳۸۰.

- ۳۳- حکیمی، محمدرضا، حکیمی، محمد، حکیمی، علی، الحیاء، ترجمه احمد آرام، ج ۳، چاپ اول، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۰.
- ۳۴- خدادادی، جمشید، ارمغان تندرستی، چاپ نهم، تهران، موسسه نشر شهر، ۱۳۹۱.
- ۳۵- _____، پانزده روز تا سلامتی، چاپ هشتم، تهران، موسسه نشر شهر، ۱۳۹۱.
- ۳۶- _____، در جستجوی سلامتی، چاپ سوم، تهران، موسسه نشر شهر، ۱۳۹۱.
- ۳۷- خدایی، زبیده، خدایا چه بخورم؟، چاپ ششم، قم، انتشارات نگاران نور، ۱۳۸۸.
- ۳۸- خلیلی، محمدعلی، طبّ الصادق، ترجمه نصیرالدین امیرصادقی، چاپ اول، تهران، انتشارات عطایی، ۱۳۷۳.
- ۳۹- خیراندیش، حسین، مزاج انواع، چاپ ششم، تهران، انتشارات ابتکار دانش، ۱۳۹۰.
- ۴۰- دریایی، محمد، طبّ النبی و طبّ الائمه، چاپ دوم، تهران، انتشارات سفیر اردهال، ۱۳۸۹.
- ۴۱- دیلمی، حسن بن محمد، إرشاد القلوب، ترجمه هدایت الله مسترحمی، ج ۲، چاپ سوم، تهران، نشر مصطفوی، ۱۳۴۹.
- ۴۲- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، ترجمه غلامرضا خسروی، ج ۲، چاپ دوم، تهران، نشر مرتضوی، ۱۳۷۴.
- ۴۳- راوندی کاشانی، فضل الله بن علی، النوادر (للاوندی)، ترجمه احمدصادقی اردستانی، چاپ اول، تهران، نشر بنیاد فرهنگ اسلامی کوشانپور، ۱۳۷۶.
- ۴۴- سالاری فر و دیگران، محمدرضا، بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، چاپ اول، قم، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۹.

- ۴۵- شهبازی، محمد، چگونگی درمان افسردگی، چاپ اول، بی جا، نشر عقیل، ۱۳۸۱.
- ۴۶- طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، ترجمه ابراهیم میرباقری، ج ۲، چاپ دوم، تهران، نشر فراهانی، ۱۳۶۵.
- ۴۷- طبرسی، علی بن حسن، مشکاة الانوار، ترجمه مهدی هوشمند، عبدالله محمدی، چاپ اول، قم، انتشارات دارالتقلین، ۱۳۷۹.
- ۴۸- عزیزخانی، محمد، طب ایرانی - تغذیه، چاپ چهل و شش، تهران، انتشارات فراندیش، ۱۳۸۳.
- ۴۹- فتال نیشابوری، محمد بن احمد، روضة الواعظین، ترجمه محمود مهدوی دامغانی، چاپ اول، تهران، نشر نی، ۱۳۶۶.
- ۵۰- کردافشاری، غلامرضا، محمدی کناری، حوری، اسماعیلی، سیدسعید، تغذیه در طب ایرانی - اسلامی، چاپ بیست و چهارم، تهران، انتشارات نسل نیکان، ۱۳۹۱.
- ۵۱- کلینی، محمد بن یعقوب، أصول الکافی، ترجمه سیدجواد مصطفوی، ج ۴، چاپ اول، انتشارات کتاب فروشی علمیه اسلامی، تهران، ۱۳۶۹.
- ۵۲- _____، الروضة من الکافی یا گلستان آل محمد، ترجمه محمد باقر کمره ای، ج ۲، چاپ اول، تهران، انتشارات کتابفروشی اسلامی، ۱۳۸۲.
- ۵۳- مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، آسمان و جهان (ترجمه کتاب السماء و العالم بحار الأنوار جلد ۵۴)، ترجمه محمد باقر کمره ای، ج ۱۰، چاپ اول، تهران، نشر اسلامی، ۱۳۵۱.

- ۵۴- مستغفری، جعفر بن محمد، روش تندرستی در اسلام / ترجمه طبّ النبی و طبّ الصادق (علیهما السلام)، ترجمه یعقوب مراغی و محمد خلیلی، چاپ سوم، قم، نشر مؤمنین، ۱۳۸۱.
- ۵۵- مصطفوی حسن، مصباح الشریعة ومفتاح الحقیقة، چاپ اول، تهران، انتشارات انجمن اسلامی حکمت و فلسفه ایران، ۱۳۶۰.
- ۵۶- مفید، محمد بن محمد، الأمالی (للمفید)، ترجمه استاد حسین ولی، چاپ اول، مشهد، انتشارات آستان قدس رضوی، ۱۳۶۴.
- ۵۷- مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ج ۱۱، چاپ اول، تهران، انتشارات دارالکتب الإسلامیة، ۱۳۷۴.
- ۵۸- موسوی خمینی، روح الله، توضیح المسائل، تهران، انتشارات حافظ، مسئله ۲۶۳۶.
- ۵۹- نراقی، ملا احمد، معراج السعادة، چاپ ششم، قم، انتشارات تا ظهور، ۱۳۹۱.
- ۶۰- ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی، جموعه ورام، آداب و اخلاق در اسلام / ترجمه تنبیه الخواطر، محمد رضا عطایی، چاپ اول، مشهد، انتشارات بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۶۹.

منابع اینترنتی

۶۱- <http://islamquest.net/falarchive/question/fa40990,14:30>