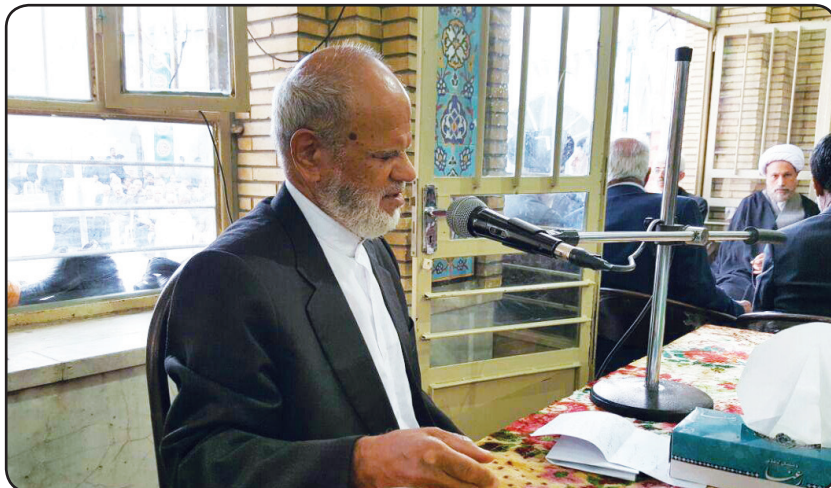




خورشید فروزان آسمان حکمت و فضیلت

گذری بر حیات پربار علامه سید محمد حسین طباطبائی (رحمه الله علیه)

نویسنده: شکرالله جهان مهین / مدیر گروه معارف اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم و بهره مند از محضر علامه طباطبائی در دهه ۱۳۴۰



و فلسفه و عرفان و اخلاق می باشد و اشاعه گر مکتب تشیع در جهان به خصوص در اروپا و آمریکا بوده است.
۲. نویسنده مقاله، مرحوم علامه طباطبائی را در بعد عرفانی یگانه عصر می داند در حالی که در این میدان، مرحوم آیت الله حاج سید علی آقا خضر و مرادش بوده، عارف و سالکی که علامه طباطبائی درباره اش فرموده است: ما هر چه در این مورد داریم از مرحوم قاضی داریم چه آنچه را که در حیاتش از او تعلیم گرفتیم و چه طریقی که خودمان داریم، از مرحوم قاضی گرفته ایم.
۳. با توجه به افتخاراتی که حقیر در دیدارها، ملاقات ها، بهره مندی ها از محضر پر فیض علامه طباطبائی داشته ام آن مرد بزرگ را مجسمه اخلاق اسلامی و صاحب همه کمالات روحی و معنوی یافته ام که به یقین معلم و مربی ایشان در مرحله اول قرآن مجید و نبی مکرم اسلام و ائمه اطهار (علیهم السلام) بوده اند و بعد به استناد آنچه از علامه در بالا نقل شد مرحوم آیت الله حاج سید علی آقا قاضی طباطبائی می باشد.

پی نوشت ها

۱. نهج البلاغه، حکمت ۱۴۷.
۲. بررسی های اسلامی، صفحه ۸.
۳. مهر تابان، صفحه ۲۰-۲۲.
۴. یادها و یادگارها، صفحه ۹.
۵. روش علامه طباطبائی در تفسیر المیزان، صفحه ۵۴.
۶. مهر تابان، صفحه ۲۰.
۷. همان، صفحه ۱۳.
۸. یادنامه مفسر کبیر، صفحه ۱۶۸.
۹. همان، صفحه ۳۶.
۱۰. همان، صفحه ۱۴۳.
۱۱. حق و باطل، به ضمیمه احیای تفکر دین، صفحه ۸۹.
۱۲. صحیفه نور، جلد ۱۵، صفحه ۱۲۰.
۱۳. روش علامه در تفسیر المیزان، صفحه ۱۶۱.
۱۴. قرآن در اسلام، صفحه ۳۱.
۱۵. ترجمه المیزان نوبت اول، مقدمه صفحه (ب).
۱۶. روش علامه طباطبائی در تفسیر المیزان، صفحه ۱۷۴.
۱۷. مجله معارف شماره ۹۲، صفحه ۷۴.
۱۸. مجله معارف شماره ۹۲، صفحه ۷۴.
۱۹. جرعه های جانبخش، صفحه ۲۴۳.
۲۰. یادنامه مفسر کبیر، صفحه ۶۹.
۲۱. حق و باطل به ضمیمه احیای تفکر دینی، صفحه ۶۹.

