



Vol.17, No. 40, summer 2022,

Quarterly

ISSN: 1735-4536

Islamicedu@irhu.ac.ir

The Effect of Nutrition on Human Knowledge Education on Religious-Philosophical Analysis

Abedin Darvishpur (University of Lorestan, abindarvishpor@yahoo.com)

ARTICLE INFO

Article History

Received: 2021/7/3

Accepted: 2021/11/17

Key Words:

Nutrition,
epistemological education,
body,
soul,
philosophical religious method

ABSTRACT

The purpose of this study is to explain the effect of nutrition as one of the non-cognitive factors affecting the human knowledge, which is based on religious-philosophical analysis through a descriptive-analytical method. The findings of this study show the relationship between soul and body and their union on the one hand and the effect of food and drink on the body on the other hand provides the ground for mutual influence between the soul and the body. Therefore, whenever the religiously illicit or licit nutrition comes from the body area, the nature of food directs the human soul in a specific direction and in accordance with the nature of the food. Accordingly, illicit nutrition causes one to lose his talent for acquiring right knowledge.

Also, the food, as a material object, plays an important role in changing the position of the body and, consequently, in the position of the brain and nerves, as a perceptual tool of the body, and a change in this tool plays an important role in formation of human knowledge.

تأثیر تغذیه بر تربیت معرفت انسانی: تحلیل دینی-فلسفی

عابدین درویش پور (دانشگاه لرستان؛ abdindarvishpor@yahoo.com)

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۴/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۸/۲۶

واژگان کلیدی:

تغذیه،

تربیت معرفتی،

بدن،

نفس،

روش دینی فلسفی

چکیده

هدف این پژوهش تبیین تأثیر تغذیه به عنوان یکی از عوامل غیر معرفتی بر معرفت انسانی است که بر مبنای تحلیل دینی-فلسفی صورت می‌گیرد و از روش تحلیلی توصیفی استفاده می‌کند.

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که ارتباط متقابل نفس و بدن و اتحاد آن دو از یک سو و تأثیر خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها بر بدن از سوی دیگر، زمینه تأثیر و تأثر بین نفس و بدن را فراهم می‌آورد. بنابراین هرگاه زمینه تغذیه حرام یا حلالی از ناحیه بدن به وجود آید، ماهیت غذا، نفس انسان را مطابق ماهیت غذا در جهت خاصی سوق می‌دهد. در نتیجه، تغذیه ناپاک و حرام سبب از دست دادن استعداد کافی برای کسب معرفت صحیح می‌گردد. همچنین غذا به عنوان شیئی مادی در تغییر وضعیت بدن و به تبع آن در موقعیت مغز و اعصاب، به عنوان ابزار ادراکی بدن نقش مهمی ایفا می‌کند که تغییر وضعیت این ابزار ادراکی در شکل‌گیری معرفت انسانی نقش مؤثری دارد.

مقدمه

نوع تغذیه یکی از عناصر سبک زندگی دینی است که نقش بسزایی در رشد و کمال معنوی انسان دارد. خداوند متعال در برخی از آیات تغذیه را وسیله‌ای برای آزمایش افراد و در دسته‌ای دیگر، معیاری برای صحت ایمان امت‌های گذشته قرار داده است (لقمان، ۲۰؛ نحل، ۱۴؛ بقره، ۶۵). تأثیرات فرا مادی تغذیه و ابعاد تأثیرگذاری آن در جان و اندیشه انسان از مسائلی است که با استناد به آیه *فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ* (عبس، ۲۴) و مراجعه به برخی از تفاسیر قابل اثبات است (طباطبایی، ۱۳۹۱، ج ۲۰، ص ۳۷۶؛ طیب، ۱۳۹۰، ج ۱۴، ص ۲۴۶؛ ثقفی تهرانی، ۱۳۸۹، ج ۱۱، ص ۱۸۷). این امر در فقه اسلامی نیز با وضع احکام عملی و دستورات دینی در قالب احکام پنج‌گانه (حلال، حرام، مستحب، مکروه و مباح) نظام و آیین خاصی به خود گرفته است. اهمیت بررسی تأثیر تغذیه در فکر و اندیشه انسان آنگاه آشکار می‌شود که بدانیم اکل از شجره ممنوعه اسباب هبوط حضرت آدم علیه السلام را فراهم کرد (بقره، ۳۸) و در روز عاشورا امام حسین علیه السلام تغذیه حرام را علت موثر نشدن کلامش بر سپاه دشمن، اعلام می‌کند.

بنابراین دین مبین اسلام در تغذیه صرفاً به نگاه بهداشتی و سلامت بدنی بسنده نکرده، بلکه علاوه بر بعد جسمانی به ابعاد معنوی و تربیتی آن نیز توجه دارد. پس تغذیه از مسائل مهم راهبردی در تکامل جسم و روح آدمی است و همانند بسیاری از موضوعات مادی، علاوه بر احکام تجربی متناسب با عالم ماده، مشمول تبیین فلسفی و عقلی قرار می‌گیرد. در دنیای معاصر، بر علوم تغذیه صرفاً نگرش کمی و مادی حاکم بوده و به ساحت متافیزیکی و الاهیاتی تغذیه کمتر توجه می‌شود از این‌رو فقدان نگرش تربیتی و الاهیاتی و کم‌توجهی به آثار تغذیه، در روان‌شناسی و پزشکی رخ نموده است. از طرفی یکی از مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی توجه به تغذیه و اصلاح آن است که کمک گرفتن از معارف دینی و آموزه‌های فلسفه اسلامی خاستگاه مناسبی برای اثبات این موضوع به‌شمار می‌رود (یوسفی، ۱۳۹۳، ص ۲۵). بر این اساس در متون دینی بر تأثیر تغذیه بر روح و معرفت آدمی تأکید شده و از آنجاکه دین و عقل با هم هماهنگی دارند، تبیین عقلی-فلسفی این مسئله امری امکان‌پذیر است.

