



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی

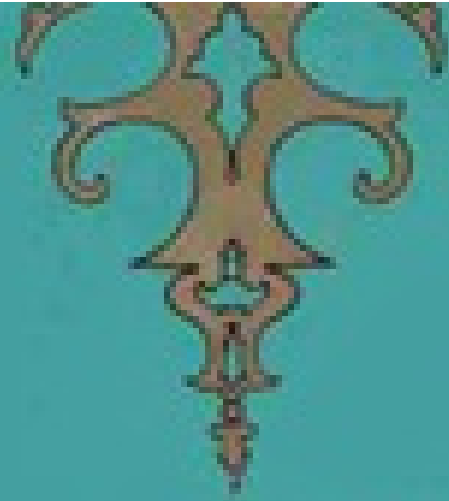


عمران
علیه السلام

www. **Ghaemiyeh** .com
www. **Ghaemiyeh** .org
www. **Ghaemiyeh** .net
www. **Ghaemiyeh** .ir



تالیف: شہید ڈاکٹر سید رضا پانگراں



جلد ہفتم

اولین دانشگاہ

و آخرین پیامبر

خرما و انگور

فرآورده مستی و ہوشیاری

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اولین دانشگاه و آخرین پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم

نویسنده:

رضا پاک نژاد

ناشر چاپی:

اسلامیه

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۱۲	اولین دانشگاه و آخرین پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم جلد ۷
۱۲	مشخصات کتاب
۱۳	اشاره
۱۷	استقبال پرشکوه
۲۰	اسقف با انصاف
۲۱	فرنگ رفته ها
۲۲	مقصود چیست؟
۲۳	آیا بی دینی وسیله ترقی است
۲۷	کتاب انتخاب شده
۲۹	شاهکار علمی قرآن
۳۰	ذکر دو مطلب جالب قبل از شروع کتاب
۳۳	شروع کتاب
۳۸	در تأیید تقسیمات بهداشتی قرآن
۴۱	کتاب ثمرات النخیل و الاعناب میوه های درخت خرما و انگور
۴۱	اشاره
۴۲	ثمرات و میوه ها و پیشگویی قرآن
۴۴	نخیل و اعناب
۴۴	شاهکار اعجاز آمیز قرآن
۴۶	همه جا روش قرآن چنین است
۵۰	چرا خرما قبل از انگور؟
۵۳	کتاب خرما
۵۳	اشاره
۵۴	تاریخ خرما

۵۶ دانستنی‌هایی از نخل
۶۵ خرما
۶۶ کشت و پرورش درخت خرما
۶۸ بیماری‌های درخت خرما
۶۹ فوائد درخت خرما
۷۰ ترکیب شیمیایی هسته خرما
۷۰ جنبه صادراتی خرما بویژه خرمای ایران
۷۱ انواع خرمائیکه در ایران دیده می شود
۷۳ ویتامین های موجود در خرما
۷۶ املاح موجود در خرما
۷۷ مقدار ترکیبات خرما
۷۸ دانستنی‌هایی چند از خرما
۷۹ بیاد میهمانی نبی گرامی
۸۱ خرما بعد از زایمان
۸۳ خواص خرما
۸۹ چرا افطار با خرما باشد
۹۷ خرما در کتب پزشکی قدیم
۱۰۱ کتاب انگور
۱۰۱ اشاره
۱۰۲ تاریخچه انگور
۱۰۵ ترکیبات فیزیکی و شیمیکی انگور
۱۱۴ ویتامین های انگور
۱۱۵ ارزش غذایی انگور و فشرده انگور
۱۱۵ مطلبی بیاد قرآن
۱۱۶ نقش تغذیه ای انگور
۱۱۹ دیاستازهای انگور

