

۱- متفق القول هستیم اختلاف اساسی و مهمی بین اینجانبان وجود ندارد و در مورد این که خام گیاهخواری سالمترین روش تغذیه انسان است و برای سلامت انسان و نجات کره زمین یک ضرورت است، متفق القول هستیم

۲- در عین حال قبول داریم شاید همه نتوانند صد در صد خام گیاهخوار باشند. اما با آنها که قبول دارند خام گیاهخواری بهترین روش تغذیه انسان است، می توانیم در یک مسیر همراه باشیم

۳- اینجانبان متفق القول بودیم این که میگوییم سبزی ها و میوه های ارگانیک شسته نشده، ویتامین ب ۱۲ دارد، منظور این نیست که سبزی ها و میوه ها ب ۱۲ دارند، بلکه میکروارگانیزم هایی که روی سبزی ها و میوه های ارگانیک شسته نشده، هستند، ب ۱۲ دارند، که اگر ما آنها را بخوریم به ما هم ب ۱۲ می رسد (نه اینکه هر سبزی و میوه از هر جا بدستمان برسد، تمیز نشده بخوریم)

۴- متفق القول هستیم شادروان آوانسیان با ارایه خام گیاهخواری خدمت بسیار شایسته به جامعه ایران و حتی بین الملل داشته اند، اما کتابشان همچون بسیاری کتابها و انتشارات، اشتباهاتی هم دارد از جمله: بکار بردن مرده خواری، به جای پخته خواری، صحیح نیست

۵- متفق القول هستیم سرخ کردن غذا، موجب سمی و سرطانی شدن غذاها میگردد و پختن غذا، موجب از بین رفتن ویتامینها خصوصا ویتامین D و C میگردد

۶- متفق القول هستیم که اساتید و پزشکان و مدیران انجمن ها و گروههای خام گیاهخواری و گیاهخواری (علاوه بر کتابها و فضاها مجازی خصوصی و عمومی شان که انتشار دهنده نظرات شخصی شان هست)، نیاز به یک محلی دارند که بتوانند اهداف مشترکی که دارند را، در آن منتشر نمایند

(از جمله فرم شماره ۱ و ۲ و ۳ انجمن ملی که مطابق فرم شماره ۴، هر کدام از ما یا دیگران، ویرایش یا ایجاد نموده ایم از موارد مشترک است) (ادامه در صفحه ۲)

(دبیرخانه انجمن ملی خام گیاهخواری و گیاهخواری ایران)  
فرم شماره ۱۰۰ (گزارش برنامه های انجمن ملی)

به نام خداوند جان و خرد

(گزارش برنامه شماره ۱ انجمن ملی)

(هم اندیشی ۲ روزه تاریخ ۲ تا ۱۴۰۱/۰۲/۰۱)

(محل برگزاری: اصفهان دبیرخانه انجمن ملی)

موضوعات مطرح شده :

(بهترین روش تغذیه خام گیاهخواری هست یا نه؟)

(در خام گیاهخواری ب ۱۲ چگونه تامین میشود؟)

(اتلاق پخته خواری به مرده خواری درست هست یا نه؟)

(سرخ کردن، و پختن، سرطانی و اسیدی میکند غذا را؟)

(آیا لازم است امور و اندیشه مشترک اساتید، جهت

پیشبرد اصل خام گیاهخواری در یک محل مشترک،

تحت عنوان : انجمن ملی خام گیاهخواری و

گیاهخواری ایران، هم اندیشی، ثبت و اجرا شود؟)

(طرح تشویق مردم به خام گیاهخواری روزهای فرد،

تا چه حد به سلامت و نشاط و پیشگیری از بیماری

جامعه کمک میکند؟)

(گزارش در ۲ صفحه بشرح زیر ارایه میگردد) نشست

هم اندیشی ۲ روزه ای در اصفهان اول و دوم اردیبهشت

۱۴۰۱ با حضور اینجانبان دکتر حسن زاده و دکتر صالحی

در پنج نوبت صبح و عصر و شب، که چهار نوبت به میزبانی

انجمن ملی در حضور کسانی که دعوت شده هر دو نفرمان

از نقاط مختلف کشور بودند، و یک نوبت به میزبانی انجمن

تندرستی اصفهان در حضور اعضای آن انجمن و دعوت

شدگان فوق، به شرح زیر برگزار گردید

لذا اینجانبان (و آقای دکتر حق پرست که موفق به حضور

نشد)، گزارش زیر را توسط آقای مهربانی از موبایل انجمن

ملی به گروهها و انجمن های سراسر کشور، ارسال می نمایم

و پی دی اف آن در سایت انجمن ملی به نشانی اینترنتی

زیر، دسترس میباشد (ادامه در ستون مقابل)