آنچه در این بحث مهم به نظر می‌رسد این است که عقاید و باورهای انسان همواره ناشی از کوشش‌های علمی و معرفتی نیست، بلکه گاه حاصل عوامل غیر معرفتی همانند تغذیه است که در شکل‌گیری شخصیت انسان و جهت‌گیری‌های تربیتی و معارف انسان اثرگذار است. پس مسئله تغذیه به مباحث معرفت‌شناختی مرتبط است و با تبیین فلسفی آن می‌توان چشم‌انداز تازه‌ای را در بررسی برخی از مبانی معرفتی گشود. این مقاله به تحلیل این موضوع در آموزه‌های دینی و فلسفه اسلامی می‌پردازد.

۱. تحلیل تأثیر تغذیه بر معرفت بر اساس متون دینی

بهداشت بدن و سلامت تغذیه در دین اهمیت بسزایی دارد. در آموزه‌های دینی توصیه‌های مهمی در زمینه ارتباط و تأثیر تغذیه با جسم انسانی ذکر شده و مطابق احکام دین، خوردن چیزی که ضرر کلی برای جسم انسان دارد حرام است (خمینی، ۱۳۹۲، ج ۲، ص ۱۶۷). با این حال، نهی دین درباره ممنوعیت خوردن و آشامیدن، اختصاص به ضرر بدنی نداشته، بلکه در برخی موارد به آثار معنوی و روحی نیز ناظر است. لذا در برخی روایات با وجود حلال و مباح بودن گوشت گاو به آثار و ضرر زیانبار بدنی آن اشاره شده است (عسکری، ۱۳۸۹، ص ۱۰۱). ابن‌سینا نیز عوارض ناشی از مصرف زیاد گوشت گاو و گوساله را افسردگی و مالیخولیا معرفی می‌کند (ابن‌سینا، ۱۳۹۸، ج ۱، ص ۲۱۴). از این امر می‌توان استنباط کرد که حرمت یک غذا دائر مدار ضرر روحی یا جسمی یا هر دو با هم است. پس شایسته انسانی که روح پاک و نفخه الهی در او دمیده شده آن است که از غذای پاک و طاهر استفاده کند. «كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ»؛ بخورید از پاکیزه‌هایی که ما روزی شما کردیم (بقره، ۱۷۲).

بر این اساس، در آموزه‌های دینی، از پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله نقل شده: «غذای حلال در زلالی افکار و اندیشه و صیقل روح و غذای حرام در انحراف فکری و ظلمت نفس تأثیرگذار است و تغذیه هم در پیدایش اندیشه‌های والا و هم در انحرافات فکری تأثیر اساسی دارد» (دپلمی، ۱۳۹۲، ص ۲۰۳؛ طبرسی، ۱۳۹۰، ص ۳۵۳) و انکار حق و در مسیر گمراهی و شقاوت افتادن از مهم‌ترین آثار غذای حرام و شبهه‌ناک است. در روز عاشورا امام حسین علیه السلام

انگور موجب برطرف شدن اندوه و غم دانسته شده است (مجلسی، ۱۳۹۳، ج ۶۳، ص ۱۷۱؛ حجازی، ۱۳۹۴، ص ۱۴۸). همچنین در جایی دیگر آمده؛ از شیر دادن کودک توسط دایه‌ای احمق به جهت انتقال ویژگی‌های فکری و نگرشی وی به کودک نهی شده (صدوق، ۱۳۹۴، ج ۳، ص ۴۷۹). گرچه شیر مادر از امور مادی به‌شمار می‌رود اما حامل خصایص و خصلت‌های از مادر است که قابلیت انتقال به دیگری را دارد.

از مفاد این نوع روایات به‌دست می‌آید که در برخی غذاها خصوصیات نفیفته است که با تناول انسان از آنها آن ویژگی‌ها به روح و اندیشه انسان منتقل می‌گردد. همچنین در دسته‌ای از روایات، پرخوری را موجب سلب حکمت و مردن قلب آدمی و کم‌خوری را سبب زلالی اندیشه و زمینه‌ساز دریافت حکمت معارف الهی معرفی می‌کنند (همان، ص ۲۳۷). کم‌خوری و پرخوری دو حالت مربوط به کمیت تغذیه انسان است که هر یک در پیدایش حالات و افکار انسان نیز تأثیر می‌گذارد. زیرا وضعیت‌های بدنی در جهت‌گیری‌های روح تأثیرگذار است. بنابر آنچه گفته شد خواص خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها علاوه بر بدن، بر روح و اندیشه اثرگذار است و در حقیقت غذا با تناول جزئی از متغذی (انسان خورنده) شده و به انسان منتقل می‌شود و طی فرایندی دارای آثار و خواصی می‌گردد که این آثار، جسم را در وضعیت خاص قرار داده و زمینه پیدایش تغییر در ساحت روحی و روانی انسان را فراهم می‌کند همچنین بر اساس اصل سنخیت بین علت و معلول (غذا و اثر غذا) هر غذایی اثر خاص متناسب با حقیقت خود در انسان دارد. البته ناگفته نماند این چنین نیست که همواره صرف تغذیه باعث ایجاد صفت روحی شود؛ بلکه در مواقعی ممکن است که پیدایش آن صفت نیازمند تکرار، تمرین و ممارست باشد. پس می‌توان گفت خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها به نحو چشمگیری بر جسم و جان و فکر اندیشه انسان اثرگذار است.

