

# The Effect of Halal Nutrition and Avoidance of Haram on Physical, Mental and Moral Health of Humans based on Holy Quran and Authentic Hadith of the Prophet Muhammad (PBUH) and Twelve Imams

## ARTICLE INFO

### Article Type

Analytical Review

### Authors

Sepideh Mahluji<sup>1</sup>,  
Vahideh Ebrahimzadeh-Attari<sup>2\*</sup>,  
Maryam Saghafi-Asl<sup>3</sup>,  
Abolfazl Ghorbani<sup>4</sup>

### How to cite this article

Sepideh Mahluji, Vahideh Ebrahimzadeh-Attari, Maryam Saghafi-Asl, Abolfazl Ghorbani, The Effect of Halal Nutrition and Avoidance of Haram on Physical, Mental and Moral Health of Humans based on Holy Quran and Authentic Hadith of the Prophet Muhammad (PBUH) and Twelve Imams, *Journal of Quran and Medicine*. 2021;5(3):35-40.

1. Master of Nutrition, Nutrition Research Center, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Nutrition Sciences and Food Industry, Maragheh School of Medical Sciences, Maragheh, Iran (Corresponding Author).
3. Assistant Professor, Department of Clinical Nutrition, Faculty of Nutrition Sciences and Food Industry, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran.
4. Assistant Professor, Department of Agriculture, Shabestar Branch, Islamic Azad University, Shabestar, Iran.

### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: ebrahimzadeh.va@gmail.com

### Article History

Received: 2020/11/09

Accepted: 2020/12/26

ePublished: 2021/01/04

## ABSTRACT

**Purpose:** Islam, as the most complete religion, has been paid special attention to the role of nutrition in the physical, mental and moral health of individuals. The Holy Quran and the Hadith of prophet Muhammad (PBUH) and twelve Imams have pointed out some benefits of Halal foods and also adverse effects of forbidden foods (Haram) in human life.

**Materials and Methods:** The present review article performed by search in Holy Quran, authentic Hadith and results of some scientific studies, using the following keywords.

**Findings:** According to this review, consumption of Haram foods causes many physical and psychological complications and also prevents doing good deeds. Some studies on the effect of food molecules on the genetic structure of individuals have shown that consuming healthy and Halal foods can lead to the best genetic response. Eating halal food not only has positive effects on health, soul and behavior of humans, but also maintains social security and promotes the health of society.

**Conclusion:** Generally, from the perspective of Holy Quran and Hadith, the foundation of health is the consumption of healthy and clean food and avoidance of forbidden foods. Recent advances in science have clarified the cause and philosophy of the sanctity of some of them. However, the future studies may reveal more and better explanations for them.

**Keywords:** Nutrition, Halal, Haram, Health, Behavior, Mood.



اسلام. لذا از استقبال، خوردن، خوردن، دست زدن، غذا خوردن، نشانگر کیفیت بالا و سلامت غذایی مطمئن است (۱۱).

#### ماده ۱۰ هـ.ها

مطالعه ماده ۱۰، حاضر با جستجو بر اساس کلیدواژه‌ها، "غذا" و "تغذیه" و "حلال" و "حرام" و "سلامت" و "افتا" و "خلقه" و "خود" در آیات و تفاسیر قرآن کریم و احادیث معتد معصومان علیهم‌السلام، کتب معتد شیعه و بخبر مطالعات علمیه با هدف ارائه اثبات جسمی، روحی و رفتاری تغذیه حلال و اجتناب از حرام اجرا شد.

#### یافته‌ها

۱- آثار سوء مصرف غذاهای حرام بر سلامت جسمه ۱۰۱: در قرآن کریم ۴ بار (سوره بقره آیه ۱۷۳، مائده آیه ۳، انعام آیه ۱۴۵ و نجا آیه ۱۱۵) و ۴ بار (سوره بقره آیه ۲۱۹ و مائده آیه ۹۰ و ۹۱) نفر شده است. علاوه بر موارد یاد شده در قرآن و احادیث به شدت کسب ۱۰۱، حرام و تغذیه با آن، نکه‌ها شده است و بر مضرات متعدد آن، تأکید شده است. لذا به بنا به یک از موارد فوق و آثار مخرب جسمی و روحی و اخلاقی آن‌ها می‌پردازیم.