- ۱۲۰ خاصیت رادیواکتیویته ای انگور
- ۱۲۱ عمل فیزیولوژیک فشرده انگور
- ۱۲۸ کتاب سکر شیرینی
- ۱۲۸ اشاره
- ۱۲۹ بعضی از خواص قند انگور
- ۱۳۱ متابولیسم قند انگور
- ۱۳۲ قند انگور غذای مغز
- ۱۳۳ قند و قند
- ۱۳۴ اهمیت بیشتر گلوکز
- ۱۳۵ گشنیز و انگور
- ۱۳۷ اشتباه نویسنده و شاهکار قرآن
- ۱۴۲ کتاب سکر مستی
- ۱۴۲ اشاره
- ۱۴۵ حرمت مسکرات
- ۱۴۷ میخوارگی تکنولوژیست ها
- ۱۵۱ عقائد نصاری امروز درباره مسکرات
- ۱۵۳ میخوارگی حافظ ها و خیامها
- ۱۶۷ آیا اندازه نگهداری در میگساری زبان آور نیست؟
- ۱۷۴ آیا خوردن کمی الکل ضرری ندارد؟
- ۱۷۶ یک نکته علمی از قرآن
- ۱۷۹ باز از قرآن
- ۱۸۳ الکل عامل زیادت طلبی
- ۱۸۷ رابطه ای بین الکل و مواد سه گانه اصلی غذایی
- ۱۸۹ شرح مختصری از زیانهای الکل در اعضای بدن
- ۱۹۲ الکلیسم حاد و مزمن
- ۱۹۷ چرا الکل مسموم کننده است؟

- ۱۹۸ دانستنی‌هایی چند از میگزساری
- ۲۰۱ آبجو
- ۲۰۲ چند تفاوت بین غذا و الکل
- ۲۰۴ از الکل کلمه ای
- ۲۰۴ خوردن قرص های خواب آور با الکل موجب مرگ می شود
- ۲۰۶ دانستنی هائی چند از الکل
- ۲۱۱ تعریف از مشروبات الکلی
- ۲۱۴ ترکیبات شراب
- ۲۱۵ درمان بیماریها با الکل
- ۲۱۶ بحثی جالب از مشروبات الکلی
- ۲۱۹ شراب و انگور در کتابهای قدیمی پزشکان اسلامی
- ۲۲۸ کتاب رزقا حسنا رزقی نیکو
- ۲۲۸ اشاره
- ۲۳۰ قدرت میکروب کشی انگور تازه
- ۲۳۴ قدرت ضد سمی فشرده انگور
- ۲۳۵ عمل داروئی انگور و فشرده انگور
- ۲۳۶ اثر انگور بر بیماریهای کلیوی
- ۲۳۷ انگور در التهابات معدی روده ای
- ۲۴۰ بیماریهای کبد
- ۲۴۱ رماتیسم مزمن و معالجه با انگور
- ۲۴۳ درمان انگور و بیماری سل
- ۲۴۴ دیابت انگور
- ۲۴۵ انگور فصل و تازه
- ۲۴۶ رژیم انگور چگونه است
- ۲۴۸ خطراتی که رژیم انگور ممکن است بوجود آورد
- ۲۴۹ استعمال آب انگور در غیر فصل

- ۲۵۰ دانستنی هائی چند از انگور
- ۲۵۱ انگور فرنگی
- ۲۵۵ برگ تاک
- ۲۵۵ بقیه دانستنیهایی چند از انگور
- ۲۵۶ انگور و سرطان
- ۲۵۸ انگور و ویتامین E
- ۲۶۲ انگور یاقوتی
- ۲۶۴ غوره
- ۲۶۵ سرکه
- ۲۶۷ خواص سرکه های مختلف
- ۲۶۸ دانستنیهایی چند از کشمش
- ۲۷۰ تبخیر ثلثان
- ۲۷۳ کتاب ان فی ذلک لایه لقوم یعقلون (در این کار نیز آیت قدرت حق برای خردمندان پدیدار است)
- ۲۷۳ اشاره
- ۲۷۴ تعقل و تفکر
- ۲۷۵ یک نکته بسیار جالب از قرآن
- ۲۷۶ تعقل و خرما و انگور
- ۲۷۷ آیت السلامه، خداحافظ
- ۲۷۷ چند اعجاز از قرآن
- ۲۷۷ اعجاز اول
- ۲۷۸ اعجاز دوم
- ۲۷۹ اعجاز سوم
- ۲۸۰ اعجاز چهارم
- ۲۸۱ اعجاز پنجم
- ۲۸۱ اعجاز ششم
- ۲۸۲ اعجاز هفتم