۲. تبیین فلسفی رابطه غذا با روح

توجه به سلامت جسم یکی از لوازم طهارت روح است که از طریق تغذیه پاک و حلال محقق می‌گردد و این امر مقدمه‌ای برای

علت بی‌تأثیری نضایح خود را بر سپاه دشمن، پرشدن شکم‌هایشان از غذای حرام و شبهه‌ناک بیان می‌کند: «و یلکم ما علیکم ان تنصتوا الی فتسمعوا قولی... فقد ملئت بطونکم من الحرام و طبع علی قلوبکم»؛ در روز عاشورا خطاب به سپاه ظلم فرمود: وی بر شما چرا ساکت نمی‌شوید، تا گفتارم را بشنوید؟ همانا من شما را به راه هدایت و رستگاری فرا می‌خوانم، هر کس از من پیروی کند سعادت‌مند است و هر کس نافرمانی‌ام کند از هلاک شدگان است، شما همگی نافرمانی‌ام می‌کنید و به سخنم گوش نمی‌دهید، آری در اثر هدای حرامی که به شما رسیده و در اثر غذاهای حرامی که شکم‌هایتان از آنها انباشته شده، خداوند این چنین بر دل‌های شما مهر زده است! (مجلسی، ۱۳۹۳، ج ۴، ص ۸). مطابق این روایت، تغذیه حرام مانع پذیرش حق گردیده و راهنمایی‌ها و ارشادات اولیای دین را بی‌اثر کرده است. زیرا گوش دادن به سخن پیامبران و اولیای الهی و اطاعت از اوامر آنان نیازمند باور است. از طرف دیگر، عقیده و باور ریشه در ایمان افراد دارد و خوردن غذای حرام، ایمان شخص را از بین برده و موجب زوال باور و مانع اراده و عمل به حق می‌گردد (ملحوجی، ۱۳۹۹، ص ۳۹).

امام علی (علیه السلام) به کمیل بن زیاد در باب تأثیر غذا بر قلب و زبان و اندیشه چنین می‌فرماید: «یا کمیل اللسان ینزح من القلب والقلب یقوم بالغذاء فانظر فیما تغذی قلبک و جسمک فان لم یکن ذلک حالاً لم یقبل الله تسبیحک و لا شکرک»؛ ای کمیل! زبان انسان از قلب وی سرچشمه گرفته و قلب هم قوت و نیروی خود را از غذا به‌دست می‌آورد. پس در غذایی که به قلب و جسمت می‌دهی دقت کن و آگاه باش که اگر غذای تو حلال نباشد، خداوند ستایش و سپاس‌گزاری‌ات نخواهد پذیرفت (حرانی، ۱۳۸۷، ص ۱۷۴).

در برخی دیگر از روایات، علت پدیدار شدن نوع خاصی از صفات و رفتار اخلاقی در انسان را مصرف مداوم غذای خاصی معرفی می‌کند، مانند خوردن عدس که موجب رقت قلب می‌شود (کلینی، ۱۳۹۰، ج ۶، ص ۳۴۳) و یا مصرف بی‌رویه گوشت شکار و گاو سبب بروز اختلال حواس و کند ذهنی و فراموشی می‌گردد (همان، ص ۳۴۵). در روایت دیگر سخن از خواص روانی و روحی خوراکی‌ها به میان آمده، به‌عنوان مثال خوردن

قابل ادراک است از طرفی بر اساس مبانی فلسفه اسلامی، نحوه وجودی اشیا فقط به عالم ماده محدود نمی‌شود پس تغذیه - که از افعال ارادی انسان محسوب می‌شود- علاوه بر صورت ظاهری و مادی، دارای ساحت باطنی است، که به تناسب مراتب وجودی می‌تواند در ابعاد گوناگون هستی و کسوت‌های وجودی مختلف ظاهر شود. لذا هر پدیده‌ای که در عالم مادی وجود دارد دارای انحاء وجودی دیگری است که در فلسفه اسلامی از آن به وجود مثالی و عقلی یاد می‌شود (ملاصدرا، ۱۳۹۴، ص ۱۴۹). قرآن کریم نیز به این ساحت‌های باطنی اشاره دارد: «وَإِنَّ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنزِّلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَّعْلُومٍ» (حجر، ۲۱)، و نیز این آیه: «وَاللَّهُ خَزَائِنُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ» (منافقون، ۷) ظاهر آیات بیانگر آن است؛ قدر هر موجود از موجودات جهان طبیعت نزد خزائن الهی معلوم می‌باشد و این گنجینه‌های الهی همگی مافوق حس و عالم محسوس است عبارت دیگر هر موجودی قبل از وجودش معلوم القدر بوده و هر شیء به نحو تدریج و مرحله به مرحله نازل می‌گردد و در هر مرحله حد تازه‌ای می‌یابد، این تعدد عوالم با آنچه در فلسفه اسلامی آمده انطباق دارد (جوادی آملی، ۱۳۹۷، ص ۲۳). با توجه به این نکته می‌توان گفت؛ خوردنی و آشامیدنی‌ها، مانند هر موجود طبیعی دیگر، ماهیت و ساختار باطنی دارند (که به دلیل نسبت خاصی که با انسان برقرار می‌کنند مانند نجس بودن یا پاک بودن و اکتساب از راه حرام یا حلال) تبدیل به فعل انسانی شده و دارای باطن غیبی می‌گردند و از این حیث در سرشت و سرنوشت آدمی سهم مهمی دارند.