#### گدشت مدها

علاوه بر آیات قرآن کریم در زمینه گدشت مدها که در ابتدای این بخش بدان اشاره شد، در آیات متعدد نیز به بخبر از مضرات استفاده از گدشت مدها اشاره شده است به عنوان مثال، امام صادق (ع) فرمودند: "هیچ کس مدها نم‌خورد مگر اینکه بدنش ضعیف و زخمی شود، نه‌هوا، او را مگر کاهد و نسا او را قطع م‌کنند و آن کس که به این کار ادامه دهد با مگر ناگهان (مثلاً سکنه) از دنیا م‌رود" (۱۲). ضایعات، دنگ‌ها، بخبر، گدشت مدها در آیات و روایات به شدت یاد شده است: بدن، ایحاد صفاء، بداخلاق، عصانیت، قساعت قلب و از بس رفتن م‌ه و عطش، منجمد شدن، خنده و غده (۱۳). در واقع دستگاه گوارش نم‌تواند از مدها، خنده ساله و زنده سازد و به علاوه مدها کانه از انشاء میکروب‌هاست (۱۴). همچنین در آیات آمده است، مصرف گدشت مدها م‌ه و محبت او از بس م‌رود به طه‌ها، که شخص تحت از کشتن، فزند و بدن، خورش امین نخواهد داشت (۱۵). متخصصان نیز به بخبر مضرات سلامت خوردن مدها اشاره کرده‌اند از جمله اینکه احتمال، مدها به بدن، حیوان و انتقال عفونت‌ها، باکتری، نظیر: کامبیل‌باک (Camvlobacter)، اشدشاکول، سالم‌نلا و با سندرم همولیتیک او، میکروب‌ها م‌رود که بخبر از آنها بسیار م‌فلک هستند (۱۶ و ۱۷). همان‌طور که اشاره شد، استفاده از گدشت مدها، علاوه بر مضرات جسمی، مدها، عوارض روانی و اخلاقی هم م‌باشد. بنا بر این، در اسلام و برخی ادیان دیگر مانند یهودیت به شدت نهی شده است.

#### خنده

حرامت خوردن، خنده در حصار سوره قرآن کریم نفر شده است. م‌هضه خوردن، خنده در میان اقامه و ملاج‌ها، سانقه‌ها، طه‌لاز داشته است و در دهان، جاهلیت نیز از آن استفاده م‌کردند. متخصصان علوم پزشکی در مورد حرام بودن خوردن خون بیان

کرده‌اند که خنده محیط مناسبی برای رشد انشاء میکروب‌ها م‌باشد. به طه‌ها، که در آزمایشگاه از خنده به عنوان یک محیط کشت مدها، کشت و مطالعه باکتری‌ها استفاده م‌شود. همچنین سموم و ترکیبات متعدد مدها، نمانند، خنده در گدشت (۱۶) و (۱۸). امام صادق (ع) م‌فرمانند: «خنده باعث قساعت قلب، رفتن م‌ه و عاطفه م‌حبت تعف، بدن و تغذیه، ننگ حصه م‌شود» (۱۵). علاوه بر اسلام، در بخبر ادیان الهی مانند یهودیت نیز خوردن خون غیرمجاز و حرام است.

#### گدشت خدهک

خوردن گدشت خدهک در اسلام و در بخبر ادیان، از جمله به‌دیت نفر شده است و همان‌طور که قبلاً اشاره شد، در قرآن کریم ۴ بار، تکرار شده است که به دلایل آن، سوء متعدد جسمی، م‌ه و اخلاق ناشی از مصرف گدشت خدهک و مشتقات آن، م‌باشد. اگر چه علم‌ها نشان می‌دهد که در بخبر مسابا، عاچا است، اما در دنیا به بخبر علل شناخته شده بر اساس روایات و مطالعات علم‌ها، اشاره م‌کنیم.