۲۸۲	اعجاز هشتم
۲۸۳	اعجاز نهم
۲۸۳	اعجاز دهم
۲۸۴	اعجاز یازدهم
۲۸۴	اعجاز دوازدهم
۲۸۵	اعجاز سیزدهم
۲۸۵	اعجاز چهاردهم
۲۸۶	اعجاز پانزدهم
۲۸۷	کتاب خرما و انگور از روایات و اخبار
۲۸۷	اشاره
۲۸۸	نه خصلت از خرما
۲۹۳	خرما قبل و بعد و همراه غذا
۲۹۴	خاصیت ضد سمی
۲۹۵	یک مطلب دیگر از خرما
۲۹۹	روایات و اخبار و انگور
۳۰۰	انگور و دانه دانه خوردن
۳۰۱	یک اعجاز از قرآن
۳۰۴	یک نظریه دیگر از اساتید اروپا
۳۰۸	پاره ای از خواص کشمش از نبی گرامی
۳۰۹	خرما و انگور از رازی
۳۰۹	خرمای خشک
۳۱۱	خرمای تر (رطب)
۳۱۲	زیب (مویز)
۳۱۳	کشمش
۳۱۴	قابل توجه
۳۱۵	استدراک

مشخصات کتاب

سرشناسه: پاک نژاد، رضا، ۱۳۰۳ - ۱۳۶۰.

عنوان و نام پدیدآور: اولین دانشگاه و آخرین پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم / از رضا پاک نژاد.

وضعیت ویراست: ویراست ۲.

مشخصات نشر: تهران: کتابفروشی اسلامیة، ۱۳۶۰ -

مشخصات ظاهری: ۴۰ ج.

شابک: ۲۲۰ ریال (ج. ۲)؛ ۱۸۰ ریال (ج. ۱۹)؛ ۱۸۰ ریال (ج. ۲۰)؛ ۸۰ ریال (ج. ۷، چاپ ؟)؛ ۸۰ ریال (ج. ۱، چاپ سوم)

وضعیت فهرست نویسی: برون سپاری

یادداشت: فهرستنویسی براساس جلد دوم، ۱۳۶۳.

یادداشت: چاپ سوم: ج. ۱: ۱۳۸۸ (فیبا)

یادداشت: چاپ چهارم.

یادداشت: ج. ۷ (چاپ ؟): ۱۳۵۴.

یادداشت: ج. ۱ (چاپ سوم): ۱۳۴۹.

یادداشت: کتابنامه به صورت زیرنویس.

مندرجات: ج. ۳. میکروب شناسی - زیست شناسی حیوانی - جنین شناسی. - ج. ۱۹ و ۲۰. بهداشت لباس. --

موضوع: اسلام و علوم

موضوع: اسلام و بهداشت

موضوع: اسلام و مسائل اجتماعی

رده بندی کنگره: BP۲۳۲/پ ۲ الف ۸ ۱۳۶۳

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۴۸۵

شماره کتابشناسی ملی : م ۶۳-۲۸۴۰

مبسوطی از رساله دکترا که با درجه ممتاز گذشته و اینک

به نام اولین دانشگاه و آخرین پیامبر

از شهید دکتر سید رضا پاک نژاد

جلد هفتم: از بهداشت غذا و تغذیه (خرما و انگور) تقدیم می گردد.

ص: ۱

اشاره

ص: ۴

ستایش:

سبحان الله!