۲-۳. ارتباط متقابل نفس و بدن

در نگرش فلسفه اسلامی بین نفس و بدن رابطه‌ای متقابل وجود دارد. هم بدن بر نفس و هم نفس بر بدن اثرگذار است بر این اساس نفس عهده‌دار تغذیه، نمو، تکمیل، حفظ، سلامتی و رفع مرض در انسان است (ابن‌سینا، ۱۳۹۵، ص ۱۹۱). تأثیر نفس بر بدن شواهد فراوانی دارد، ابن‌سینا درباره تأثیر تصورات بر بدن می‌گوید؛ اگر والدین هنگام مقاربت هر صورتی را تخیل کنند، فرزندان از جهتی، مشابه با صورت متخیل می‌شود (همان، ص ۲۷۲). پس بدن با تکرار چیزی سبب عروض هیئتی در نفس شده و در نهایت آن فعل را به ملکه تبدیل می‌کند.

تهذیب نفس و کمالات معنوی انسان به‌شمار می‌رود. از این رو غذا می‌تواند، به دلیل ارتباطش با بدن از یک سو و پیوند تنگاتنگ جسم با نفس (روح) از سوی دیگر زمینه ورود مسائل فلسفی در این رابطه گردیده و بستر مناسبی جهت مطالعات بین‌رشته‌ای مباحث فلسفی و تجربی در حوزه پزشکی را فراهم می‌آورد. در اینجا به برخی از آثار و احکام مرتبط فلسفی می‌پردازیم:

۲-۱. عنییت متغذی و غذا (آکل و ماکول)

به نگاه فلسفی، هر غذا با خوردن عین مغذی و خورنده (آکل) می‌گردد و این عنییت هنگامی تحقق می‌یابد که بین غذا و مغذی سنخیت و مشابهت صورت پذیرد و سنخیت غذا با مغذی یک نوع سنخیت وجودی است که به سبب آن وجود غذا در مرتبه وجود مغذی و آکل قرار می‌گیرد (حسن‌زاده آملی، ۱۳۹۵، ص ۴۳۲). بر این اساس بدن آدمی به دلیل اعتدال مزاج و لطافتی که دارد، صورت غذایی جمادات، نباتات و حیوانات را - که فاقد لطافت‌اند- به همان شکل و صورت اولیه دریافت نمی‌کند، بلکه در این مرحله قوه مدبر بدن، آن غذا را به صورتی مناسب و هم سنخ با بدن انسان تدبیر می‌کند. از آنجاکه مرتبه صورت‌ها جمادی، نباتی و حیوانی، پایین‌تر و نازل‌تر از مرتبه انسان و فاقد اعتدال مزاج انسانی‌اند، قابلیت دریافت نفس ناطقه را ندارند لذا انسان از طریق قوه مدبره بدن (که تحت تدبیر و اداره نفس است) با دخل و تصرف در غذا، مزاج غذا را مناسب با صورت خود می‌کند (ملاصدرا، ۱۳۹۷، ج ۹، ص ۱۷۰).

۲-۲. صورت ملکوتی غذا

غذا (صرف نظر از نسبت آن با انسان) همانند سایر اشیای عالم هستی، وجودی فی‌نفسه داشته و دارای احکام خاص خود است. لذا هر غذایی که انسان تناول می‌کند به جهت مبدأ و منشأ وجودی در یکی از مراتب جمادی، نباتی و حیوانی قرار می‌گیرد که هر یک از این مراتب وجودی با انواع گوناگون خود دارای یک ساحت مادی و ملکوی است، که با حواس ظاهری معلوم و مشهود انسان است و یک ساحت ملکوتی و غیبی که با جنبه مادی‌اش پیوند و ارتباط دارد و تنها از راه کشف و شهود

باب غذای حلال هم این نکته نیز صدق می‌کند. مثلاً در روایاتی آمده؛ که خوردن برخی از خوراکی‌ها سبب افزایش حافظه یا پیدایش برخی از حالات روحی نظیر صبر و حلم می‌گردد (مجلسی، همو، ج ۲۲، ص ۲۲۴). لذا هر غذای حلال یا حرام - به جهت اختلاف در ماهیت علل آن - زمینه پیدایش صفت یا حالت نفسانی خاصی را برای انسان فراهم می‌آورد.

پس حالات نفسانی از طریق ابزار خاص بدنی در انسان ظهور می‌کند و با تقویت مرتبه بدنی حالت و صفت نفسانی مرتبط با آن مرتبه نیز تقویت می‌گردد. انتقال صفات و خصایص رفتاری حیوانات به انسان خورنده (آکل) نیز بر اساس همین نگرش فلسفی تبیین و تحلیل می‌شود. فرد گوشت هر حیوانی را بیشتر از بقیه حیوانات بخورد متصف به خصوصیات اخلاق آن حیوان می‌شود. حکیم سبزواری فلسفه نجاست خوک و سگ در بین حیوانات به ترتیب به علت غلبه شهوت و غضب بیان کرده و خشم و شهوت را از نجاسات معنوی برمی‌شمرد به همین جهت شارع مقدس به نجاست و حرام آن دو در بین حیوانات حکم کرده است (سبزواری، ۱۳۹۱، ج ۳، ص ۵۵۷).

۳. تحلیل فلسفی تأثیر غذا بر فکر و اندیشه

چگونگی تأثیر پدیده‌ای مادی بر فرامادی و مجرد همانند تأثیر غذا بر روح و فکر اندیشه انسان، نیازمند تبیین فلسفی است. بیان شد انسان دارای دو ساحت روح و جسم است که ارتباط و تأثیر متقابل با یکدیگر دارند افعال و آثاری که در یک ساحت صورت می‌گیرد بر ساحت دیگری نیز تأثیر می‌گذارد. از این رو بدن انسان در اثر حالاتی همانند اضطراب و خشم به دچار تغییر رنگ صورت می‌شود از سوی دیگر، افعال و اعمال بدنی در پدید آمدن حالات و صفات روحی و نفسانی تأثیرگذار است.