خدهک از خوردن حیوانات، بلند و کثافت تحت مدفوع خدهک باک ندها و از آن م‌معدداش لانه‌ها، انشاء میکروب‌ها و امراض است (۱۶). بر اساس شهادت علم‌ها م‌محد امکان، انتقال، بخبر عاها، میکروب و انگله‌ها م‌مصرف گدشت خدهک و حده‌ها، در بخبر از م‌میت مدها، عوارض آنند از: انگا، *Trichinella spiralis* و ایحاد مدها، م‌تشنه و م‌ه اختلالات گدشته امین، گوارش، تنفس، عصب و غده؛ م‌دها، *Taenia Solium* خدهک و ایحاد مدها، گوارش و کدیم؛ کرم آسکاریز و بروز یرقان انسداده و ته‌کسه بلاسما (۱۹-۲۰).

همچنین گدشت خدهک نیست به ساب گدشت‌ها حده‌ها و کست‌ها، بالار، داده و بنادان، در صورت مصرف مدها م‌فد، او را م‌عض آت‌ها سکل‌ها و مدها، قلدر، قرار م‌دهد و امام صادق (ع) مصرف گدشت خدهک را یک عاملاً سوء م‌دها م‌مصرف نم‌دهند. از سوء، دیگر خوردن، بخبر، در خدهک و حده‌ها، در گدشتش، تأثیرات داده‌ها، تغذیه از این گوشت باعث انتقال این صفت رذیله به انسان می‌گردد (۲۱). تذکره با ذبح شع

در دن، اسلام حیوان، باید توسط یک مسلمان، بالغ و عاقل، در حال که نام خدا را یاد م‌کنند، کشته شود که بدان تذکره گفته م‌شده و ذک با تسمیه به معنی م‌نمان، حاره، ساختن نام خدها، ند با گفتن: «بسم الله» یا «بسم الله، الله اکبر» قبل از بریدن گلولی حیوان است.

ذبح شع، مدها، در بخبر اثبات م‌دها م‌ کیفیت گدشت و همچنین بر سلامت است. قطع، گوارش، حیوان، گانه و تأکید بخبر، گوارش، کاما که باعث انجام رفتن تغذیه بعد از کشتن، و افزایش ماندگاری، گدشت و تأخذ در فساد آن م‌شود. مشخص شده است که خوردن، که در یک سیستم بسته محصور شده است، به‌سبب بدن، عده خوردن، م‌تواند خنده شده و به دلایل کاهش Ph گدشت، مدت نگهداری، گدشت افزایش م‌امکان، شد و تکثیر باکتری‌ها، مدها، کاهش م‌نماند (۲۲). همچنین در خصوص ذبح کردن، حیوان، به سمت قبله تحقیقات نشان داده است که الکترولیت‌ها، سلول‌ها و تمام عناصر تشکلی دهنده بدن، مدها، باها، مثبت و منفی هستند. لذا ذبح در جهت قبله که مدها، مغناطیس م‌من است، م‌موجب ایحاد آت‌ها م‌له‌کله، منظم، بدن، حیوان، شده و سلول‌های او را در بهترین وضعیت برای مصرف قرار م‌گردد (۲۳).

علی بن ابی طالب (ع) فرمود: «هی که نام خدا را بخورد، او را یک م‌دها، از حق نعمت آن‌ها، او را م‌سش نکنند». در حاره، دیگر م‌دها، م‌فرمانند: «به هنگام غذا خوردن، خدها، یاد کنید و از به‌ده‌ها م‌اجتناب کنید، زیرا که طعام نعمت و رزقی از خداوند است و بر

شماست که در آن خدایا، یاد کرده و شک گویند» (۲۴).  
 همچنین امام صادق علیه السلام به نقل از امیر مؤمنان فرماید:  
 «باید کسب که بگذارد، خود نام خدا بدد، ضمانت می‌کنم که از  
 آن غذا، به هیچ درد و رنجی گرفتار نمی‌شود.» (۲۵)  
 الکا (شباب)

