

# The Ontological Foundations of the "Quranic Nutrition System" And their Role in the Health of the Human Body and Soul

## ARTICLE INFO

**Article Type**  
*Research Article*

### Authors

Enayat Sharifi<sup>1\*</sup>  
Mohsen Fallah<sup>2</sup>,

### How to cite this article

Enayat Sharifi, Mohsen Fallah, The Ontological Foundations of the "Quranic Nutrition System" And their Role in the Health of the Human Body and Soul, *Journal of Quran and Medicine*. 2021; 6(3): 42-51.

1. Associate Professor, Department of Islamic Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran (Corresponding Author).

2. PhD Student, Department of Theoretical Foundations, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

### \* Correspondence:

Address:  
Phone:  
Email: enayat.sharifi@yahoo.com

### Article History

Received: 2021/02/25  
Accepted: 2021/12/21  
ePublished: 2021/12/21

## ABSTRACT

One of the most important foundations of the nutrition system in the Holy Quran is ontological. This research intends to answer the basic question with descriptive and analytical method, what are the ontological foundations of the Quran nutrition system? And what role do they play in the health of the human body and soul? The ontological foundations of the nutrition system in the Holy Quran are divided into a general division into the foundations of metamaterial beings and material beings. The most important principles of metamaterial beings are: monotheism and belief in intangible beings. Wihat monotheism that has foundations; Monotheism in creation, monotheism in legislation are monotheism in divine sustenance and grace. That affect the health of the human body and soul. According to monotheism in creation, all creatures strive to feed man, and man benefits from them for the health of body and soul. Human health has prescribed halal and haram foods that halal foods are useful and harmful to human health, the rules of slaughter, hunting, buying and selling, etc. are from the grace of God on the servants that affect human health. . According to the verses and hadiths of Satan, by tempting man to consume forbidden foods, he endangers the health of the human body and soul, and the divine angels try to prevent it.

**Keywords:** Ontological Foundations, Nutrition, Nutrition System, Quran

## مبانی هستی‌شناختی "نظام تغذیه قرآن" و نقش آنها در سلامت جسم و روح انسان

عنایت شریفی<sup>۱\*</sup>

دانشیار، گروه معارف اسلامی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  
(نویسنده مسئول).

محسن فلاح<sup>۲</sup>

دانشجوی دکتری، گروه مدرسی مبانی نظری، دانشگاه علامه  
طباطبائی، تهران، ایران.

### چکیده

یکی از مهم‌ترین مبانی نظام تغذیه در قرآن کریم، هستی‌شناختی می‌باشد. این پژوهش در صدد است با روش توصیفی و تحلیلی به این سؤال اساسی پاسخ دهد که مبانی هستی‌شناختی نظام تغذیه قرآن کدامند؟ و چه نقشی در سلامت جسم و روح انسان دارند؟ مبانی هستی‌شناسی نظام تغذیه در قرآن کریم در یک تقسیم‌بندی کلی به مبانی موجودات فرامادی و موجودات مادی تقسیم می‌شوند. مهم‌ترین مبانی موجودات فرامادی عبارتند از: توحید و ایمان به موجودات غیر محسوس. توحید و یکتا پرستی که دارای مبانی؛ توحید در خالقیت، توحید در تشریح و قانونگذاری، توحید در رزاقیت و لطف الهی می‌باشند استفاده مستقیم از طبیعت، انسجام و سنجیدگی در بهره‌مندی از طبیعت و تغذیه، رعایت اعتدال در در بهره‌مندی از طبیعت و مواد غذایی از مبانی هستی‌شناختی مادی می‌باشند. که در سلامت جسم و روح انسان اثر می‌گذارند. براساس توحید در خالقیت، تمامی مخلوقات برای تغذیه انسان در تکاپو هستند و انسان جهت سلامتی جسم و روح از آنها بهره‌مند می‌گردد. و توحید در رزاقیت، سبب آرامش و بازدارندگی انسان از کسب حرام می‌گردد و توحید در تشریح، خداوند برای سلامت انسان مواد غذایی حلال و حرام را وضع کرده است که مواد غذایی حلال برای سلامتی انسان مفید و حرام مضر می‌باشد، احکام ذبح، صید، خرید و فروش و... از لطف خداوند نسبت به بندگان است که برای سلامت انسان تأثیرگذارند. براساس آیات و روایات شیطان با وسوسه انسان به سوی مصرف غذاهای حرام، سلامت جسم و روح انسان را به خطر می‌اندازد و فرشتگان الهی در جلوگیری از آن تلاش می‌کنند.

کلید واژه‌ها: مبانی هستی‌شناختی، تغذیه، نظام تغذیه، قرآن

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۹/۳۰

\*نویسنده مسئول: enayat.sharifi@yahoo.com

### مقدمه

نظام تغذیه قرآن کریم همانند سایر نظام‌ها، مشتمل بر چهار عنصر؛ مبانی، اصول، روش‌ها و اهداف می‌باشد، این چهار عنصر باهم منسجم و مرتبط بوده و یک نظام فکری به نام «نظام تغذیه قرآن کریم» را تشکیل می‌دهند. مبانی نظام تغذیه، بخش بسیار مهمی را در این نظام فکری تشکیل می‌دهند که مهم‌ترین آنها، هستی‌شناختی، انسان‌شناختی و... می‌باشند که آن را از نظام تغذیه مبتنی بر اومانیسم و سکولاریسم، جدا می‌سازد. مبانی هستی‌شناختی در یک تقسیم‌بندی کلی به مبانی مبانی هستی‌شناختی فرامادی (مجردات) و مبانی هستی‌شناختی مادی تقسیم می‌شوند. مبانی هستی‌شناختی فرامادی، موجوداتی هستند که در شرایط عادی قابل درک حسی و دارای امتدادهای مکانی و زمانی نمی‌باشند. هستی‌شناختی مادی، موجوداتی هستند که با ابزارهای حسی، قابل ادراک حسی و دارای امتدادهای مکانی و زمانی می‌باشند.

به نظر می‌رسد از آنجا که مبانی هستی‌شناختی از مهم‌ترین مبانی نظام فکری نظام تغذیه می‌باشد و سایر مبانی فکری در تحقق خود به این مبنا وابسته‌اند از اولویت بیشتری برخوردار باشد به همین دلیل آن در این نوشتار به عنوان مسأله تحقیق و نقش آن در سلامت جسم و روح انسان، انتخاب گردیده و با روش توصیفی و تحلیلی در صدد پاسخ‌گویی به سؤالات ذیل می‌باشد:

۱. مبانی هستی‌شناختی فرامادی (مجردات) نظام تغذیه قرآن کدامند؟ و نقش آنها در سلامت جسم و روح انسان چگونه می‌باشد؟  
۲. مبانی هستی‌شناختی مادی نظام تغذیه قرآن کدامند؟ و چه تأثیری در سلامت جسم و روح انسان دارند؟

تاکنون کتاب‌ها و مقالات مختلفی در باره غذا و تغذیه در اسلام به رشته تحریر درآمده است از جمله: «کتاب» تغذیه در اسلام، اثر علی رضایی بیرجندی، نویسنده در این کتاب در چهار فصل به مبانی، اصول، روش‌ها و غذای بهشتیان و جهنمیان اشاره کرده است، کتاب «غذا و تغذیه در آموزه‌های دینی و یافته‌های علمی، اثر مصطفی‌آخوندی، نویسنده در این کتاب از مجموعه کتابچه‌های انجمن پزشکی بریتانیا و تأثیر غذا و تغذیه را روی سلامتی و ابتلا به بیماری‌ها را بررسی کرده است،

مقاله «نگاهی به غذا و تغذیه در اسلام اثر مصطفی‌آخوندی، در مجله حصون شماره ۱۵، بهار سال ۱۳۸۷، مقاله «برخی از آثار مُسکرات از دیدگاه قرآن و سنت، اثر فاطمه سادات میرآقاسی، فصلنامه مطالعات قرآنی در شماره ۴، زمستان ۸۱، مقاله «سلامت روان از دیدگاه قرآن اثر فرشته روشن و مجید خزاعی در مجله مطالعات قرآنی، شماره ۱۲، زمستان ۱۳۹۱ و مقاله سلامت روان از دیدگاه قرآن، اثر ویدا صیفوری و میترا اسماعیلی در فصلنامه بینات ش ۳ پاییز ۱۳۸۸. با توجه به تحقیقات انجام شده آثار یاده شده به مبانی هستی‌شناختی نظام تغذیه اشاره‌ای نداشته‌اند این‌مقا به نظر می‌رسد تحتاً کنون مقاله با عنوان «مبانی هستی‌شناختی نظام تغذیه در قرآن» نگارش نیافته است.