خامگیاهخواری آگاه کنیم و انجمن ملی بتواند از مجلس، وزارت بهداشت، وزارت علوم درخواست تدریس خامگیاهخواری در دانشگاهها نماید و در صدا و سیما برنامه هفتگی داشته باشد

و فرم شماره ۲، برنامه ماهیانه خام گیاهخواری روزهای فرد و میوه و پخته خواری روزهای زوج میباشد (بدون گوشت و لبنیات و گندم و شکر و روغن تجاری و چای و ترشی میباشد) همانطور که در ستون ۴ جدول ۲ قید شده، همینکه مردم با این دو جدول قدم در مسیر خامگیاهخواری روزهای فرد گذارند، حداکثر ۳ تا ۶ ماه بعدی، خودشان راهشان را پیدا خواهند نمود

و فرم شماره ۳، درمان بیماری ها، با خامگیاهخواری روزهای فرد، می باشد همچنین انجمن ملی در این فرم پیشنهاداتی به مدیران محترم انجمن ها و گروه های سراسر کشور، ارائه داده است

۹- و بیاری خدا با این روش به راحتی میتوان جمعیت خامگیاهخوار و گیاهخوار ایران که بفرموده استاد مهندس متوسلانی حدود یک ده هزارم جمعیت ایران است را، به معدل جهانی ده درصد رسانید

۱۰- هم اندیشی در دومین شب، در حضور عده ای اصحاب پزشکی سنتی اصفهان نیز، برگزار شد که ایشان نیز نسبت به (طرح خامگیاهخواری روزهای فرد) نظر مثبت داشتند

۱۱- این گزارش مشترک از سوی اینجانبان دکتر حسن زاده و دکتر صالحی (و دکتر حق پرست که فرصت حضور نداشتند)، توسط آقای مهربانی از طریق موبایل دبیرخانه انجمن ملی ۰۹۰۲۴۸۴۱۹۹۰ به انجمن ها و گروههای سراسر کشور، ارسال میگردد پی دی اف آن در سایت انجمن ملی به نشانی اینترنتی زیر دسترس میباشد

با سپاس دکتر حسن زاده دکتر صالحی دکتر حقپرست

(انتشار ۱۴۰۱/۰۲/۰۳) دبیرخانه انجمن ملی

(دبیرخانه انجمن ملی خامگیاهخواری و گیاهخواری ایران)  
فرم شماره ۱۰۰ (گزارش برنامه های انجمن ملی)

(ادامه گزارش برنامه شماره ۱ انجمن ملی)

(هم اندیشی ۲ روزه تاریخ ۲ تا ۱۴۰۱/۰۲/۰۱)

۷- بنابراین انجمن ملی را جایگاه مناسبی برای انتشار ایده های مشترک میدانیم و به پزشکان و اساتید و مدیران محترم انجمن ها و گروههای خامگیاهخواری و گیاهخواری و رایج و سنتی پیشنهاد می نمایم فرمهای ۱ و ۲ و ۳ را بصورت فایل پی دی اف، یا چاپ کاغذی، به منظور وحدت رویه در ارتقا عمومی سلامت جامعه، به مراجعین و گروههایشان ارایه نمایند

و خودشان هم هر اظهار نظری دارند، به دبیرخانه انجمن ملی (که مطابق ستون ۷ در فرم ۲، و فرم شماره ۳ و ۴، خودشان مدیرش هستند)، ارایه نمایند تا لحاظ گردد

۸- چنانچه مردم با این طرح (که طرح تشویق مردم به خامگیاهخواری روزهای فرد میباشد) و مشابه سفره عمومی مردم میباشد، آشنا شوند، براحتی در مسیر میمانند

همچنین به مردم عزیز عرض میکنیم: با رعایت خامگیاهخواری در این سه روز هفته، علاوه بر نقش مهمی که در سلامت خودتان بازی میکنید، موجب ارتقا امنیت غذایی در شرایط اقلیم خشک ایران و حفظ محیط زیست نیز خواهید شد

(این طرح، فرم اساسی، شماره ۱ و ۲ و ۳ دارد)

فرم شماره ۱، آزمایش پزشکی میباشد که مقرر میدارد هر تازه وارد ابتدا آزمایش پزشکی بگیرد تا بعداً تصور نکند از ورود به خامگیاهخواری نقص وارد شده است و با انجام ۳ بار آزمایش پزشکی در این جدول، معجزه خامگیاهخواری را میبیند و حتی تا ۵ سال سالی یکبار آزمایش بگیرد تا به لحاظ علمی هم، خیالش از سلامتی دراز مدت راحت باشد و نتیجه این آزمایشات به دبیرخانه انجمن ملی ارسال شود

تا با تهیه آمار بتوانیم جامعه ی علمی و مردم را به معجزه (ادامه در ستون مقابل)