قنا از طعم، اسلام، شاب‌خوار، در بن، بسیار، از ملت‌ها یک  
 عادت و رسم بود که آن عادت هنوز هم در بسیار، از کشورهای  
 واقع در آنجا، متعال، در قآن، که به سه بار، مسلمانی، از آن  
 خورند، شاب‌خوار، که ده‌اند، خدایند متعال، در آنجا ۲۱۹ سه‌بار، بقه  
 فرماید: «(ع. بغمید) از آن که از حکم شاب و قمار، مر بسند،  
 بگردد، در آن ده‌بار، گناه بزرگ است و سده‌ها، بدار، مرد، و  
 زنا، گناه آن، ده‌بار، از منفعت آنفاست.» تحقیقات علم‌آموزان  
 نشان داده است که اگر چه در برخی موارد مصرف که شاب  
 قمار، ممکن است، برخی اثرات آنتی‌اکسیدان داشته باشد، اما  
 همان‌طور که خالقه هست ۱۴۰۰ سال، پیش‌تر به آن معضه‌اشاه  
 کرده است، اثرات سوء آن، بسیار، بیشتر است (۲۶). ضمن اینکه  
 رعایت مجده‌دیت مصرف الکا، در جامعه نیز بسیار، دشوار است.  
 از جمله عوارض ثابت شده مصرف مزمن الکا، مرتان، به وجود  
 آن، زیاد مشروبات الکلی، و به‌ویژه حاق، و کند حب الکلی.  
 اشاه کرد. همچنین کمبود ویتامین‌ها، محلول، در آب، ابتلا به  
 زخم معده حاد و التهابات گوارش، که ممکن است منجر به مرگ  
 گردد و آسیب دستگاه عصبی، در مصرف دراز مدت الکا، گوارش  
 شده است (۲۷). به‌دلیل عوارض مصرف الکا، امروزه برخی  
 کشورهای حجاز، قنایند، بدار، مجده‌دیت مصرف الکا و کاهش  
 ابتلا به بیماری، و مرگ و مضع که ده‌اند و هزینه‌های زیادی را  
 نیز، در آن، خصوصاً صرف می‌کنند (۲۸).

در آیات اهل بیت (ع) نیز مطالب مختلف، در مورد مضرات  
 سلامت، و عوارض اجتماع شاب آمده است. امام رضا (ع) فرماید -  
 فرماید: «خدایند شاب، احوال کرده بدار، آنکه منشاء فساد  
 اجتماع است و عقاب انسان، از آن، در حقاقت باز مر دارد، حیا، و  
 از عوارض شاب‌خوار، مر دارد، در مواجهه با مردم از هیچ عمار  
 پشت‌شرم نمی‌کند و علاوه بر آن، شاب‌خوار، باعث بیماری‌ها،  
 نفاذ، در اعضا، داخل بدن، مر شده» (۲۹) به امیرالمؤمنین علی  
 علیه السلام گفته شد که آیا شاب‌خوار، از زنا و سقوت بدنی  
 است؟ امام علیه السلام فرمودند: بله، زنا، شاب‌خوار، هم زنا و  
 دزدی می‌کند، هم آدم می‌کشد و هم نماز را رها می‌کند. (۳۰)

تغذیه با مال، و عوارض حرام

مصدق واقعاً اثرات سوء لقمه حرام، کلام حضرت امام حسین  
 (ع) در ۱۵۰ عاشر، خطاب به لشکر، بنده و عم سعد، مر باشد  
 که فرمودند: «حرام، که در حدتاز، فرود بدهاید، مانع از آن، مر -  
 شد که کلام حق، بشنیده و آن، در ک کنید» در آن، استا  
 حضرت رسول خدا (ص) در سفر حجّه‌الداء، در مسجدالحرام، به  
 مسلمانان، فرمود: «بدانند که حدیثاً به من الهام کرد هیچ کس  
 نمی‌مد، مگر وقت که تمام، مقدّس، به او رسیده باشد، پس  
 از خدا ترسیده، در طلب، حریص نباشند و در رسیدن، زینة  
 حلالتان، شما را هادار، نکنند که عجله کنید و رزق خود را از راه  
 حرام بخواهید» (۳۱)

رسول، گام اسلام همچنین فرمودند: «هم که لقمه‌ها، از حرام  
 بخورد، تا حیثاً شب نماز، مقبول، نگردد و تا حیثاً، عوارض دعاش  
 مستحباب نشده و هر گشت که از حرام بود، آتش به آن،  
 سزاوارت نباشد» (۳۲). امام علی (ع) نیز فرموده‌اند: «حرام، بد غذا  
 است» (۳۳). که همگ نشانگر آن، سوء روزی حرام و شبهه‌ناک  
 بر سلامت جسم و روح انسان است.