### مفاهیم

مهم‌ترین مفاهیم کلیدی این نوشتار عبارتند از:

و در اصطلاح دارای دو کاربرد مطلق و نسبی می‌باشد. سلامتی مطلق به معنای تعادل همه جانبه و هماهنگی بین اجزای یک مجموعه است. به عبارتی جهان و اشیاء و مجموعه‌ها حائلی از آنتروپی یا بی‌نظمی در خود دارند و هنگامی تحت یک قانون در یک مجموعه منظم و مرتبط گردند به آرامش یا پای‌داری و یا ثبات تحت آن قانون می‌رسند. اما سلامتی در مفهوم نسبی خود یا همان سلامت انسان یعنی سلامتی از بیماری‌ها و دردها و رنج‌های مختلف، طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO) به معنی «آسایش کامل جسمانی، روانی و اجتماعی» است...

از آنجا که در جهان بینی اسلامی، انسان از جسم و روح تشکیل شده باشد، سلامتی انسان نیز از دو بخش سلامتی جسم و سلامتی روح تشکیل می‌شود. هر یک از جسم و روح نیز خود از ابعادی تشکیل می‌گردند که در بحث سلامتی باید به آنها توجه نمود

#### مبانی

جمع مبنی است و مبنی به معنی محل بنا و ریشه چیزی، پایه و بنیان و نیز بنا نهاده شده، بنا کره شده می‌باشد (۴) در این پژوهش و با توجه به آنچه در تعریف نظام تغذیه آوردیم مینا، بنیان‌های فکری و هست‌ها هستند که بقیه بخش‌ها و عناصر نظام، بر آن مترتب می‌گردند. به عبارتی باورهای اساسی و بنیادین ماخوذ از آیات و روایات درباب ماهیت انسان و جهان و جسم و روح او، مزاج‌ها و اخلاط و ... که بیشتر گزاره‌های ماهوی هستند و درباره هست‌ها و نیست‌ها سخن می‌گویند نه در باب باید و نبایدها.

#### مبانی هستی‌شناختی فرامادی و سلامت جسم و روح

یکی از بنیادی‌ترین باورهای انسان مؤمن اعتقاد به وجود پدیده‌های فراتر از حس و تجربه انسان می‌باشد. که قابل ادراک حسی نبوده و دارای امتدادهای زمانی و مکانی نیستند و مهم‌ترین مصادیق آنها عبارتند از خدایتعالی، فرشتگان، شیطان و ... که هر یک از آنها در سلامت انسان جسم و روح انسان تأثیرگذارند که مهم‌ترین آنها عبارتند از:

#### مبانی توحیدی و یکتا پرستی

در هستی‌شناختی قرآنی خدایتعالی خالق همه چیز است (انعام: ۱۰۱، رعد: ۱۶، زمر: ۶۲، غافر: ۶۲) خدا جامع همه کمالات و مبرا از همه نواقص است (اعراف: ۱۸۰) خدا مالک تمام هستی است و عزت و ذلت بدست اوست (آل‌عمران: ۲۶؛ منافقون: ۸؛ فاطر: ۱۰؛ یونس: ۶۵؛ نساء: ۱۳۹) سراسر هستی، در وجود و کمالات وجودی خود، عین وابستگی و نیاز به خدا هست و او مطلقاً از همه موجودات بی‌نیاز است. (فاطر: ۱۵، محمد: ۳۸، اخلاص: ۲). نه از کسی زاده شده و به وجود آمده و نه کسی از او زاده شده است (انعام: ۱۰۱؛ اخلاص: ۳) بی‌همتا است و به هیچ موجودی شباهت ندارد (اخلاص: ۴، شوری: ۱۱) نه مکان و جهت خاص دارد و نه در قالب زمان قرار می‌گیرد، در هر جایی و به هر جهتی و در هر زمانی می‌توان با او ارتباط برقرار کرد (بقره: ۱۱۵) از رگ گردن به انسان نزدیک‌تر و

#### مبانی هستی‌شناختی

منظور از مبانی هستی‌شناختی، آن دسته از گزاره‌های سلبی و ایجابی از قرآن کریم است که تصویر کلی از جهان هستی به دست می‌دهد و تعریف جامع و مانعی از عالم خلقت ارائه می‌کند همانند؛ توحید در خالقیت، رزاقیت و توحید در تشریح که از مبانی هستی‌شناختی توحیدی و فرامادی هستند و رابطه مستقیم با غذا و نظام تغذیه و سلامت جسم و روح انسان دارند (ادامه مقاله) و تفاوت آن با مبانی انسان‌شناختی و معرفت‌شناختی این است که مبانی انسان‌شناختی مبتنی بر شناخت انسان در ابعاد، بینشی، گرایشی و ارزشی در امر تغذیه می‌باشند همانند؛ دوساحتی بودن بودن انسان، اراده و اختیار و هدفمندی زندگی انسان، کرامت و ... در حالی که مبانی معرفت‌شناختی همانند؛ وحی، عقل، شهود و ... به عنوان منابع شناخت و استنباط احکام مواد غذایی می‌باشند.

#### تغذیه

تغذیه در اصطلاح، فرایندی است که موجود زنده مواد غذایی یا غذاها را دریافت و مصرف می‌کند و این فرایند دریافت و مصرف منجر به رشد، تداوم زندگی، و ترمیم جسم انسان می‌گردد (۱) به بیان ساده همان غذا خوردن یا مصرف غذا به هر شکل می‌باشد، اما معمولاً هنگامی که در اصطلاحات رایج و علمی از تغذیه صحبت، مقصود علم تغذیه است. علم تغذیه، دانشی است که درباره چگونگی تغییرات غذا در بدن و استفاده شدن مواد مغذی در بافت‌های بدن پس از هضم و خواص غذاها و تأثیر آن بر سلامتی انسان و ارتباطش با سن و جنسیت و سایر مؤلفه‌ها سخن می‌گوید

#### نظام تغذیه

منظور از نظام تغذیه؛ مجموعه‌ای از دستورات و مبانی فکری و اعتقادی و عملی در باب تغذیه است و منظور از نظام تغذیه در این پژوهش نظام تغذیه اسلام است که آن عبارت است از مجموعه‌ای از آموزه‌های موجود در قرآن و روایات که شامل اهداف، مبانی و اصول و روش‌های تغذیه‌ای موجود در اسلام می‌شود و به صورت منسجم و هم‌آهنگ با یکدیگر در ارتباطند و در عین حال قادر به تضمین سلامت جسم و روح انسان، تا حدی که به تغذیه مربوط می‌شود، هستند

#### سلامت

واژه سلامت در زبان فارسی به معنای عافیت و تندرستی، شفای از بیماری، رستگاری و امنیت می‌باشد (۲) عافیت تندرستی، بی‌گزند شدن، رهایی یافتن، تندرستی آرامش، شفا، صلح و سالم (۳) در قرآن کریم به مضمون سلامت، دورماندن از فساد درونی (إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ، د باشد. (صافات: ۸۴)؛ به خاطر بیاور) هنگامی را که با قلب سلیم به پیشگاه پروردگارش آمد، از هر عیبی برکنار باشد (دوری از عیوب ظاهری) (مُسَلَّمَةٌ لَّا شِيَةَ فِيهَا) بقره: ۷۱؛ از هر عیبی برکنار باشد، صلح (وَإِنْ جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْ لَهَا) انفال: ۶۴؛ و اگر تمایل به صلح نشان دهند، تو نیز از در صلح درآی».

گیاه و حیوان و خوراکی‌ها ادامه پیدا می‌کند و از نسبت بین این اجزاء است که تغذیه شکل می‌گیرد و بوجود می‌آید. و انسان آن را جهت تندرستی، تداوم حیات و توانمندی در انجام تکالیف بهره برداری می‌کند «هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ أَسْتَوِي إِلَى السَّمَاءِ فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ» (بقره: ۲۹)، اوست خدایی که خلق کرد و مسخرگردانید برای خدمت به شما، همه آنچه در زمین است، و اوست که بر همه چیز داناست.

در این آیه خدیتعالی به انسان اجازه دخل و تصرف را از آنچه در زمین داده است و انسان حق دارد برای خود و به نفع خود از آن بهره برداری نماید.