این تأثیر متقابل بر اساس مبانی فلاسفه اسلامی پذیرفتنی است اما در اندیشه ملاصدرا به دلیل تبیین خاصی که از رابطه نفس و بدن دارد تقریری مناسب و قوی‌تر پیدا می‌کند. بر مبنای حکمت متعالیه، نفس و بدن دو وجود مستقل و جدا از یکدیگر ندارند بلکه هر دو به یک وجود واحد تشکیکی موجوداند. در این رویکرد، ثنویت و دوگانه‌انگاری حداکثری نفس و بدنی

همچنین بدن در ایجاد ادراک حسی، خیالی و حتی عقلی با واسطه نقش وجودی ایفا می‌کند در این حالت ابزارهای حسی بدن زمینه پیدایش ادراکات حسی و خیالی را فراهم می‌آورد و در ادراکات عقلی هم اگرچه در اصل وجود مجرد از ماده و مستقل از آلات بدنی است اما ابزار و اعضا بدن نقش زمینه‌سازی در پیدایش ادراک عقلی دارند. همچنین افعالی که از انسان صادر می‌گردد گاه اثر آن اولاً و بالذات به نفس رسیده و بالعرض و به تبع به بدن سرایت می‌کند، مانند خشم، اندوه، شادی و غم؛ و گاه هم عکس آن اتفاق می‌افتد، اما در هر دو صورت چون نفس با بدن اتحاد دارد در نفس نیز اثر می‌گذارد (ملاصدرا، ۱۳۹۲، ص ۲۷۱). تغذیه انسان هم از قبیل افعالی است که ابتدا و بالاصاله به ساحت مادی بدن ارتباط دارد، اما به سبب ارتباط بدن با نفس این فعل تغذیه به واسطه بدن بر نفس نیز تأثیر می‌گذارد.

ناگفته نماند؛ بدن امری مادی است که سنخیت با عالم ماده داشته و از لحاظ نشئه مادی، مشمول احکام جهان مادی است و غذا نیز همانند بدن امری مادی و احکام این عالم ماده را دارد بنابراین هر دو (بدن و غذا) دارای تأثیر محدود آثار خاص‌اند (فسادپذیر و زوال‌پذیرند). اما روح که نشئه اخروی و دارای بقا و جاودانگی است لذا اثر تغذیه بر آن نیز استمرار و بقا دارد.

۲-۴. ماهیت متفاوت غذاها

بر اساس نگرش فلسفی اصل سنخیت، (در بحث علیت) اختلاف در ماهیت علل پدیده‌ها، موجب تفاوت در ماهیت معلول‌ها می‌گردد، زیرا هرگاه ذات علت‌ها با همدیگر مختلف باشند (علل مختلف الماهیه) از جهت اختلافشان، منشأ آثار مختلف معلول‌ها می‌گردند (مطهری، ۱۳۹۱، ج ۳، ص ۲۲۴). بر این اساس چون مواد خوردنی ماهیات و جهت متفاوت دارند، آثار روحی مترتب بر آنها نیز با یکدیگر فرق دارد. هر غذایی تأثیر خاص (اعم از حلال و حرام) و وجودی دارد که غذای دیگر آن را ندارد به‌عنوان مثال؛ شراب و گوشت خوک گرچه هر دو نجس و خوردن آنها حرام است، اما تأثیری که از ناحیه خوردن گوشت خوک برای انسان حاصل می‌شود (صفت بی‌غیرتی) غیر از اثری است که از شرب خمر (زوال عقل) محقق می‌گردد. در

نجس و حرام، دارای ظلمت تکوینی است هرگاه وارد سیستم بدن گردد، مانند برخی از هورمون‌ها که ترشح‌شان موجب پیدایش برخی حالات روانی می‌گردد این نوع غذاها (حرام و نجس و شبه‌ناک) نیز به علت ظلمت و تاریکی تکوینی، نفس را مستعد و آماده انشاء افکار باطل و رذایل اخلاقی می‌کند. اثر تکوینی غذای حرام در نفس موجب انحراف فکری و فساد اندیشه و در نهایت اخلاق ناصواب می‌شود.

لذا می‌توان گفت؛ همان‌گونه که با عینک زرد به چشم، اشیا زرد رنگ دیده می‌شوند تغذیه حرام، روح انسان را به‌گونه‌ای سوق می‌دهد که حقایق را نپذیرد یا اساساً درک درستی از واقعیت نداشته باشد. در مقابل غذای پاک و طیب، به دلیل طهارت و لطافت باطنی‌اش، نفس انسان را مستعد افکار و اندیشه‌های زلال و صحیح می‌کند و نفس انسان را در جهت خاص و مطابق با ماهیت ماکول (غذا) سوق می‌دهد.

۴. تحلیل فلسفی تأثیر کمیت غذا بر فکر و اندیشه

اکنون به تحلیل تأثیر کمیت و مقدار غذایی که انسان می‌خورد می‌پردازیم که چگونه بر جان و اندیشه تأثیر مثبت یا منفی دارد؟ از آنجاکه تدبیر بدن بر عهده روح است، هر زمان که بدن با پرخوری مملو از غذاها شود، اشتغال روح به بدن بیشتر شده و از تکامل نفس و تفکر و اندیشه باز می‌ماند و به تدبیر امور بدنی اشتغال می‌ورزد. در این مرحله، روح از کارکرد اصلی‌اش که مراقبه و کسب کمالات معنوی است باز مانده و توجه وی (نفس) برای جذب، دفع و هضم غذا بیشتر می‌شود. در نتیجه این اشتغال و، پرخوری اسباب تنزل روح را فراهم می‌آورد مانند پزشکی که به رفتگری شهر بپردازد، اگرچه این کار امری نیکو و برایش ممکن است اما این امر موجب عدم بهره‌وری درست و تضييع حیات معنوی وی می‌گردد.