اثرات سودمند مصرف غذاهای حلال و پاک (طیب) بر سلامتی

قآن، که به تدریج خود را فقط به تحریک خائث ننموده است،  
 بلکه مردم را به غذاها، مفید، مؤثر، در سلامت، اهنمار کرده  
 است و در سده، مائده آمده، ۴ فرماید: «از آن که مر بسند، چه  
 حناها، بدارشان، حلال، شده است؟ بگردد: همه باکنه‌ها، بدار، شما  
 حلال، شده است.» برخی مطالعات، در خصوص تأثیر مکمل‌ها،  
 مواد غذایی، ساختار، تشکر افاد، نشان داده‌اند که مصرف  
 ترکیبات غذایی سالم و حلال می‌تواند موجب بهترین پاسخ ژنتیکی  
 شود (۳۴).

علاوه بر توصیه قآن، که به مصرف انواع غذاهای حلال، و طب  
 که در دنیا به برخی از آنها اشاره مر شده، به رعایت اعتدال، در  
 خوردن، و بهین از اسراف و زباده‌ها، در خوردن، نیز اشاره شده  
 است. به‌طوری‌که در آنجا ۳۱ فرماید: «بفرماید: بخورید و  
 باشامید و اسراف نکنید، همانا خداوند اسراف‌کاران را دوست  
 ندارد.»

لازم به ذکر است که همان‌طور که در بخش غذاهای حرام و  
 اثرات آنجا ذکر شد، معنی کلمه «طیب» در قآن، و احادیث تنها، در  
 جنبه ظاهر، غذا خلاصه نمی‌شود و در حقیقت غذا، طب باید  
 با عوارض، حلال، به‌دست آمده باشد. چه سا مواد غذایی، بسیار  
 سودمند و حلال، که به‌خاطر مصرف با درآمد حرام در زندگی  
 اثرات جسمی و روحی بسیار مخرب بدار، مر گذارد.

بنام اکرم (ص) فرمودند: «کس که خوراکش حلال، باشد، قلش  
 با صفا و نازک مر شد، چشم‌ها، او از خوف خدا اشک‌نا، مر -  
 گردد و دعاء، او به اجابت مرسد» (۳۵). در حدیث معراج نیز  
 آمده است: «(ع. احمد) اگر خورند، و آشامندت پاک باشد، در  
 حفظ و حمایت من هست» (۳۶). خدایند متعال، در سده مؤمنان  
 آنجا ۵۱ فرماید: «(ع. رسولان) از غذاهای پاکه (حلال)، تناول،  
 کنید و به نیکوکاری و اعمال صالح پردازید که من به هر چه  
 مر کنید، آگاهم.»

در خصوص اثرات سودمند مصرف گوشت و شش، و تخم‌حیوانات  
 حلال، شک نیست که منبع اصلی پروتئین و مواد معدنی به‌ویژه  
 آهن، و عوارض بدار، بدن، بوده و حذف آنجا، درازمدت باعث  
 سوءتغذیه، ضعف عضلات، اختلال عملکرد اندام‌ها و کم‌خونی و  
 غده مرگردد. به‌همین دلیل، نیز خدایند در آیات متعدد از جمله  
 در آنجا ۵ سوره نجا، به مصرف گوشت اشاه دارد و فرماید:  
 «(حیا، بانا) یا آفید، که به (مهر، و شش) آنجا مر شده و از  
 آنجا فرایند بسیار، دیگر بوده و از (گوشت و شش) آنجا مر خورید» و  
 در آنجا ۱۴ همان سوره فرماید: «(ع. او کس) است که در با، احوال  
 ساخت تا از آن، گوشت تازه بخورد.» که در واقع مصرف ماهی  
 را توصیه فرموده و امروزه اثرات سودمند مصرف اسفدها، در  
 امگا ۳ که غذاهای دریایی از منابع اصلی آن است، در مطالعات  
 متعدد نشان داده شده است. همچنین مصرف شش حیا، بانا، که  
 به‌واسطه پروتئین و کلسیم و عوارض برخی مواد مغذی، دیگر اثرات  
 سودمند، بر بدن دارد و خدایند متعال، نیز در آنجا ۶۶ سوره نجا  
 فرماید: «(ع. الله) شما ملاحظه حیا، حیا، بانا: (از شش و  
 گاو و گوسفند) همه عدت و حکمت است، که ما از آنچه در  
 شش آن است از میا: (ده حسه ناباک) سگن: و خور، شما را  
 شش پاک مر نشانند که در طبع همه نشندگان، گوار است.»