#### توحید در تشریح و قانون گذاری

از منظر قرآن کریم، حاکم و قانون گذار در احکام و قوانین شرعی خدای تعالی است و غیر از او کسی، چنین حقی را ندارد (یوسف: ۴۰ و انعام: ۵۷). و اوست که بر اساس اراده تشریحی خود و با پشتیبانی مصالح، مفاسد و حکمت‌ها، جهت سامان بخشیدن فرد و جامعه به وضع قوانین شرعی پرداخته است و از طریق ارسال رسولان و انزال کتب آسمانی به انسان‌ها ابلاغ نموده است. در برخی از آیات کسانی را که از جانب خود احکامی را وضع کرده و به جعل قانون پرداخته‌اند، مذمت می‌کند و می‌فرماید: «وَلَا تَقُولُوا لِمَا تَصِفُ أَلْسِنَتَكُمُ الْكَذِبَ هَذَا حَلَالٌ وَهَذَا حَرَامٌ لَنُفْتِرُوا عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ إِنَّ الَّذِينَ يَفْتَرُونَ عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ لَا يُفْلِحُونَ» (نحل: ۱۱۶)؛ به خاطر دروغی که بر زبانتان جاری می‌شود (و چیزی را مجاز و چیزی را ممنوع می‌کنید)، نگویید: «این حلال است و آن حرام»، تا بر خدا افترا ببندید به یقین کسانی که به خدا دروغ می‌بندند، رستگار نخواهند شد.

بر این اساس اولاً: خدایتعالی مواد غذایی که دارای مصلحت و برای سلامت جسم و روح انسان مفید باشند آنها را جایز و حلال و طیب وضع کرده است و به انسان‌ها دستور داده است تا از آنها بهره مند شوند و بخورند.

در باره مفهوم و معیارهای حلال و طیب در میان مفسران اختلاف است برخی براین باورند که حلال طیب یک چیز هستند. هر حلالی طیب و هر حرامی خبیث است و نیز احتمال داده‌اند حلال مربوط به شرع و طیب مربوط به طبع باشد. طیب چیزی است که لذت بخش است نه رنج آور (۶) برخی دیگر معتقدند حلال چیزی است که معصیت خدا در آن نباشد و طیب چیزی است که باعث فراموشی خدا نشود (۷)، برخی دیگر براین باورند که طیب یعنی لذت بخش و باب طبع و حلال یعنی چیزی که در آن کراهت دنیوی نباشد (۸) حلال " چیزی است که ممنوعیتی نداشته باشد، و " طیب " به چیزهای پاکیزه گفته می‌شود که موافق طبع سالم انسانی است، نقطه مقابل " خبیث " که طبع آدمی از آن تنفر دارد (۹)

حلال و طیب غذاها در قرآن کریم آنچنان از اهمیت برخوردار است که در چهار آیه (بقره: ۱۱۶، مائده: ۸۸، نحل: ۱۱۴ و انفال: ۶۹) به صورت صفت ترکیبی «حلالاً طیباً» آمده است و در آیات (یونس: ۹۳، ۲۲، ۵۹، آل عمران: ۳۸ و ۱۷۹، نساء: ۲، ۴۳، ۱۶۰، مائده: ۴، ۵، ۸۷، ۱۰۰، اعراف: ۳۲، ۵۸، ۱۵۷، ۱۶۰، انفال: ۲۶،

نسبت به آنچه در لایه‌های وجودی و ضمیر و درون انسان می‌گذرد، آگاه‌تر است (ق: ۱۶) عالم به همه چیز است (بقره: ۲۹، مائده: ۹۷، حدید: ۳) حکیم است (انعام: ۱۲۸، حجرات: ۸؛ ممتحنه: ۱۰) قادر مطلق است (بقره: ۲۰، آل عمران: ۲۹، مائده: ۱۷) شنونده و بیننده است (حج: ۶۱، لقمان: ۸ و مجادله: ۱) هر آنچه در جهان رخ می‌دهد طبق سنت‌های قطعی و تغییر ناپذیر الهی است (نساء: ۲۶؛ آل- عمران: ۱۳۷).

متفکران اسلامی و غربی برای اثبات وجود خدا، برهان‌های متنوعی اقامه کرده‌اند و تقسیم‌بندی‌های متفاوتی نیز از آنها ارائه شده است. برخی از متفکران مسلمان، براهین اثبات خدا را در یک تقسیم‌بندی کلی به سه نوع تقسیم کرده است: برهان‌هایی که از راه مشاهده آثار و آیات الهی در جهان اقامه می‌شود همچون برهان نظم ۲ برهان‌هایی که از راه نیازمندی جهان، وجود خدای بی‌نیاز را اثبات می‌کنند مانند برهان حدوث و برهان حرکت ۳ برهان‌هایی که فلسفی خالص هستند و از مقدمات عقلی محض تشکیل شده‌اند مانند: برهان امکان و وجوب و برهان صدیقین. این براهین نیازی به مقدمات حسی و تجربی ندارند

و فیلسوفان غربی برای اثبات خدا، براهینی اقامه کرده‌اند که در یک تقسیم‌بندی کلی به هشت دسته تقسیم می‌شوند که عبارتند از: براهین وجودی، براهین جهان‌شناختی، براهین غایت‌شناختی، براهین درجات کمال، براهین اجماع عام، براهین اخلاقی، برهان‌های تجربه دینی و برهان‌های عرف‌پسند (۵)

از نظر قرآن کریم تمام محتوای زندگی انسان، براساس توحید نشأت می‌گیرد و گسترش می‌یابد و دارای مبانی چون، توحید در خالقیت، توحید در مالکیت، توحید در رزاقیت و... که هر یک از این مبانی در سلامت جسم و روح تأثیر گذارند که مهم‌ترین آنها عبارتند از:

#### توحید در خالقیت

اولین مبنا از مبانی خداشناختی، توحید در خالقیت است. توحید در خالقیت یعنی اینکه در جهان هستی، بیش از یک خالق اصیل و مستقل نداریم و خالقیت علل دیگر در طول خالقیت او است و به اذن و فرمان او صورت می‌گیرد. از نظر قرآن کریم موجودات عالم هستی با وسعتی که دارند از مجردات گرفته تا موجودات عالم ماده، همه ممکناتی هستند که وجوب‌شان به واجب الوجود وابسته است، سیرشان از ساحت امکان به وجوب به خدا که واجب الوجود است بستگی دارد در آیات فراوانی به خالقیت خدایتعالی و مخلوقیت عالم هستی یکتا تصریح شده است؛ در سوره زمر آمده است: «اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ» (زمر: ۶۲)؛ خداوند آفریدگار همه چیز است. و نیز در آیات: انعام: ۱۰۲؛ اعراف: ۵۴، مؤمن: ۶۲، شوری: ۴، فرقان: ۲، قمر: ۵۳ و ۹۴ تا ۹۹، انعام: ۵۸، اعراف: ۳ تا ۶ و ۶۷ و ۶۸، یونس: ۱۰ تا ۲۰، ۲۰ تا ۶۵ و ۷۴ و ۸۰ و ۸۱، نحل: ۱۲، اسراء: ۳۳ تا ۴۱، یس: ۱ تا ۵، جائیه و دهها آیه دیگر از سوره‌های مختلف قرآن، با تعبیرهای گوناگون توجه انسان را به نشانه‌های گویایی که در نظام استوار جهان بر یگانگی آفریدگار و کردگار جهان است، جلب می‌کند براساس این مبناست که به لحاظ منطقی سیر فکری از کل کیهان که تحت خلق و آفرینش خدا است شروع و به جزء یعنی انسان و

مفسران این آیات را به طور کلی برای ممنوع کردن هر نوع ماده مضر - چه شراب، آبجو، ویسکی یا هر چیز دیگری، بکار می‌برند (۱۱) قرآن کریم شراب را بدلیل مسکر بودن، فراموشی یاد خدا و نماز و مضر بودن، ممنوع می‌کند. ممنوعیت الکل و شرابخواری در قرآن به این سبب است که شرابخواری دارای پیامدهای روحانی و جسمانی فراوانی است، امام صادق (علیه السلام) فرمود: «... چرا که شراب برایش ریشه بدن پدید می‌آورد و مردانگی و انصاف و مروّتش را نابود می‌کند، شراب است که شراب خوار را وادار بر جسارت بر نزدیکان و اقوام و خویشان و خونریزی و زنا می‌نماید، و او را چنان بر گناه جسور می‌کند که از خونریزی و زنا باک ندارد (۱۲)