در مقابل کم‌خوری توجه روح به بدن را کمتر نموده و تعلق او را به بدن کاهش می‌دهد و سبب قوت روح و زمینه تفکر و آزادی نفس از قید و بند ماده و تقویت قوای روحانی را فراهم می‌کند. مولوی در این رابطه می‌گوید؛

(که در مکتب ابن سینا و دکارت است) وجود ندارد بلکه انسان حقیقتی ذومراتب مرتبه مادی و جسمانی و مرتبه دیگر فرامادی و مجرد است. بر اساس این رویکرد نفس و بدن پیوندی اتحادی با یکدیگر دارند (ملاصدرا، همو، ج ۸، ص ۱۳۴).

همچنین در فلسفه اسلامی بدن به‌عنوان ابزاری برای نفس معرفی شده و نفس تا مادامی که به بدن تعلق دارد، به علت ضعف وجودی برای فعالیت‌هایش نیازمند استفاده از بدن است. بدین جهت، بدن ابزاری برای به فعلیت رسیدن قوا و استعدادهای نفس انسانی محسوب می‌شود (ملاصدرا، ۱۳۹۲، ص ۱۳۷). بر این مبنا بدن ابزاری جهت کمال و به فعلیت رسیدن نفس تلقی شده که بدن را برای انجام فعالیت‌های خود به‌کار می‌گیرد. از طرفی بدن دارای اجزا و کارکردهای مختلفی است که هر یک از آنها نسبت خاصی با روح برقرار می‌کند. هرگاه نفس بخواهد فعل و عملی انجام دهد، بر اساس مبادی شکل‌گیری عمل؛ ابتداء با تصور فعل و شوق به آن و سپس عزم و اراده، اعضا و قوای بدنی را برای انجام آن فعل به‌کار می‌گیرد. لذا انسان بیشتر فعالیت‌های عملی و فعالیت‌های ادراکی خود را از طریق بدن انجام می‌دهد. برای دیدن از چشم و شنیدن از گوش، چشیدن از زبان و بوییدن از بینی استفاده می‌کند. اخوان الصفا نیز افعالی نظیر دیدن و اندیشیدن را مربوط به روح می‌دانند که به وسیله ابزار بدنی انجام می‌شود (اخوان الصفا، ۱۳۹۶، ج ۴، ص ۸۷).

درحقیقت هرگاه انسان غذا می‌خورد غذا تبدیل به عضوی از بدن شده و با بخش‌های مختلف بدن انسان ارتباط برقرار می‌کند و هر غذایی به تناسب ماهیت و خواص و آثارش در قسمت‌های خاصی از بدن تأثیر خود را به‌جا می‌گذارد. این تأثیر اجزای مختلف سبب می‌گردد تا هر بخش و جزء را مستعد و زمینه‌ساز برای فعالیت خاص نفس کند. و از این‌رو تغذیه بر فعالیت‌های روحی همانند فکر و اندیشه هم تأثیر می‌گذارد. بدن با تغذیه و تأثیر بر اجزای خود به انحاء گوناگون در پیدایش حالات و اندیشه‌های نفسانی نقش دارد و عامل مؤثری در جسم برای پیدایش حالات و معارف انسانی است (شه‌گلی، ۱۳۹۸، ص ۱۹۳).

به نظر می‌رسد -براساس آنچه گفته شد- باطن غذایی

نتیجه‌گیری

۱. تغذیه یکی از شئون مهم بدن انسان و امری مادی است که می‌تواند مورد تأملات عقلی و تحلیل فلسفی قرار گیرد.
۲. یکی از مهم‌ترین مسائل دینی-فلسفی در بحث تغذیه، تأثیر آن بر معرفت و تفکر آدمی است که این موضوع بر اساس رابطه نفس و بدن، قابل تبیین فلسفی است.
۳. ارتباط متقابل و اتحاد نفس و بدن از یک سو و تأثیر خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها بر بدن از سوی دیگر، زمینه تأثیر و تأثر بین نفس و بدن را فراهم می‌آورد. و این نسبت خاص سبب‌شده تا هر آنچه در ساحتی اتفاق افتد بر ساحت دیگر نیز اثرگذار باشد.
۴. غذا نیز به‌عنوان شیئی مادی در تغییر وضعیت بدن و به تبع آن موقعیت مغز و اعصاب (به‌عنوان ابزار ادراکی بدن) نقش مهمی ایفا می‌کند و تغییر نگرش این ابزار ادراکی در شکل‌گیری تربیت معرفت انسانی نقش مؤثری دارد.
۵. اثبات این امر که برخی از معارف دینی حاصل تأثیر امر غیر معرفتی تغذیه است می‌تواند افق تازه‌ای در معرفت شناسی گشوده و بستری مناسب را برای توسعه مبانی فلسفی در تبیین تربیت و اخلاق اسلامی فراهم آورد.
۶. اصلاح تغذیه یکی از ابعاد سبک زندگی دینی است و براساس آموزه‌های دینی تغذیه ارتباط وثیقی با برخی از هنجارها و ناهنجاری‌های جامعه دارد.
۷. ناگفته نماند تعیین مصادیق غذای حرام و حلال با روش عقلی و تجربی امکان‌پذیر نیست بلکه نیازمند تبعیت از شرع مقدس و داده‌های وحیانی است. لذا خاستگاه اولیه این نظریه معارف قطعی دینی است که با مبانی فلسفه اسلامی قابل تبیین و اثبات است.