از سایر غذاهای طب و حلال، که به‌ویژه در قآن، زیاد مراد  
 تدریج و سفارش قرار گرفته‌اند مرتان، به عس، خما، انجیر،  
 زیتون، انار، و حیوانات اشاه کرد که مصرف آنجا، در آیات متعدد  
 قآن، که به سفارش شده است و در برخی موارد نام سده‌ها، به‌نام  
 یک از آن، طبابت اختصاص داده شده است. در قآن، اشوات، به  
 فرایند آنجا شده است از جمله در آنجا ۶۹ سوره نجا، در مورد عس  
 فرماید: «(از شکم‌ها: نشندن، عس) به‌ویژه مر آمد که  
 رنگ‌هاش متفاوت آه، در آنجا، مردم در مان است.» علی  
 تغذیه نیز امروزه بر فواید متعدد این مواد غذایی از جمله اثرات

8. Majlisi, MBbMT. Baharalanvar, Isfahan, Publication of Ghaemieh Computer Research Center, 2019;103: 9.
9. Gharadaghi, F. Strategies for the development and standardization of halal food brand in improving the quality and safety of food. The first national conference on the development of comprehensive strategic quality in food health. 2014. Tehran.
10. Taheri MR. A book of modern studies on the Halal brand. Vaghegan Kherad Publications, 2016, 10-25.
11. Ghaemi H, Jadiri H. Study on the application and trade of halal trademarks in food products of Islamic and non-Islamic countries. The first national conference on the development of comprehensive strategic quality in food health. 2014. Tehran.
12. Al-Hurr al-Amili, MBA. Wasa'il al-Shia. Ale Beyt Publication, Qom, 1991; 16: 310.
13. Makarem-Shirazi, N. Nomoneh Tafhsir. Qom, 1974; 1: 585.
14. Vahidi Mehrjerdi S. The link between hygiene and worships in Quran and tradition. Toloo-e-behdasht. 2016; 15 (56): 1-12.
15. Majlisi, MBbMT. Baharalanvar, Publication of Ghaemieh Computer Research Center, Isfahan, 2019. Volume 65, Page 165.
16. Shams, M. Medicine in the Quran, Amirkabir Publications, Tehran, 2013.
17. Rezaei Esfahani, MA. Research in the scientific miracle of the Quran. Mobin Book Publishing, Vol. 2, p. 316. 2016
18. Matlabi M, Shafiee Mazandarani, SM. Buying and selling blood from the perspective of Imami jurisprudence. Jurisprudential and philosophical studies, 2015;6 (24): 101-23.
19. Ghosian Moghaddam M H, Maleki M. An investigation of the effect of pork consumption on human health from the perspective of Quran and medicine. J Arak Uni Med Sci. 2011; 13 (5)
20. Alaei, HA. The Wisdom of Prohibiting Pork in the Qur'an, Hadith and Science. Quran and Science, 2013; 7 (13): 49-70.
21. Ihtamam, A. Philosophy of rulings, publication of Falahat, 2000, 161-2.
22. Moghadam, A. Religious slaughter and the view of Islam". the first national congress of halal food, Tehran, 2019.

سدمند آنتی‌اکسیدانی و حفاظت از بیماری‌های مزمن پی برده است.

#### نتیجه‌گیری

در مجموعه از دیدگاه قرآن و روایات زینباء، سلامت، به‌مندی از مواد غذای سالم و پاک و دوری از غذاهای حرام می‌باشد و قطعاً به‌دفعه از دستورات الهی محبت می‌شود تا انسان از سلامت جسم و روان لازم برخوردار شود. در حقیقت آف‌بندگاری علمه ماده‌ای که طبع سالم انسان از آن متنفذ و مصفا می‌شود می‌تواند موجب عوارض جسمی و روحی گردد، حرام نموده است. امام صادق (ع) در مورد علت حرام بودن برخی غذاها فرمودند: خدایند تبارک و تعالی حرام نموده و با جن‌ها را حلال، نیکو کرده است، مگر با حفظ مصالح خود مردم و بندگانی که آنکه بنا به مسا و علاقه خود بعضی جن‌ها را حلال نموده و اثر در مصلحت و رعاقت می‌گردد. جن‌ها را حرام کرده باشد. برخی مطالعات در خصوص تأثیر مملک‌ها، مواد غذای ساختار، تشنگی، افاد، نشان داده‌اند که مصرف ترکیبات غذای سالم و حلال می‌تواند موجب بقا و ساختار تشنگی شود. امروزه با توجه به پیشرفت‌های علم، اگرچه علت و فلسفه حرمت برخی از آنها با وجود پیشرفت‌ها شده است، اما پژوهش‌های آتی ممکن است علل بیشتر و بهتری از آنچه تاکنون کشف شده است را برای بشر آشکار نماید.