از نظر علم پزشکی دارای پیامدهای جسمانی فراوانی است از جمله: ۱. اعتماد به الکل موجب ابتلا به بیماری‌های عصبی می‌گردد. ۲. از همان ابتدای ورود به دستگاه گوارش، بیماری‌هایی مانند التهاب مری، استفراغ‌های شدید خونی، سرطان مری، زخم معده، التهاب لوزالمعده، بیماری‌های کبدی را به ارمغان می‌آورد. ۳. در ایجاد بیماری‌های قلبی از جمله، ضعف ماهیچه‌های قلب، نارسائی‌های قلبی مادرزادی کودکان نقش دارد. ۴. در فعالیت‌های جنسی، میل جنسی را افزایش می‌دهد ولی موجب کاهش توان انجام فعالیت‌های جنسی می‌شود، علاوه بر این موجب ایجاد نارسائی در رفتارهای جنسی زنان می‌شود، و دگرگونی‌هایی را در نطفه به وجود می‌آورد که باعث تولد کودکان ناقص‌الخلقه می‌شود. ۵. الکل یکی از علل پنج‌گانه اصلی ابتلا به سرطان مغز است (۱۳)

و نیز در آیات دیگر برای تحقق سلامتی جسم و روح انسان، خوردن گوشت‌های، مردار، خون و گوشت خوک به دلیل داشتن مفسده برای جسم و روح انسان ممنوع و مفسده اعلام کرده است و در این مورد تأکید می‌فرماید: «حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أَلْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخَنزِيرِ (مائده: ۳۰ بقره: ۷۲-۷۳، انعام: ۱۴۵ و نحل: ۱۱۵) در این آیات مردار، خون، گوشت خوک حرام شده است. مثلاً در باره گوشت مردار امام صادق (علیه السلام) فرمود: «و اما میت» بدین جهت تحریم شده که احدی از آن نخورد و نزدیکش نشود مگر آنکه بدنش ضعیف و جسمش لاغر و مغز استخوانش سست و نسلش قطع می‌شود. و کسی که مردار می‌خورد جز به مرگ ناگهانی نمی‌میرد (۱۴) و امام رضا (علیه السلام) می‌فرماید: «میته باعث بد اخلاقی، عصبانیت، قساوت قلب و از بین رفتن مهر و عطف می‌شود تا آنجا که نمی‌توان در مورد شخصی که گوشت مردار می‌خورد از کشتن فرزند و پدر و رفیق خود ایمنی باشد (۱۵) و خوردن خون از جمله مواردی است از نظر قرآن حرام شده است خونخواری هم زبان جسمی دارد و هم اثر سوء اخلاقی، چرا که خون از یک سو ماده کاملاً آماده‌ای است برای پرورش انواع میکروبها. تمام میکروبی‌هایی که وارد بدن انسان می‌شوند به خون حمله می‌کنند، و آن را مرکز فعالیت خویش قرار می‌دهند، به همین دلیل گلبول‌های سفید که پاسداران و سربازان کشور تن انسانند همواره در منطقه خون پاسداری می‌کنند تا میکروبها به این سنگر حساس که با تمام مناطق بدن ارتباط نزدیک دارد راه پیدا نکنند. مخصوصاً هنگامی که خون از جریان می‌افتد و به اصطلاح می‌میرد، گلبولهای سفید از

۳۷، توبه: ۷۲، ابراهیم: ۲۴، نحل: ۳۲، ۷۲، ۹۷، ۱۱۶، اسراء: ۷۰، طه: ۸۱، حج: ۲۴، مومنون: ۵۱، نور: ۲۶، ۶۱، سباء: ۱۵، فاطر: ۱۰، غافر: ۶۴، جاثیه: ۱۶، احقاف: ۲۰، صف: ۱۲) دو صفت «حلال» و «طیب» به صورت جداگانه آمده اند. در موارد ترکیبی، با فعل امر «كُلُوا» از مصدر «أَكَلَ» به معنی خوردن همراه هستند. در مواردی که جدا از هم آمده اند، با کلمات دیگر نیز همراه هستند. اگر مفهوم «كُلُوا» فقط بمعنی خوردن باشد، پس ترکیب این دو صفت صرفاً برای مواد غذایی بکار می‌رود.

در اغلب آیات فوق پس از دستور به خوردن غذاهای حلال و طیب، دستور به پرهیز از شیطان و راه شیطان و رعایت تقوا و انجام عمل صالح و بجا آوردن شکر خدا دعوت به عمل آمده است. در واقع بین خوردن ای حلال و تاثیر آنها در انجام اعمال صالح، بجا آوردن شکر خدا و رعایت تقوا ارتباط مستحکمی وجود دارد. از جمله: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَ لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ (بقره: ۱۶۸) دشمن آشکار شماست»

بر اساس این آیه دلیل اصل اولی در همه غذاهایی که روی زمین وجود دارد حلال است، و غذاهای حرام جنبه استثنایی دارند، بنا بر این حرام بودن چیزی دلیل می‌خواهد، نه حلال بودن آن. هر غذایی که ممنوعیت آن با دلیل صحیح ثابت نشده ما دام که منشا فساد و زیان و ضرری برای فرد و اجتماع نباشد حلال است (۱۰)

و نیز در آیه ۱۷۲ سوره بقره در خطاب به مؤمنان می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَ اشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از نعمت‌های پاکیزه‌ای که به شما روزی داده‌ایم، بخورید و شکر خدا را بجا آورید اگر او را پرستش می‌کنید!»

در این آیه بین روزی‌های طیب و شکر خداوند و زندگی توحیدی ارتباط وجود دارد. در واقع بیانگر این نکته است روزی‌ها و غذاهای پاک در گرایش انسان به رفتارهای خوب تأثیرگذار است و در سلامت روح و اخلاق انسان تأثیرگذار است.

و در آیه دیگر در خطاب به پیامبران می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَ اعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ (مومنون: ۵۱)؛ پس از آنچه خدا شما را روزی کرده است حلال [و] پاکیزه بخورید»

ثانیاً: خدایتعالی هر مواد غذایی که دارای مفسده بوده و برای سلامت جسم و روح انسان مضر باشند آنها را حرام و حبیث وضع کرده است. ضمن اینکه به فلسفه حرمت آنها اشاره می‌نماید، دستور به پرهیز از مصرف آنها می‌دهد. چنانکه در باره شراب و قمار می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَ الْمَيْسِرُ وَ الْأَنْصَابُ وَ الْآزْلَامُ رَجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَ الْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَ الْمَيْسِرِ وَ يَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَ عَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ (مائده: ۹۰-۹۱)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! شراب و قمار و بتها و ازلام [نوعی بخت‌آزمایی]، پلید و از عمل شیطان است، از آنها دوری کنید تا رستگار شوید شیطان می‌خواهد به وسیله شراب و قمار، در میان شما عداوت و کینه ایجاد کند، و شما را از یاد خدا و از نماز بازدارد. آیا (با این همه زیان و فساد، و با این نهی اکید)، خودداری خواهید کرد؟»

قسمت کردن گوشت حیوان به وسیله چوبه‌های تیر مخصوص بخت آزمایی تمام این اعمال، فسق و گناه است»

و نیز غذا و ارتزاقی که از راه حرام و تصرف نامشروع در اموال دیگران به دست آمده باشد حرام است همانند؛ تغذیه و تصرف ظالمانه در اموال ایتم که قرآن کریم به صراحت در این مورد می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَىٰ ظُلْمًا إِنَّمَا يَأْكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ نَارًا وَ سَيَصْلُونَ سَعِيرًا (نساء: ۱۰)؛ کسانی که اموال یتیمان را از روی ظلم و ستم می‌خورند، تنها آتش می‌خورند و به زودی به آتش سوزانی می‌سوزند». این آیه می‌گوید: کسانی که اموال یتیمان را به ناحق تصرف می‌کنند افزون بر اینکه آن‌ها در همین جهان در واقع آتش می‌خورند، بزودی در جهان دیگر داخل در آتش بر افروخته‌ای می‌شوند که آن‌ها را به شدت می‌سوزاند

۳-۱-۳. توحید در رزاقیت

رازق تمام مخلوقات اولاً و بالذات خداوند است چنانکه فرموده است: «إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ (ذاریات: ۵۸)؛ همانا تنها خداست که رزاق می‌باشد؛ خدایی که صاحب قوت و قدرت است» (ذاریات: ۵۸)؛ مقدم شدن «هو» دلیل حصر است؛ یعنی روزی دهنده منحصرأ خداست. و نیز فرموده است: «وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ (هود: ۶)؛ هیچ جنبنده‌ای در زمین نیست مگر اینکه روزی او بر خداست. او قرارگاه و محل نقل و انتقالش را می‌داند؛ همه‌ی اینها در کتاب آشکاری ثبت است». بنابراین، غیر خدا فقط در حد واسطه‌ی فیض در روزی رساندن به مخلوقات، نقش دارند و روزی دهنده‌ی حقیقی فقط و فقط خداست