گر تو این انبان ز نان خالی کنی
پر زگوهرهای عرفانی کنی
این دهان بستی دهانی باز شد
تا خورنده لقمه‌های راز شد
(مولوی، ۱۳۹۶، دفتر سوم، ۱۶۳۹-۱۶۳۸)

بنابراین هرچه انسان توجه خود را به امور بدنی از قبیل خوردنی، آشامیدنی و خوابیدن، حرف زدن و... بیشتر کند روح وی ضعیف‌تر و ادراک و اندیشه او در معرض خطا و اشتباه قرار می‌گیرد. به عبارتی دیگر پرخوری در تغذیه، علاوه بر سایر مضرات و بیماری‌های بدنی، نفس و فکر آدمی را به خود مشغول و انسان را متوجه عالم پایین نموده و او را از توجه به عالم بالا باز می‌دارد (مطهری، ۱۳۹۵، ج ۳، ص ۳۹۷).

نقش تغذیه ناپاک و حرام در انسان حرام‌خوار آنگاه ظهور می‌یابد که اگر بخواهد درست هم فکر کند برای وی بسیار سخت و دشوار است؛ زیرا استعداد کافی و قابل قبولی برای فیض‌یابی از شرایط اصلی اندیشه صحیح را ندارد لذا شخص افکار و اوصاف پلید را تعقیب می‌کند و بر همین این اساس موعظه و اندرز هم در او اثر ندارد همان‌طور که درخت تنومند و کجی که صلاحیت اصلاح و راست ایستادن را ندارد این انسان هم درمان‌پذیر نیست (جوادی آملی، ۱۳۹۳، ص ۷۳). بنابراین موضوع تأثیر تغذیه بر باور و فکر از عوامل اثرگذار غیر معرفتی است. گاه معرفت و شناخت انسان حاصل تلاش‌های علمی و پیروی از استدلال است و گاه برخاسته از عاملی غیر معرفتی مانند تغذیه است پس خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها سبب پیدایش برخی از باورها و اندیشه‌های انسان شده و در شکل‌گیری برخی از معارف دینی انسان نقش مهمی دارد.

منابع

*قرآن کریم

۱. ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۹۵)، شرح الاشارات والتنبیها، چاپ هفتم، تحقیق: حسن حسنزاده آملی، قم: بوستان کتاب.
۲. — (۱۳۹۸)، قانون در طب، ج ۱، چاپ بیست و یکم، تهران: سروش.
۳. اخوان الصفا (۱۳۹۶)، رسائل اخوان الصفا و خلان الوفاء، قم: نشر میراث مکتوب.
۴. ثقفی تهرانی، محمد (۱۳۸۹)، تفسیر روان جاوید، چاپ سوم، تهران: انتشارات برهان.
۵. حرانی، ابن شعبه حسن بن علی (۱۳۸۷)، تحف العقول عن آل الرسول، ترجمه: احمد جنتی، قم: چاپ و نشر بین الملل.
۶. حجازی، سید مهدی (۱۳۹۴)، درر الأخبار (فی فضائل الائمه الأطهار علیهم السلام)، مترجم: عباس علی بختیاری، تهران: معبود.
۷. حسنزاده آملی، حسن (۱۳۹۵)، اتحاد عاقل به معقول، چاپ پنجم، قم: بوستان کتاب.
۸. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۹۷)، رازهای نماز، چاپ بیست و پنجم، قم: اسراء.
۹. — (۱۳۹۳)، شکوفایی عقل در پرتو نهضت حسینی، چاپ یازدهم، قم: اسراء.
۱۰. خمینی، روح الله (۱۳۹۲)، تحریر الوسیله، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی رحمته الله علیه.
۱۱. دیلمی، حسن بن محمد (۱۳۹۲)، ارشاد القلوب، تحقیق: سیدهاشم میلانی، قم: انتشارات اسوه.
۱۲. سبزواری، ملاهادی (۱۳۹۱)، شرح منظومه، تحقیق: یحیی انصاری، قم: بوستان کتاب.
۱۳. شه گلی، احمد (۱۳۹۸)، «اوصاف بدن مثالی در حکمت متعالیه و آموزه های دینی»، فصلنامه حکمت اسلامی، ش ۳.
۱۴. عسکری، مرتضی (۱۳۸۹)، طب الرضا و طب الصادق، مترجم: کاظمی خلخال، تهران: دنیای کتاب.
۱۵. صدوق، ابن بابویه محمد بن علی (۱۳۹۴)، من لا یحضره الفقیه، مترجم: سیدصدرالدین بلاغی، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۶. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۹۰)، الکافی، چاپ پنجم، مترجم: حسین استاد ولی، تهران: دارالثقلین.
۱۷. طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۹۱)، تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۱۸. طبرسی، فضل بن حسن (۱۳۹۰)، مجمع البیان، ترجمه محمد بیستونی، قم: بیان جوان.
۱۹. طیب، سید عبدالحسین (۱۳۹۰)، اطیب البیان فی تفسیر القرآن، چاپ دوم، تهران: انتشارات اسلام.
۲۰. ملاصدرا، صدرالدین محمد بن ابراهیم (۱۳۹۷)، الحکمة المتعالیه فی الاسفار الاربعه، تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا.
۲۱. — (۱۳۹۴)، الشواهد الربوبیه، قم: بوستان کتاب.
۲۲. — (۱۳۹۲)، اسرار الایات، مترجم: محمد خواجوی، تهران: نشر مولی.
۲۳. مجلسی، محمدباقر (۱۳۹۳)، بحار الانوار، تهران: اسلامیه.
۲۴. مطهری، مرتضی (۱۳۹۱)، مجموعه آثار، ج ۳، تهران: صدرا.
۲۵. — (۱۳۹۵)، اصول فلسفه و روش رئالیسم، قم: صدرا.
۲۶. مولوی، محمد جلال الدین (۱۳۹۶)، مثنوی معنوی، تهران: نشر بیهق.
۲۷. ملحوجی، سپیده (۱۳۹۹)، «تأثیر حلال و پرهیز از غذاهای حرام بر سلامت جسمی، روانی، اخلاقی انسان از دیدگاه قرآن، سنت ائمه اطهار علیهم السلام»، فصلنامه علمی پژوهشی طب و قرآن، دوره ۵، شماره ۳.
۲۸. یوسفی، مهدی (۱۳۹۳)، «اهمیت و جایگاه طعام از منظر قرآن کریم»، مجله اسلام و سلامت، ش ۱.