آخرین توصیه های استاد به آیت الله امینی

در ماه های آخر عمرش به امور دنیا توجهی نداشت، در عالم دیگری سیر می کرد ذکر خدا بر لب داشت. در روزهای آخر عمرش حتی به آب و غذا هم توجه نداشت، چند روز قبل از وفاتش به یکی از دوستان فرموده بود من دیگر میل به چای ندارم و گفته ام سامور را در جهان آخرت روشن کنند. آخرین پیام و توصیه ای که به درخواست و استدعا به من فرمودند: «توجه مراوده، توجه مراقبه، توجه مراوده» بود و این جمله را متجاوز از ده مرتبه تکرار کردند.
و وقتی که می خواستند علامه را از منزل به بیمارستان انتقال دهند در وقت خروج از منزل به همسر خود می گویند: من دیگر بر نمی گردم و سرانجام پس از یک هفته در بیمارستان در صبح روز یکشنبه هجدهم شهر محرم الحرام یک هزار و چهار صد هجری مطابق با ۲۴ آبان ماه یکپهزار و سیصد و شصت ندای غیبی «یا ایُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي لِی رَبِّکِ رَاضِيَةً مُرْتَضِيَةً فَادْخُلِي فِی عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّتِي» را پذیرا شدند.
و از عجایب است که مدت عمر علامه طباطبائی با استادش آیت الله حاج سید علی آقا قاضی یکسانی نشان می دهد.

با این همه و به هرحال اشعار لسان الغیب حافظ شیرازی را برای ایشان قائلیم که...
به حسن و خلق و وفا کس به یار ما نرسد
ترا در این سخن انکار کار ما نرسد
اگرچه حسن فروشان به جلوه آمده اند
کسی به حسن و ملاحه به یار ما نرسد
به حق صحبت دیرین که هیچ محرم راز
به یار یک جهت حق گزار ما نرسد
هزار نقد به بازار کساینت آرنسد
یکی به سکه صاحب عیار ما نرسد
دریغ قافله عمر کانچنان رفتند
که گردشان به هوای دیار ما نرسد

نتیجه گیری

۱. اذعان و باور نگارنده به مانند بسیاری از صاحب نظران آن است که بهترین تفسیری که تاکنون بر قرآن مجید نوشته شده است تفسیر المیزان است که علامه روش آن را از استاد عالیقدرش آیت الله حاج سید علی آقا قاضی فرا گرفته، ضمن آنکه در نوشتن آن الهامات غیبی مددکار مولف، مرحوم علامه طباطبائی بوده است و این مرحوم بزرگترین مروج مکتب صدرایی و در عین حال پایه گذار مکتب جدید فلسفی و تربیت کننده شاگردان زبده در تفسیر

علت افزایش وزن نفخ است یا چاقی؟!

کرده و در روده بزرگ قرار گرفته است؛ بنابراین احساس نفخ نمی کنید. بنابراین اگر شما از خواب بیدار شده اید و شکمتان بزرگ تر از زمانی است که به رختخواب رفتید، قطعاً در روده مشکلی به وجود آمده است.
پس از میل غذا چه شکلی هستم؟
نفخ معمولاً بعد از صرف غذا رخ می دهد و در طول روز تغییراتی دیده می شود؛ بنابراین اگر پس از خوردن ناهار احساس نفخ کنید اما پس از ورزش کردن این حس از بین برود، به احتمال زیاد نفخ بوده است.

آیا وقت قاعدگی است؟
در طول چرخه قاعدگی، تغییرات در هورمون های جنسی زنانه، به ویژه استروژن و پروژسترون، می تواند باعث احتباس آب شود. مایعات می توانند در سراسر بدن به ویژه شکم پخش شود و در نتیجه شکم بزرگ به نظر برسد.