صفت رزاقیت که از صفات فعلی خداوند است در قرآن بسیار بیان شده است و بر آن تأکید رفته. این تأکید نشان از اهمیت فراوان این مسأله نزد خداوند دارد و تأکیدی که خود خدا بر آن دارد برای مؤمنین مایه آرامش و سکینه است (۱۹)

این وعده به تکفل رزق بندگان و موجودات که تنها رزق انسان‌ها را در بر نمی‌گیرد «إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ (ذاریات: ۵۸)»، خداست که خود روزی بخش نیرومند استوار است و نیز آیه «وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ (هود: ۶)؛ و هیچ جنبنده‌ای در زمین نیست مگر [اینکه] روزیش بر عهده خداست و [او] قرارگاه و محل مردنش را می‌داند همه [اینها] در کتابی روشن [ثبت] است». بسیاری از موجودات نیاز به آب، خاک، نور و یا انرژی دارند. بسیاری از موجودات که در اعماق دریاها زندگی می‌کنند و در اعماق تاریکی‌ها و یا در عمق زمین به سر می‌برند، خوراکی دارند که خداوند تأمین آن را برعهده گرفته است.

با این وعده خدایتعالی این مؤمنین نه تنها به آرامش روحی و روانی دست می‌یابند که به سلامت روحی او بی‌نیازت کمک می‌کند بلکه از رفتن در مسیر دروغ و فریب و طرق حرام برای کسب روزی خودداری می‌کنند. این خود امنیتی را به لحاظ مالی برای مردم جوامع با ایمان تضمین می‌نماید. امنیتی که به طور نسبی مردم از شر

بین می‌روند و به همین دلیل میکربها که میدان را خالی از حریف می‌بینند به سرعت زاد و ولد کرده گسترش می‌یابند (۱۶). از سوی دیگر امروز در علم غذاشناسی ثابت شده که غذاها از طریق تاثیر در غده‌ها و ایجاد هورمون‌ها در روحيات و اخلاق انسان اثر می‌گذارند، از قدیم نیز تاثیر خونخواری در قساوت و سنگدلی به تجربه رسیده، و حتی ضرب المثل شده است، و لذا در حدیثی می‌خوانیم: "آنها که خون می‌خورند آن چنان سنگدل می‌شوند که حتی ممکن است دست به قتل پدر و مادر و فرزند خود بزنند (۱۷) و فلسفه حرمت گوشت خوک این است که خوک از کثیف‌ترین و آلوده‌ترین حیوانات می‌باشد و در بی‌بندباری در مسائل جنسی و بی‌غیرتی معروف و ضرب المثل است و این صفات به خواهی، نخواهی بر اثر خوردن گوشت خون در اشخاص پیدا خواهد شد.

زبان‌هایی که از خوک و مصرف گوشت آن به انسان می‌رسد بر کسی پوشیده نیست و همه پزشکان و زیست‌شناسان به آن اعتراف دارند از مهم‌ترین بیماری جسمی آن: بیماری «تریشینوز» (Triehinasel) که از کرم «تریشین» یا «تریکین» به وجود می‌آید و در کشورهایی که گوشت خوک مصرف می‌شود فراوان است و در کشورهای اسلامی که گوشت خوک حرام است هرگز دیده نمی‌شود. و بیماری لادرری (Ladriere): از خطرناک‌ترین بیماری‌هایی است که با خوردن گوشت خوک بر انسان عارض می‌شود، عامل این بیماری تنیا یا کرم کدو است. این بیماری در کشورهایی همانند آلمان که مصرف گوشت خوک مصرف می‌کنند فراوان است. افزون بر دو بیماری مذکور، گوشت خوک، دیر هضم است و معده را سخت دچار زخم می‌کند و بیشتر بر اثر خوردن گوشت آن، نوعی مسمومیت پدید می‌آید که آن را «بوتولیسم» (Botulismel) می‌گویند (۱۸)

و در آیات دیگر، حیواناتی که طبق دستورات شرع ذبح نشده باشند حرام وضع کرده است. و خوردن آنها را اجازه نمی‌دهد: «وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يَذْكُرْ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَإِنَّهُ لَفِسْقٌ وَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لَيُخَوِّنُنَّ إِلَىٰ أَوْلِيَائِهِمْ لِيُجَادِلُوكُمْ وَإِنْ أَطَعْتُمُوهُمْ إِنَّكُمْ لَمُنشَرُكُونَ (انعام: ۱۲۱)؛ و از آنچه نام خدا بر آن برده نشده، نخورید! این کار گناه است و شیاطین به دوستان خود مطالبی مخفیانه القا می‌کنند، تا با شما به مجادله برخیزند اگر از آنها اطاعت کنید، شما هم مشرک خواهید بود». که این خود دارای مصادیق فراوانی است حیواناتی که طبق سنت جاهلیت به نام بت‌ها و به نام غیر خدا ذبح شوند، خفه شده باشند، باشکجه و ضرب جانم بسیارند، با بیماری بمیرند، با پرت شدن از بلندی بمیرند، با ضرب شاخ مرده باشند و به وسیله حمله درندگان کشته شوند، خوردن گوشت آنها حرام شده است «وَمَا أَهْلَ لَيْعٍ لِّلَّهِ بِهِ وَ الْمُنْحَنِقَةُ وَ الْمَوْفُودَةُ وَ الْمُتْرَدِيَةُ وَ النَّطِيحَةُ وَ مَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَ مَا ذَبَحَ عَلَى النَّصْبِ وَ أَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ (مائد: ۳)؛ حوشت مردار، و خون، و گوشت خوک، و حیواناتی که به غیر نام خدا ذبح شوند، و حیوانات خفه شده، و به زجر کشته شده، و آنها که بر اثر پرت شدن از بلندی بمیرند، و آنها که به ضرب شاخ حیوان دیگری مرده باشند، و باقیمانده صید حیوان درنده- مگر آنکه (بموقع به آن حیوان برسید، و) آن را سربرید- و حیواناتی که روی بتها (یا در برابر آنها) ذبح می‌شوند، (همه) بر شما حرام شده است و (همچنین)

می‌کند تا آنها را مشرک سازد. از این جهت است که خداوند اینها را از اعمال پلید شیطان معرفی کرده است. بنابر این شیطان در همه اینها می‌تواند اثر منفی غیر مستقیم روی انسان داشته باشد.

نیز احادیث فراوانی دلالت بر تلاش شیاطین برای دمیدن و وسوسه در قلب انسان برای گناه دارند و برعکس آن تلاش ملائکه برای دمیدن و الهام در قلب انسان برای دعوت به نیکی‌ها که اولی منجر

به بیماری روح و دومی منجر به سلامتی روح می‌شود رسول خدا (صلی الله علیه و آله) فرمود: «مَا مِنْ مُؤْمِنٍ إِلَّا وَ لِقَلْبِهِ فِي صَدْرِهِ أَذْنَانُ أَذْنُ يَنْفُثُ فِيهَا الْمَلَكُ وَ أَذْنُ يَنْفُثُ فِيهَا الْوَسْوَاسُ الْخَنَاسُ فَيُوَيْدُ اللَّهُ الْمُؤْمِنَ بِالْمَلَكِ وَ هُوَ قَوْلُهُ سَجَّانَهُ وَ آيِدَهُمْ بَرُوحُ نُهُ (۲۱): هیچ مؤمنی نباشد جز آنکه دلش دو گوش دارد، در گوش فرشته می‌دمد و در گوش وسواس خناس و خدا مؤمن را به وسیله آن فرشته تأیید می‌کند که فرموده است: و با روحی از ناحیه خودش آنها را تقویت فرموده است»

امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «مَا مِنْ قَلْبٍ إِلَّا وَ لَهُ أَذْنَانُ عَلَيَّ أَحَدَهُمَا مَلَكٌ مُرْسِدٌ وَ عَلَيَّ الْآخَرُ شَيْطَانٌ مُفْتَرٌ هَذَا يَأْمُرُهُ وَ هَذَا يَرْجُرُهُ كَذَلِكَ مِنَ النَّاسِ شَيْطَانٌ يَحْمِلُ النَّاسَ عَلَى الْمَعَاصِي كَمَا يَحْمِلُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْجَنِّ (۲۲)؛ هر قلبی دو گوش دارد که بر یکی فرشته‌ای راهنما و بر دیگری شیطانی است فتنه‌گر، یکی فرمانش می‌دهد و دیگری او را باز می‌دارد، همچنان که برخی از مردم نیز شیطانی هستند که مردم دیگر را به انجام نافرمانی‌های خدا می‌کشاند، همان‌طور که شیاطینی از اجنه چنین می‌کنند.»

