

اولویت اصلی غذای انسان باید گیاه باشد

5 آیه در قرآن وجود دارد که می‌فرماید غذای انسان باید منشأ گیاهی داشته باشد. هرم غذایی انسان در قرآن مشخص شده است که می‌فرماید غذای انسان با آب باران باشد. که شامل دانه‌ها و حبوبات، قندها، چربی‌ها و ویتامین‌ها.



5 آیه در قرآن وجود دارد که می‌فرماید غذای انسان باید منشأ گیاهی داشته باشد. هرم غذایی انسان در قرآن مشخص شده است که می‌فرماید غذای انسان با آب باران باشد. که شامل دانه‌ها و حبوبات، قندها، چربی‌ها و ویتامین‌ها. سلامت نیوز: یک محقق قرآنی گفت: اسلام مصرف گوشت را حرام نکرده است اما توصیه اکید اسلام مصرف غذاهای گیاهی است و غذاهای جدید مثل سوسیس و کالباس هم غذاهای خبیث و مضر هستند.

جمشید خدادادی در گفت‌وگو با فارس، افزود: غذای اصلی انسان گیاه است و خدا به غذاهای گیاهی کرامت می‌دهد. خداوند در سوره مبارکه شعراء آیه 7 می‌فرماید، چرا به زمین نگاه نمی‌کنید خداوند گیاهان را زوج آفرید و به آنها کرامت بخشید. این محقق قرآنی اضافه کرد: مطابق آیات قرآن در بهشت اولین غذایی که به انسان‌ها می‌دهند غذاهای گیاهی است. آیه 20 تا 24 سوره مبارکه واقعه می‌فرماید، انسان زمانی که وارد بهشت شد از هر میوه‌ای به او داده می‌شود، پس اولویت غذایی انسان گیاه است و اولویت ثانویه گوشت.

خدادادی گفت: در قرآن 4 مسئله طبیات، خبائث، حلال و حرام آمده است. غذای انسان باید دو مشخصه حلال و طیب را داشته باشد. هر حلالی طیب نیست. غذاهای خبیث مانند سوسیس، کالباس، پیتزا و نوشابه است. این غذاها بدن انسان را آلوده می‌کند. علی (ع) نیز می‌فرماید معده خود را گورستان حیوانات نکنید.

وی ادامه داد: 5 آیه در قرآن وجود دارد که می‌فرماید غذای انسان باید منشأ گیاهی داشته باشد. هرم غذایی انسان در قرآن مشخص شده است که می‌فرماید غذای انسان با آب باران باشد. که شامل دانه‌ها و حبوبات، قندها، چربی‌ها و ویتامین‌ها. وی گفت: اسلام خوردن گوشت را برای انسان حرام نکرده است اما مطابق فطرت خدادادی غذای اصلی انسان گیاه است و غذای ثانویه گوشت است و هیچ موجودی در جهان خلقت بر خلاف فطرت خود غذا نمی‌خورد.

وی افزود: بنده توصیه می‌کنم که 90 درصد غذای مردم گیاهی باشد و فقط 10 درصد غذاها از گوشت باشد. این توصیه به نظر من با علم تغذیه امروز هم منافاتی ندارد.