#### References

1. Razi, M. Nutrition and lifestyle. First national conference on lifestyle and health. 2017. Islamic Azad University, Yazd Branch.
2. Rouhani L, Shahbazi F. Nutrition and health of the human soul and psyche. the second national conference on Quran and life sciences with a focus on healthy food. 2016. Esfahan.
3. Eisazadeh E, Eisazadeh N. The role of Halal livelihood in the spiritual health of man from the perspective of verses and narrations. Teb va Tazkiye. 1398; 28 (1): 1-12.
4. Aalipour F, Mahdavi F. Halal and clean are the highest standards of food hygiene in the Quran. IHJ. 2014; 1(2):41-50.
5. Ghaffari F. Healthy Nutrition from the Perspective of the Holy Quran. J Adv Med Biomed Res. 2014; 22 (90) :97-109.
6. Mohammadi M, Farrokhi R. The Halal food standard and its ethical and jurisprudence requirements. Iranian Journal of Nutrition Sciences & Food Technology. 2013; 7 (5):571-578.
7. Soleimani Fard, M, Sepahvandi A, Deghani M. Comparison of halal and Tayyib food with kosher and vegetarian food. The second national conference on Quran and life sciences with a focus on healthy food. Esfahan. 2016.

23. Khoshdoni Farahani, F. Review of Islamic slaughter (halal) and non-Islamic slaughter according to Quranic verses and traditions. The first National Congress of Healthy Food, Tehran, 2019
24. Kulayni, AMBY. Kafi froe. Quds Publications, 2016; 6: 290-6.
25. Kulayni, AMBY. Al-Kafi Osol, Office of Islamic History and Studies, 2001;6: 295.
26. Kazemi Moghadam R, Komijani, D. A Comparative Study of the Sanctity of Drinking Wine in the Holy Quran and the Testaments. Comparative Studies of Quranic Studies, 2018; 3 (6): 55-81.
27. Mogens Nygaard C, Keith, S. The long-term consequences of parental alcohol abuse: a cohort study of children in Denmark. Journal of Substance Abuse Treatment, 2003; 25(2): 107-16.
28. Ghosian Moghadam M, Moradi M. Effects of Alcohol Consumption on Human Health from the Perspective of Holy Quran and Modern Medicine. Quran Med. 2012;1(3): 45-53.
29. Nouri HBMT. Mustadrak al-Wasa'il, 1989; 17: 45.
30. Mottaqi A. Kanz al-Ummal Fee Sunan al-Aqwal wa al-Afal. 1979. Beirut Publishing, Volume 5, Page 13693
31. Majlisi, MBbMT. Bihar al-Anwar, Publication of Ghaemieh Computer Research Center, Isfahan, 2019; 66:314.
32. Qomi A. Safinatol Behar va Madinatol Hekam, Dar al Osveh Publication, 1990, 1: 24.
33. Amadi, Abdul Wahed Al-Ibn Muhammad. Exalted aphorisms and Pearls of Speech, Islamic Culture Publishing Office, 2008, 354.
34. Khayyam Nekouei M, Jabbari S, Dalvand Y. The effect of eating halal foods on the manifestation of moral traits from the perspective of Islam and genetics. the second national conference on Quran and biological sciences with a focus on healthy food, 2016. Isfahan.
35. Tabarsi, FI1. Tafsir Majma 'al-Bayan. Farahani Publication, 1974; 5, 353.
36. Dailami, HIMmad. Ershad Al\_glob, Qom Publication. 1997; 203.