و نیز براساس برخی از روایات شیاطین جن در ابتلا به برخی بیماری‌ها مؤثر هستند و فرشتگانی وجود دارند که نگهبان آب‌ها و عناصر طبیعت و... هستند. گاهی علت برخی صدمات و بیماری‌ها، بی‌احترامی به عناصر طبیعت است. همچنین فرشتگان در پیشگیری از بیماری‌ها تلاش می‌کنند و به انسان‌ها کمک می‌کنند.

مخصوصاً روایات زیادی در باب بیماری‌های روحی وجود دارد که شیاطین در ایجاد آن دخالت دارند و فرشتگان در جلوگیری از آن تلاش می‌کنند. رسول الله (صلی الله علیه و آله) فرمود: «إِذَا زَمَى الْعَبْدُ حَرَجَ مِنْهُ رُوحُ الْإِيمَانِ» قَالَ: فَقَالَ: أَلَمْ تَرَ إِلَى شَيْئَيْنِ يَخْتَلِجَانِ فِي قَلْبِكَ شَيْءٌ يَأْمُرُ بِالْخَيْرِ هُوَ مَلَكُ بَرِّ الْقَلْبِ، وَ الَّذِي يَأْمُرُ بِالشَّرِّ هُوَ الشَّيْطَانُ يَنْفُثُ فِي أذنِ الْقَلْبِ قَالَ: ثُمَّ قَالَ: لِلْمَلَكِ لَمَةٌ، وَ لِلشَّيْطَانِ لَمَةٌ، فَمِنْ لَمَةِ الْمَلَكِ إِيْعَادُ بِالْخَيْرِ وَ تَصْدِيقُ بِالْحَقِّ وَ رَجَاءُ الثَّوَابِ، وَ مِنْ لَمَةِ الشَّيْطَانِ تَكْذِيبُ بِالْحَقِّ وَ قُتُوطٌ مِنَ الْخَيْرِ وَ إِيْعَادُ بِالشَّرِّ (۲۳) در این روایت رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می‌فرماید که وقتی بنده زنا میکند دو چیز با هم در قلب او تعارض و تکاپو می‌کنند و به هم می‌جوشند یکی فرشته‌ای است که دستور و سفارش به نیکی می‌کند و دیگری شیطانی که امر به بدی و گناه می‌کند. احادیثی مانند این بسیار هستند که دلالت بر تلاش شیاطین برای دمیدن و وسوسه در قلب انسان برای گناه و برعکس آن تلاش ملائکه برای دمیدن و الهام در قلب انسان برای دعوت به نیکی‌ها که اولی منجر به بیماری روح و دومی منجر به سلامتی روح می‌شود (۲۴)

مبانی هستی‌شناختی مادی

کلاهبرداری، دروغ و قسم دروغ در معاملات، احتکار، ارتشاء، کم‌فروشی و مانند آن نجات می‌دهد.

لطف الهی و تامین سعادت سلامت انسان از طریق جریان لطف در عالم خلقت

لطف به این معنا است که هر کاری که به نزدیک شدن انسان‌ها به اطاعت و یا دور شدن آنها از گناه بینجامد، انجام آن کار بر خداوند لازم است و خدا حتماً آن کار را انجام می‌دهد (۲۰) خداوند به بندگانش لطیف و مهربان است و خدا با این لطف و رحمت خویش به بندگانش روزی می‌دهد، دعا‌های آنان را برآورده می‌کند، از دشمنان و شیاطین جن و انس که به دنبال فساد و تباهی در نسل و گیاهان و حیوانات و انسان‌ها هستند آنان را حفظ و حمایت می‌کند؛ البته مشروط به اینکه از دستورات و فرامین او پیروی کنند و بسیار از سودها به بندگان و مخلوقات خود می‌رساند. علاوه بر بسیاری از احکامی که در دین مبین اسلام در باب ذبح و صید و احکام خرید و فروش و مکاسب و مباح بیان شده است توصیه‌های فراوانی درباره غذاهای طیب در قرآن کریم آمده است و ارتباط آن با عمل صالح و شکر پروردگار و تبعیت نکردن از گام‌های شیطان و مانند آن همه و همه از جهت لطف پروردگار به بندگان آورده شده است.

خصوصاً اهمیت صفت لطف الهی در ارتباط با رزاقیت خداوند ارتباط پیدا می‌نماید؛ «اللَّهُ لَطِيفٌ بَعِيدٌ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ وَ هُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيزُ» (شوری: ۱۹)؛ خدا نسبت به بندگانش مهربان است هر که را بخواهد روزی می‌دهد و اوست نیرومند غالب»

علاوه بر بسیاری از احکامی که در دین مبین اسلام در باب ذبح و صید و احکام خرید و فروش و مکاسب و مباح بیان شده است توصیه‌های فراوانی درباره غذاهای طیب در قرآن کریم آمده است و ارتباط آن با عمل صالح و شکر پروردگار و تبعیت نکردن از گام‌های شیطان و مانند آن همه و همه از جهت لطف پروردگار به بندگان آورده شده است. که برخی از آن‌ها مانند «لطف الهی» منجر به سلامت روحی و روانی و جسمی مردم می‌تواند.

ایمان به موجودات غیر محسوس و غیبی

یکی از بنیادی‌ترین باورهای انسان مؤمن ایمان به موجودات غیر محسوس و غیبی در عالم آفرینش همانند؛ فرشتگان الهی و شیطان رجیم است که فراتر از حس و تجربه انسان می‌باشند. و برای ما در شرایط عادی قابل درک حسی نیستند ولی به واسطه آیات و روایات به اثبات رسیده است و در زندگی انسان تأثیرگذارند. شیطان شناسی نقش اساسی در غذا و تغذیه انسان دارد زیرا که شیطان با وسوسه انسان به سوی غذای حرام سلامت جسم و روان انسان را به خطر می‌ندازد از این جهت است که خداوند متعال خوردن شراب و بعضی کارهای دیگر را عمل شیطانی دانسته و اجتناب از آنها واجب می‌داند (مائتد: ۹۰) همه اینها چیزهایی‌اند که شیطان برای ایجاد فساد در میان مردم از آنها استفاده می‌کند. مردم را به باده نوشی و می‌دارد تا عقل را از کفشان باز ستاند و به قمار و می‌دارد تا اخلاق زشت را در میان آنها رواج دهد و به بت پرستی وادار

بخش آشکار و پیدای عالم هستی را هستی شناختی مادی گویند که از نظر قرآن بسیار گسترده و وسیع می‌باشد: «أَلَمْ تَرَوْا أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعْمَهُ ظَاهِرَةً وَبَاطِنَةً (لقمان: ۲۰)؛ آیا ندانسته‌اید که خدا آنچه را که در آسمان‌ها و آنچه را که در زمین است مسخر شما ساخته و نعمت‌های ظاهر و باطن خود را بر شما تمام کرده است.»

هستی شناختی مادی دارای مبانی است که در تحقق تغذیه و سلامت انسان نقش اساسی دارند که مهم‌ترین آنها عبارتند از:

#### استفاده مستقیم انسان از طبیعت

از منظر قرآن کریم انسان، اشرف مخلوقات و خلیفه خداوند در زمین است (بقره: ۳۰) و تمام پدیده‌های طبیعی برای او آفریده شده است (بقره: ۲۹) آیات فراوانی وجود دارد که بیان‌گر خلقت و تسخیر عالم هستی برای انسان است. این گونه آیات به دو صورت؛ گاهی کلی و گاهی جزئی و موردی می‌پردازد گونه کلی همانند؛ آیاتی که به صورت کلی و عمومی زمین و آسمان‌ها و هر آن چیزی که بین آنهاست را مسخر بشر (نحل: ۱۲، لقمان، ۲۰، نحل: ۱۴، یس: ۷۲، ابراهیم: ۱۴، ص: ۳۶) معرفی می‌کنند. و گونه جزئی همانند، آیاتی که به صورت موردی و جزئی اشاره می‌کنند همانند؛ تسخیر دریاها، ماهی‌ها، کشتی‌ها (نحل: ۱۴)، خلقت دام‌ها (یس: ۷۲)، تسخیر خورشید و ماه، روز و شب (ابراهیم: ۳۳، تسخیر دریاها و ماهی‌ها (نحل: ۱۴، تسخیر باد بر سلیمان (ص: ۳۶).....)