اضافه وزن در کدام قسمت بدن است؟
اضافه وزن در قسمت شکم، ران، نشیمنگاه، بازوها، صورت و... پخش می شود. درحالی که نفخ تنها در قسمت شکم است.
آخرین بار که معده تخلیه شد کی بود؟
تا زمانی که شکم تخلیه نشود فرد وزن بالاتری دارد

فواید کاکائو داغ

اهمیت زیادی دارد. زمانی که کاکائو در حرارت می دهید آنتی اکسیدان های بیشتری منتشر می شوند.
کاکائو داغ سرشار از فلاونوئیدها
کاکائو همچنین غنی از فلاونوئیدهاست که به بدن انسان در پردازش نیتریک اکساید و در نتیجه بهبود گردش خون، کاهش فشار خون بالا و افزایش سطح سلامتی قلب کمک می کنند. فلاونوئیدها همچنین از آمیختن پلاکت های خونی به هم و تشکیل لخته نیز جلوگیری می کنند.
کاکائو داغ بهتر از هات چاکلت
بسیاری از مردم تمایل دارند تا شکلات داغ را با کاکائو داغ مخلوط کنند یا به تنهایی میل کنند. این درحالیست که کاکائو داغ از پودر کاکائو خام تهیه می شود، اما هات چاکلت از شکلات هایی آمیخته با خامه یا آغشته در انواع دیگر پودرها، همچنین هات چاکلت در مقایسه با هات کاکائو، چربی و قند بالا و در عین حال ارزش غذایی پایین تری دارد. پس هات کاکائو از آنجایی که حاوی مقادیر کمتری خامه و شیرینی است، برایتان مفیدتر خواهد بود. بنابراین زمانی که

یکی از نوشیدنی های خوشمزه در این هوای سرد، می تواند یک فنجان کاکائو داغ باشد.
این مطلب را بخوانید تا بدانید که یک فنجان کاکائو داغ چطور می تواند برای سلامتی شما مفید باشد.
تأثیر کاکائو داغ بر فشار خون، گردش خون و قلب
امروزه سلامتی کلمه ای بزرگ، و سالم زندگی کردن تبدیل به شعاری برای مردمان این دوره زمانه شده است. ما نه تنها می خواهیم چیزهای سالم بخوریم و بیاشامیم، بلکه می خواهیم قوه چشایی و اشتهایمان به غذاهای خوشمزه را نیز راضی نگاه داریم! بسیار خوب، خوب است بدانید نوشیدنی های خواستنی و سالمی وجود دارند که می توانید هر روز آن ها را مصرف کنید.
کاکائو داغ سرشار از آنتی اکسیدان
کاکائو سرشار از آنتی اکسیدان است. مطالعات نشان می دهند که کاکائو حاوی آنتی اکسیدان های بیشتری در مقایسه با چای سبز و چای سیاه است. البته باید بدانید که داغی کاکائو داغ



شاید علت دورگه شدن صدا و التهاب تارهای صوتی ریفلاکس معده باشد!

برگشت اسید از معده به مری می تواند سبب ایجاد زخم های مری شود. برگشت اسید معده به حلق موجب التهاب تارهای صوتی و دو رگه شدن صدا می شود و نیز...
مهدی صابری فیروزی عضو هیئت علمی پژوهشکده

گوارش و کبد و عضو هیئت علمی دانشگاه تهران می گوید: یکی از مهم ترین بیماری های شایع گوارشی در زمینه لوله گوارش ریفلاکس یا ترش کردن نام دارد که همان برگشت اسید معده به مری است.
علایم ریفلاکس معده
- درد و سوزش سردل، زیر جناغ سینه
- احساس گیر کردن لقمه در گلو
- از علائم برگشت اسید معده است که معمولاً این بیماری عوارض جدی به همراه ندارد.
اصلی ترین علت ایجاد ریفلاکس معده
- رژیم غذایی نامناسب
- افزایش وزن
- کاهش فعالیت
- نحوه سبک زندگی
- خوردن آب بین غذا (می تواند موجب افزایش حجم معده و تشدید

