**طب و اخلاق 2**

پدید آورنده : سلطانی، محمد

|  |
| --- |
| مقدمه  در مقاله پیشین، ضرورت و تأثیر طب اسلامی در تضمین سلامتی و ارتباط نزدیک آن با ساختار اخلاقی، بررسی گشت و بحث در امور ششگانه ضروری (اسباب سته ضروریه) پی ریزی شد که اولین آن ها، خوردنی ها (مأکولات) است. آنچه به عنوان غذا و دارو می خوریم، پس از تصرف و تجزیه توسط حرارت غریزی، فعل و انفعالاتی در بدن ایجاد کرده و تأثیراتی به جا می گذارد. ما غذا ها را به دوازده نوع تقسیم کردیم که شناخت و درک صحیح از هر یک از این اقسام، نقش تعیین کننده ای در صحت، حیات و صفات اخلاقی انسان دارد. اینک به بحث و شرح این اقسام می پردازیم.  پیش از ورود در بحث اقسام غذاها، تذکر چند نکته لازم است:  الف. تأثیر بعضی از اقسام خوراکی ها در بدن، مخالف قوا و ارواح و حرارت غریزی است و وقتی وارد بدن می شوند، خون و اخلاط بدن را فاسد کرده و هر کدام به گونه ای در نفس و روح تأثیر می گذارند؛ چون بدن و روح در یک دیگر تأثیر متقابل دارند. اگر در خوراک انسان، چیزی باشد که فاسد کننده قوا و ارواح و حرارت غریزی باشد، غیر از ضعف قوای بدنی انسان، قوای ارادی و اراده را هم سست می کند و تمایلات فاسد و مفاسد اخلاقی -مانند تمایلات شهوانی، غضب، افکار پست و تاریک- ایجاد می کند و نیز انسان را به منفی بافی، منفی نگری و منفی اندیشی و مانند آن مبتلا می کند.1 علاوه بر این چون این گونه خوراکی ها، در مزاج بدن، اختلال ایجاد می کند، روح را از عوالم قدس تنزّل می دهد، تا نقصان حاصل شده را تدبیر و جبران کند. در نتیجه انسان به سبب تنزل روح از عالم قدس، در اخلاق ناطقه انسانی رشد و تعالی نمی یابد؛2 لذا باید درباره خوراکی ها، دقت بیشتر داشت و گروه غذایی را شناسایی کرد، تا هم از عوامل فساد بدن پرهیز شود و هم از اسباب اصلاح بدن و قوا و عوامل رشد اخلاقی بهتر استفاده شود.  ب. پیش از مصرف هر غذا، باید غرض و هدف خود را از خوردن آن -مثلاً تغییر مزاج، ایجاد برودت و یبوست، رویش گوشت، تولید خون و. .. در نظر داشته باشیم غذا را بی جا به کار نبریم.  ج. باید قبل از مصرف هر غذا، به نیت و قصد خود از خوردن آن توجه داشته باشیم. آیا برای خدا، نیرو گرفتن برای عبادات و. .. است؟ به فرموده رسول خدا9:  إنما الأعمال بالنیات و لکل امریءٍ مانوی؛3  اعمال، به قصد و نیت ها بستگی دارد و بهره هرکس چیزی جز نیت او نیست.  طبق این روایت شریف، نیت در رفتاری که از انسان سر می زند، دخالت دارد، از سویی تأثیر خوراکی ها در روح و روان و تکامل نفسانی و بدن، تابع نیت است و انگیزه های صحیح و الاهی از استفاده غذاها، آثار خوبی در نفس و بدن از خود به جا می گذارند. نیت، گذشته از بازتاب و پاداش اخروی، از اموری است که تأثیرات بالخاصیه خوراکی ها که بُعد سوم اشیاء است را تغییر می دهد.  قل إن صلاتی و نسکی و محیای و مماتی لله رب العالمین. ..؛4  بگو: نماز و عبادات من و زندگی و مرگ من، همه برای خداوندی است که پروردگار جهانیان است.  د. باید ارزش غذایی و تأثیرات خوراکی را به خوبی بشناسیم. آیا این غذا و آنچه می خوریم، خاصیت غذایی داشته و خون تولید می کند یا آن که تنها سبب تغییر مزاج در بدن می شود؛ ولی اجزاء از دست رفته اعضا را جبران نمی کند یا هر دو تأثیر را دارد؟ انسان با توجه به این امور، انتخاب صحیحی در خوراکی ها خواهد داشت و اگر این ها را نداند، ممکن است بدنش برای تقویت قوا و جبران کم خونی نیاز به غذا داشته باشد یا به تغییر مزاج نیاز داشته باشد؛ ولی به سبب استفاده نا به جا به درستی نتیجه نمی گیرد.  هـ. این سلسله از مباحث، کاملاً به هم پیوسته است؛ از این رو هر بحثی باید در جای خود، خوب فهمیده و روشن شود.  و. سعی ما بر آن بوده که مباحث را با بیان ساده و روان تقدیم مخاطبان گرامی کنیم؛ اما هر علمی اصطلاحات و واژه های خاص خود را دارد که باید به تدریج با آن ها آشنا شد و در این راه همتی بلند داشت.  **تعریف و توضیح اقسام دوازدهگانه خوراکی ها**  **1. غذای مطلق**  تأثیر غذای مطلق در بدن، تنها به ماده و جوهر آن است، نه به کیفیت و صورت؛ یعنی بعد از ورودش به بدن، حرارت غریزی در آن، تصرف می کند و آن را به خون تبدیل می کند؛ اما در بدن کیفیت خاصی افزون بر کیفیت خود بدن ایجاد نمی کند؛ مانند گندم و زرده تخم مرغ نیم برشت که به خون تبدیل می شود و اجزای تحلیل رفته را جبران می کند؛ ولی برودت، رطوبت، خشکی و گرمیِ جدیدی افزون از آنچه در بدن بوده به وجود نمی آورد؛ از این رو این نوع غذاها برای همه، با طبیعت های مختلف مناسب است.  **2. دوای مطلق**  تأثیر آن در بدن، تنها به کیفیت است؛ یعنی فقط مزاج را تغییر می دهد و در بدن ایجاد برودت، گرمی، رطوبت و خشکی مزاج می کند و ماده آن، قابلیت برای تغذیه بدن و اجزای آن و تبدیل به خون شدن را ندارد؛ مثل فلفل، زنجبیل و کافور که فلفل و زنجبیل، سبب گرمی و خشکی و کافور، سبب سردی و خشکی در مزاج می شود.  **3. غذای دوایی**  تأثیر این خوراکی در بدن، به ماده و کیفیت، هر دو می باشد؛ ولی تأثیر ماده نسبت به کیفیت، غالب و بیشتر است؛ مانند کاهو، ماءالشعیر، کدو، عدس، ماش، لوبیا، انگور، اسفناج و...، که بعد از تأثّر از بدن، خلطی و خونی از این ها تولید می شود که قابلیت تغذیه اجزای بدن و جایگزینی اجزای تحلیل رفته را دارد و به تناسب کیفیت خود در کیفیت و مزاج اصلی بدن نیز تغییر ایجاد می کند؛ اما جنبه تغذیه ای این ها بیشتر است.  **4. دوای غذایی**  تأثیر آن در بدن به کیفیت و ماده، هر دو است و برخلاف قسم سوم، تأثیر کیفی آن، بر تأثیر ماده غالب است؛ مانند پیاز، توت، آلو، سبزیجات که این گونه خوراکی ها، مزاج بدن را به مقدار قابل توجهی تغییر می دهند؛ اما تولید خلط برای تغدیه و جایگزینی اجزای از دست رفته بدن، توسط این ها کم است؛ ولی در هر حال، تولید خلط هم دارد.  **5. پادزهر و تریاق ذوالخاصیه**  تأثیر آن در بدن، فقط به صورت است و دافع مضرات و مصلح مفاسد حرارت غریزی و قوا و ارواح بدن است و برای دفع سمومی که وارد بدن می شود، استفاده می گردد؛ مثل پادزهرحیوانی.  **6. غذای ذوالخاصیه**  تأثیر این غذا در بدن، به ماده و صورت است؛ اما تأثیر ماده نسبت به صورت، غالب و بیشتر است؛ مانند روغن گوسفند و گاو، شیر و... که هم بدن را تغذیه می کنند و هم سموم بدن را دفع کرده و شادی و سرور ایجاد می کنند.  **7. دوای ذوالخاصیه**  تأثیر این دوا در بدن، به کیفیت و صورت، هر دو است؛ مانند جدوار5 که علاوه بر دفع سموم بدن، حرارتی غالب بر مزاج اصلی بدن هم ایجاد می کند.  **8. غذای دوایی و ذوالخاصیه**  تأثیر آن به کیفیت، ماده و صورت، هر سه است. مانند سیب که هم بدن را تغذیه می کند و هم مزاج بدن را کمی تغییر می دهد و هم سرور آفرین و فرح آور است.  این ها اقسامی از خوراکی ها بود که تأثیرشان موافق بدن می باشد. بقیه اقسام، تأثیرشان مخالف بدن بوده و مفسد اخلاط و ارواح بدن هستندکه به آن ها می پردازیم:  **9. سم مطلق**  چیزی است که تأثیرش فقط به صورت است و وقتی وارد بدن شود، برخلاف پادزهر، به سرعت حرارت غریزی، قوا و ارواح بدن را فاسد می کند و فرصت فعل و انفعال به آن ها نمی دهد؛ مانند آشامیدن بیش(یک نوع سم است) و زهر افعی و مارهای قوی و گزیدن آن ها که حرارت غریزی و ارواح و قوای بدن را فوراً از بین می برد و در نتیجه فرد می میرد.  **10. دوای سمی**  تأثیر این دوا، به کیفیت و صورت نوعیه است و پس از فعل و انفعال در بدن و حصول اثر سمی، کیفیتی غالب بر کیفیت اصلی بدن پدید می آورد و در پایان، مزاج بدن را فاسد می کند؛ مانند افیون، فرفیون، سقمونیا و....  **11. غذای سمی**  تأثیر آن به صورت و ماده است و بعد از فعل و انفعال و تغذیه بدن، ایجاد سم می کند.  بعید نیست در زمان ما، اغذیه ای که در آن ها مواد نگه دارنده به کار رفته یا گیاهانی که با سم شیمیایی و کودهای شیمیایی رشد کرده اند، غذای سمی باشند؛ مثل گندمی که با کود شیمیایی تغذیه شده یا زرده تخم مرغی که با هورمون های شیمیایی رشد کرده باشد.  **12. غذای دوایی سمی**  تأثیر این خوراکی به ماده، صورت و کیفیت هر سه است و بعد از فعل و انفعال در بدن و تغذیه آن و ایجاد کیفیت غالب، ایجاد سمیت هم می کند؛ مانند گیاهان سمی زائد و بیشتر غذاهای زمان ما که با سموم تغذیه می شوند یا مواد نگه دارنده سمی دارند.  **جمع بندی**  در این مقاله، با اقسام دوازدهگانه غذاها و خوراکی ها آشنا شدیم و دانستیم که خوراکی های ما، از این اقسام خارج نیستند که گاهی تنها از آن ها خون تولید می شود و اجزا و قوای بدن را می سازد یا تنها در بدن برودت، رطوبت، حرارت، و یبوست ایجاد می کند یا هر دو کار را انجام می دهد (هم خون تولید می کند و هم مزاج بدن را تغییر می دهند) و یا آن که از سموم هستند. شناخت و درک صحیح این موارد و به کار گرفتن درست آن ها، بدن را تعدیل می کند و در نتیجه خلق و خو و رفتاری که از شخص سر می زند، سنجیده و متعالی خواهد بود؛ حتی افکار و خیالات را تحت تأثیر قرار می دهد؛ چون غذا با تمام این امور ارتباطی تنگاتنگ دارد. در مباحث گذشته، توضیحاتی درباره این مطلب داده شد.  پی نوشت ها:  1- برای آشنایی به قواعد این مباحث ر.ک: مباحث اخلاط و ارواح و تأثیر آنها در یکدیگر در کتب طبی، مانند: مفرح القلوب و خلاصه الحکمه.  2- برای آشنایی به قواعد این بحث ر.ک: کتب فلسفی، مباحث نفس و ارتباط بدن و نفس، مثل کتاب سرح العیون از علامه حسن زاده آملی.  3- وسائل الشیعه، ج 1، ص 49، ح 92.  4- سوره انعام: 162.  5- نوعی گیاه است که در فارسی به آن زرنباد میگویند و از تیره زنجبیل ها می باشد (ر.ک: مخزن العدویه، ص 298؛ فرهنگ فارسی معین، ج 2، ص 1736). |