با توجه به آیاتی که ذکر شد، طبیعت در تسخیر انسان و برای بهره برداری در اختیار او قرار دارد. انسان می‌تواند با استفاده از توانایی‌ها و خلاقیت‌هایی که خداوند در سرشت او قرار داده بهترین بهره را از طبیعت ببرد، و با خردورزی دنیا را مزرعه آخرت و سرمایه زندگی اخروی خویش قرار دهد. قرآن کریم درباره اثر طبیعت می‌فرماید:

«الْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرُجُ نَبَاتُهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ وَالَّذِي خَبثَ لَا يَخْرُجُ إِلَّا نَكِدًا (اعراف: ۵۸): سرزمین پاکیزه، گیاهش به فرمان پروردگار می‌روید؛ اما سرزمین‌های بد طینت [و شوره زار]، جز گیاه ناچیز و بی ارزش، از آن نمی‌روید زمین پاک نیکو، گیاهش به اذن خدایش (نیکو) بر آید، و از زمین خشن ناپاک بیرون نیاید جز گیاه اندک و کم‌ثمر.»

از آیه به دست می‌آید که همان‌طور که طبیعت و سرزمین پاک در رشد و پرورش بهینه گیاهان مؤثر است، در رشد، طول عمر، تندرستی، آرامش اعصاب و روان، خلق و خوی و رفتار، توانمندی و قدرت، تکثیر نسل و تولید مثل و... نیز مؤثر می‌باشد، و همان‌گونه که از زمین‌های شوره زار جز گیاهان بی ارزش نمی‌روید، محیط آلوده نیز تأثیر منفی و اثرات زیانباری بر جسم، روح و تربیت انسان دارد.

#### انسجام و سنجیدگی در پدیده‌های عالم هستی

از نگاه قرآن، یکی از ویژگی‌های بارز و مهم آفرینش آن است که خداوند آن را براساس حکمت، حساب شده و نظام یافته آفریده است. قرآن کریم گاهی در باره انسجام و سنجیدگی تمام پدیده‌های عالم هستی به طور عام می‌فرماید: «... قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا؛

(طلاق: ۳) و خدا برای هر چیزی اندازه ای قرار داده است.» و «... وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ قَدْرَهُ تَقْدِيرًا (فرقان: ۲)؛ و هر چیزی را او آفریده و چنان که باید برای آن اندازه معین کرده است.»

و گاهی نیز به طور خاصی، مثلاً در باره انسجام و نظم خاصی که بین باران و رویش گیاهان و مواد غذایی گیاهی اشاره می‌کند:

«فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ. أَنَا صَبَّبْنَا الْمَاءَ صَبًّا. ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا. فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا. وَعَيْنًا وَقَضْبًا. وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا. وَحَدَاتِقَ غُلْبًا. وَفَاكِهَةً وَأَبًّا. مَتَاعًا لَكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ (عبس: ۲۴-۳۲)؛ پس آدمی باید به خوراک خود بنگرد- تا عبرت گیرد- همانا ما آب [باران] را فرو ریختیم فرو ریختنی سپس زمین را [با سر بر آوردن گیاهان] بشکافتیم شکافتنی. پس در آن دانه‌ها رویانیدیم و انگور و سبزی، و درخت زیتون و خرما، و بوستان‌های پر درخت، میوه و علف، تا بر خورداری باشد برای شما و چارپایان شما»

و در آیه دیگر می‌فرماید:

«هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لَكُمْ مِنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ تُسِيمُونَ- يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (نحل: ۱۰-۱۱)؛ اوست خدایی که آب را از آسمان فرو فرستاد که از آن بیاشامید و درختان پرورش دهید (تا به میوه آن شما و به برگش حیوانات شما برخوردار شوید) و هم زراعت‌های شما را از آن آب باران برویاند و درختان زیتون و خرما و انگور و از هر گونه میوه بپرورد و در این کار آیت و نشانه رحمت و قدرت الهی برای اهل فکر است»

در این آیات چنین به نظر می‌رسد که رابطه مستقیم بین باران و مواد غذایی گیاهی وجود دارد و ترتیب ذکر آنها نیز اشاره به اهمیت نیازمندی یا ترتیب پیدایش و تکامل آنها دارد. زیرا در ابتدا به انواع حبوبات و غلات مثل گندم، جو، عدس و... (پروتئین) و بعد مواد قندی مثل انگور و نیز چربی‌ها مانند زیتون و در نهایت به میوه‌های یا همان ویتامین‌ها اشاره شده است.

#### ۳-۴. رعایت اعتدال در بهره‌مندی از طبیعت و تغذیه

قرآن کریم در برخی از آموزه‌های خود، باید و نباید را در کنار هم مطرح کرده و به بهره‌مندی از محصول طبیعت امر نموده است: «كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي وَمَنْ يَحِلُّ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوِيَ (طه: ۸۱)؛ از آنچه روزی شما کرده ایم - که پاک و پاکیزه است - بخورید و در بهره‌برداری از روزی‌ها با ناسپاسی و کفران نعمت تجاوزگری نکنید که خشم من بر شما لازم خواهد شد، و هر که خشم من بر او لازم شود، قطعاً سقوط می‌کند و تباہ می‌گردد»

یا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ (مؤمنون: ۵۱)؛ ای پیامبران! از غذاهای پاکیزه بخورید، و عمل صالح انجام دهید، که من به آنچه انجام می‌دهید آگاهم». در مقابل عدم تعادل در مصرف آن و اسراف را عامل از دست دادن محبت خداوند می‌شمرد: «يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (اعراف: ۳۱)؛ ای فرزندان آدم! زینت خود را به هنگام رفتن به مسجد، با خود بردارید! (از نعمتهای الهی) بخورید و بیاشامید، ولی اسراف نکنید که خداوند مسرفان را دوست نمی‌دارد!». و در آیه دیگر مسرفان را اهل آتش

توحید در خالقیت به این معناست که در جهان خلقت بیش از یک خالق اصیل و مستقل وجود ندارد و تمامی مخلوقات برای تغذیه انسان در تکاپو هستند و انسان جهت سلامتی جسم و روح از آنها بهره مند می‌گردد.

توحید در رزاقیت به این معناست که خدایتعالی روزی دهنده همه موجودات و بندگان است و خدایتعالی در قرآن کریم وعده تکفل رزق و روزی همه موجودات و بندگان را داده است، این وعده تکفل افزون بر اینکه مایه آرامش روحی انسان‌ها می‌باشد، عامل بازدارنده انسان در مسیر کسب‌های حلال و پرهیز از کسب‌های حرام و خبیث می‌باشد.

از نظر قرآن کریم قانون‌گذاری در احکام و قوانین شرعی خداست و اوست که براساس مصالح و مفاسد احکام شرعی را وضع می‌کند و بر همین اساس است تشریح و قانون‌گذاری در مواد غذایی، غذاهایی که برای سلامت جسم و روح انسان مفید هستند جایز و حلال و طیب وضع کرده است و غذاهایی که مفسده دارند و برای جسم و روح انسان ضرر دارند حرام و خبیث اعلام کرده است همانند: حرمت شراب و قمار، مردار، خون و گوشت خوک که برای سلامتی جسم و روح انسان ضرر دارند.

فرشته‌شناختی و شیطان‌شناختی از مبانی هستی‌شناختی فرامادی هستند که نقش اساسی در غذا و تغذیه و سلامت جسم و روح انسان دارند زیرا که شیطان با وسوسه انسان به سوی مصرف غذاهای حرام، سلامت جسم و روح انسان را به خطر می‌اندازد و نیز براساس برخی از روایات، شیطان در برخی از بیماری‌های روحی تأثیرگذار است و فرشتگان الهی در جلوگیری از آن تلاش می‌کنند.

استفاده مستقیم از طبیعت، انسجام و سنجیدگی در بهره‌مندی از طبیعت و تغذیه، رعایت اعتدال در دربره‌مندی از طبیعت و مواد غذایی از مبانی مادی هستی‌شناختی می‌باشند.

طبیعت و زمین به عنوان مادر انسان و تغذیه از مهم‌ترین مبانی هستی‌شناختی مادی می‌باشند که نقش اساسی در تحقق تغذیه و سلامت جسم و روح انسان دارند.