44. Saduq, Ibn Babawiyah Muhammad ibn Ali, (4394), from whom the jurispudent is present, translator; Seyyed Sadr al-Din Bolaghi, Tehran: Islamic Library.
45. Klini, Muhammad ibn Ya'qub, (1390), Al-Kafiya, translator; Hossein Ostad Vali, Tehran: Dar al-Thaqalin, fifth edition.
46. Tabatabai, Seyed Mohammad Hossein, (2012), Tafsir Al-Mizan, Qom: Islamic Publications Office
47. Tabarsi, Fadl Ibn Hassan, (2011) Majma 'al-Bayan, translated by Mohammad Bistoni, Qom: Bayan Javan.
48. Tayyib, Sayyid Abdul Hussein (1390), Atib al-Bayyan fi Tafsir al-Quran, Tehran: Islamic Publications, second edition.
49. Mulla Sadra, Sadr al-Din Muhammad ibn Ibrahim, (1397), The Transcendent Wisdom in the Four Journeys, Tehran: Sadra Islamic Wisdom Foundation.
50. (1394) The Evidence of Godliness, Qom: Book Garden.
51. (2013) ,Secrets of Verses, Translator; Mohammad Khajavi, Tehran: Molly Publishing.
52. (2016) , Origin and Resurrection, translation; Mohammad Zabihi, Qom: Ishraq Publications.
53. Majlisi, Mohammad Baqir (1393), Bahara Al-Anwar, Tehran: Islamieh.
54. Motahari, Morteza (2012), Collection of Works, Volume ۳, Tehran: Sadra.
55. (95) ,Principles of Philosophy and Method of Realism, Qom: Sadra.
56. Molavi, Mohammad Jalaluddin, (1396), Masnavi Manavi, Tehran, Bayhaq Publishing.
57. Malhouji, Sepideh, (1399), The effect of halal and abstinence from forbidden foods on physical, mental and moral health of human beings from the perspective of the Qur'an, the tradition of the Imams (AS), Journal of Medicine and the Qur'an Volume 5, Number 3.
58. Yousefi, Mehdi 1393, The importance and status of food from the perspective of the Holy Quran, Journal of Islam and Health Vol.
29. Ibn Sina, Hussein Ibn Abdullah, (95), Explanation of Signs and Prophecies, research; Hassan Hassanzadeh Amoli, Qom: Book Garden, Seventh Edition .(1398) ,Law in Medicine, Volume, Tehran: Soroush, twenty-first edition.
30. (2016), Theology of Salvation, translation; Yahya Yathribi, Qom: Book Garden.
31. Al-Safa Brotherhood (1396), Letters of Al-Safa Brotherhood and Khalan Al-Wafa, Qom: Publication of Written Heritage.
32. Saghafi Tehrani Mohammad, (2010) Tafsir Ravan Javid, Tehran: Borhan Publications, Third Edition
33. Harani, Ibn Shuba Hassan Ibn Ali, (1387), The Gift of the Minds to the Prophet, translated by Ahmad Jannati, Qom: International Publishing.
34. Hejazi, Seyyed Mehdi (1394), in the news (in the virtues of the pure Imams), translator: Abbas Ali Bakhtiari, Tehran: God.
35. Hassanzadeh Amolijeh, Hassan, (1995), The Union of the Wise and the Reasonable, Qom: Book Garden, Fifth Edition.
36. Javadi Amoli, Abdullah (1397), Secrets of Prayer, Qom: Esra'a, twenty-fifth edition.
37. (93) , The flourishing of reason in the light of Hosseini movement, Qom: Esraa, 11th.
38. Khomeini, Ruhollah, 2013, Tahrir al-Wasila, Tehran: Imam Khomeini Publishing House.
39. Dailami, Hassan Ibn Mohammad, (2013), Guidance of the Hearts Research; Seyyed Hashem Milani, Qom: Aswa Publications.
40. Sabzviri, Mollahadi, (2012), description of the system, research; Yahya Ansari, Qom: Book Garden.
41. Shehgoli, Ahmad, (1998), Attributes of the Exemplary Body in Transcendent Wisdom and Religious Teachings, Islamic Wisdom Quarterly, Vol.
42. Askaria, Morteza (1389), Medicine of Satisfaction and Medicine of the Righteous, translator; Kazemi Khalkhal, Tehran: Book World.
43. Har Ameli, Mohammad Hassan, (2008), Shiite means, Tehran: Islamic Publications.