از آیات قرآن استفاده می‌شود که خدایتعالی هر آن چیزی را که در عالم هستی وجود دارد برای آسایش و بهره‌گیری انسان در جهت پیمودن به کمال و سعادت آفریده است. بر این اساس است که تمام پدیده‌های عالم هستی به صورت هماهنگ و منسجم با یک نظم خاصی درصدد تامین تغذیه انسان و سایر موجودات هستند تا انسان به گونه اعتدال از آنها بهره‌برده و در مسیر کمال حرکت نماید.

## References

1. Salehi, M, Abstract Nutrition Sciences: Food and Health, Tehran, Danesh Border, 2008
2. Dekhoda, A. Dekhoda Dictionary, Second Edition, Tehran, University of Tehran, 1998, under the health article),.
3. Moein, M, Culture, 12 edition, Tehran, Sarayesh, 2011 SH 432.

دانسته است: «وَأَنَّ الْمُسْرِفِينَ هُمْ أَصْحَابُ النَّارِ» (مؤمن: ۴۳) بنابراین انسان می‌تواند تمام نیازمندی‌های خود را از طبیعت استخراج کند؛ ولی باید در بهره‌وری از نعمت‌های الهی، تعادل را رعایت کند.

در آیه دیگر ضمن برشمردن انواع خوردنی‌هایی که از راه زراعت به دست می‌آید، از اسرافکاری، منع می‌کند: «وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَعَبْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرِّمَانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ» (انعام: ۱۴۱)؛ اوست که باغ‌های نیازمند داربست و غیر نیازمند به داربست را آفرید همچنین درخت خرما و انواع زراعت را که از نظر میوه و طعم با هم متفاوتند و (نیز) درخت زیتون و انار را که از جهتی به هم شبیه و از جهتی تفاوت دارند. از میوه آن به هنگامی که به ثمر می‌نشیند، بخورید و حق آن را به هنگام درو بپردازید و اسراف نکنید که خداوند مسرفان را دوست ندارد».

بر اساس این آیات، انسان‌ها موظفند در بهره‌مندی از محصول طبیعت و تغذیه، اعتدال را رعایت و از فساد و اسراف پرهیز نمایند. که در این صورت سلامت جسم و روح انسان را به خطر می‌افند

## طبیعت و زمین مادر انسان و تغذیه

زمین همانند مادری است که در رحم خود حیات و انسان را پرورش می‌دهد. بدیهی است که این زمین و همه موجودات روی آن در چارچوب نظم الهی و هنجار هستی حرکت می‌کنند و با آن هماهنگ و همراه هستند. همه این‌ها و مخصوصاً خود زمین باید در توازن و تعادل خاصی باشند تا در نظم الهی جای بگیرند و گرنه حیات از حرکت بازمی‌ایستد (۲۵).

براین اساس هر آنچه انسان در راستای تامین غذای خود و کشاورزی و دامداری و یا هر نوع فعالیت دیگری اعم از اقتصادی و فرهنگی و یا معنوی انجام می‌دهد بر بستر زمین انجام می‌گیرد. و مواد غذایی و باید با نظم و هماهنگی با زمین و طبیعت مادی و سرشت و روح معنوی آن صورت گیرد و گرنه سلامت روح و جسم انسان تامین نمی‌شود و نظم روح و روان و جسم او روز به روز بر هم می‌خورد و بیماری‌های مختلف و عجیب و غریب و جدید هر روز برای بشر بروز می‌کنند.

## نتیجه‌گیری

مبانی هستی‌شناسی نظام تغذیه در اسلام در یک تقسیم‌بندی کلی به مبانی موجودات فرامادی و موجودات مادی تقسیم می‌شوند. که هریک از این دو قسم دارای مبانی هستند که در تحقق تغذیه و سلامت جسم و روح انسان تأثیرگذارند. مهم‌ترین مبانی فرامادی عبارتند از: توحید و یکتاپرستی، ایمان به موجودات غیر محسوس و توحید در خالقیت، توحید در تشریح و قانونگذاری، توحید در رزاقیت و لطف الهی از مبانی هستی‌شناختی توحیدی و فرامادی می‌باشند و فرشته‌شناختی و شیطان‌شناختی از مبانی ایمان به موجودات غیر محسوس و غیبی می‌باشند که هریک از آنها در تحقق تغذیه و سلامت جسم و روح انسان نقش اساسی دارند.

14. Har'ili, M b. al-Hasan, Al-Shi'a Means, 2nd edition, Qom, Al-Bayt (a) Institute, Lahya al-Tarath, 1414, 1j: p. 310.
15. Majlesi, Bahar al-Anwar, Al-Wafa Institute, Beirut, Lebanon, 1403, 6:165.
16. Makarem Shirazi et al., N, Exemplary Interpretation, Tehran, Dar l-Kitab al-Islamiyya, 1995, c1, p. 585.
17. Makarem Shirazi et al., N, Exemplary Interpretation, Tehran, Dar l-Kitab al-Islamiyya, 1995, c1, p. 585.
18. Sane'i, Pagisgi and Health in Islam, Qom, Bustan-e-Book Institute, 2006, p. 252.
19. tahoony, M Maswadh Kashaf Terms al-Fanun and al-Alum, Research : Ali Farid Dahrouj, Beirut, Lebanese School of Publishers, 1862, c1, p. 601.
20. Fakhr al-Din R, Muhammad b. 'Umar, Al-Muhsal, Oman, Dar al-Lazi, 1411/1411, p. 481-482.
21. Majlesi, M. al-Anwar, Al-Wafa Institute, Beirut, Lebanon.1403 AH, C60, p. 194.
22. Majlesi, M. al-Anwar, Al-Wafa Institute, Beirut, Lebanon.
23. Baqer, 1403 AH, c. 60, p. 235.
24. Nouri, M, Mustadrak al-Wasa'il, Qom, Al-Bayt Institute1408 AH, C11, p. 360.
25. Sivti, Jalal al-Din, Al-Dralamthur, Qom, Library of Ayatollah Marashi Najafi, 1404, 23. 90.
26. Har'ili, M. al-Hasan, Isa'il al-Shi'a, 2nd edition, Qom, Al-Bayt (a) Institute of Lahya al-Tarath, 1409, p. 398
4. Amid, H, Farhang Amid, 39th edition, Tehran, Amir Kabir, 1963, p. 914.
5. Khosrowpanah, A, New Theological Issues and Philosophy of Religion, Qom, Mojahedin al-Mustafa, 1st edition, 2009, c1, p. 76.
6. Materi, M b. Muhammad, Tawalat Ahl al-Sunna (Tafsir al-Mutaridiyya), Beirut, Dar al-Katab al-'Lamiya, Charter of Muhammad Ali Beyzoun, 1426/1826, c5:264).
7. Testery, S. 'Abd Allah, Commentary on Al-Tastri, Beirut, Dar al-Katab al-Lamiya, Charter of Muhammad Ali Beyzoun, 1423, c1, p. 72.
8. Tabrani, S . \ .Ahmad, Al-Tafsir al-Bakir: Commentary on al-Qur'an al-'Azim (al-Tabrani), Jordan, Dar al-Kitab al-Thaqafi, 2008, p. 3, 277.
9. Makarem Shirazi et al., N, Sample Interpretation, Tehran, Dar al-Kitab al-Islamiyya, 1995, c1, p. 569
10. Makarem Shirazi et al., N, Sample Interpretation, Tehran, Dar al-Kitab al-Islamiyya, 1995, c1, p. 571
11. R.K. Tabarsi, F. H, Tafsir Jama'a al-Bayan, 3rd edition, Tehran, Nasir Khusraw 1994, c3, p. 370 Fazlollah, Sayyid Muhammad Hussein, Tafsir Man Wahid al-Qur'an, 2nd edition, Beirut, Dar al-Mulak Laba'a and al-Nashr, 1419/1419, vol. 8, p. 3 24 and Tabatabai, Mohammad Hossein(1417 AH), Al-Mizan fi Tafsir al-Qur'an, Fifth Edition, Qom, Islamic Publication Office of The Society of Seminary Teachers, 1417, vol. 6, p. 116
12. Majlesi, M B, Bahar al-Anwar, Al-Wafa Institute, Beirut, Lebanon.1403 AH, 79, p. 133, no. 21
13. Saneei, Seyed Mehdi, Pagisgi and Health in Islam, Qom, Bustan-e-Book nstitute, 2006P. 271,