توحید خالصی که اندیشه های عالمانه روز آنرا می طلبد و در انحصار مسلمانان است (۱) درود: درود بر نبی گرامی اسلام و دوازده جانشین ایشان بویژه درود بر تشکیل دهنده حکومت واحد جهانی پیشوای وقت و امام زمان حضرت محمد بن الحسن العسکری ارواحنا فداه (۲).

استقبال پرشکوه

خوابی که دیدم و هفته گذشته برای شما نقل کردم، عجب تعبیری داشت و چه زود همان را در بیداری می بینم!

پسری که اینکه در کنار مستقبلین ایستاده برای پدرش چنین گفته بود: خواب دیدم خیابانها پر از جمعیت است دو جوان از دروازه وارد شدند، کلاهی که بسر داشتند یکی چون خورشید میدرخشید و دیگری چون ماه. همه شادی می کردند، دسته ای ساز می زدند و عده ای دهل می نواختند و ...

دو جوان را تا کلیسا بدرقه کردند، من هم رفتم. در کلیسا بر لاف انتظار، یکی از جوانان بجای آنکه در برابر صلیب زانو بزند، به هیچکس توجهی نکرد، یگراست بطرف صلیب آمد و آنرا برعکس یعنی رو به دیوار قرار داد و دومی رسید پارچه ای از استین در آورده بر صلیب انداخت.

این بود خواب! اما اینکه آنچه در بیداری دیده شد:

سیل جمعیت در میان بزرگ شهر کردبای اسپانیا موج می زد از دروازه تا میدان و از میدان تا کلیسا و دو طرف مردم ایستاده بودند. آفتاب نزدیک بوسط آسمان بود که الکساندر خوزه و فرانک گیدو در حالیکه چندین اسب سوار دگر آنان را مشایعت

میکردند بدروازه وارد شدند، با ورودشان سازها و دهله‌ها هلهله و شادی مردم را تحت الشعاع قرار داد، استقبال کم نظیر بلکه بی نظیر بود که کردبای آن را می دید.

خوزه و گیدو باید بزودی کردبای را پشت سر گذاشته به قریه خود که تا شهر کمتر از بیست کیلومتر فاصله داشت نزد خویشاوندان خود بروند.

سه روز در کردبای ماندند و میهمان کلیسا بودند. همه اعیان شهر بدیدنشان رفتند و خیر مقدم گفتند. صبح روز چهارم که با روز کلیسا (یکشنبه) مصادف بود، چاشتی پس از پایان مراسم نماز و نیایش اسقف شهر در برابر جمعیت انبوهی که حاضر بودند سخنرانی مفصلی ایراد نمود:

«الکساندر خوزه و فرانک گیدو دو جوان ستوده خصال نه تنها موجب افتخار و سربلندی ما هستند بلکه برای جهان مسیحیت مایه مباهات و سرافرازی می باشند.

حاضرین بدانند که پدر و پسر و روح القدس هر سه از کسانی که رنج چنین سفر طولانی را تحمل نموده و برای کسب علم و بهره برداری معنوی به کشورهای اسلامی رفته اند کمال خشنودی را دارند. امروز دانشگاه‌های نظامیه که بهترین و بزرگترینش در بغداد است و همچنین بقایای علمی دانشگاه جندی شاپور که مدتها برادران مسیحی ما فرزندان بختیشوع ریاست قسمت پزشکی آن را داشتند کانون فضل و علم جهان بشمار رفته و کسانی که مانند آقای الکساندر خوزه و آقای فرانک گیدو از کانون های مذکور کسب فیض کرده باشند لایق استقبال بوده و هستند که از آنان بعمل آمد

(ابن بختیشوع که در زمان هارون الرشید ریاست داشت و پزشک مخصوص خلیفه بود. ابن بختیشوع بعد کسی بود که مأمون عباسی او را در مجلسی شرکت داد که اساتید هر فن و علمی شرکت داشتند تا با حضرت رضا مباحثه و مناظره نمایند و ...) خوزه و گیدو در حالیکه هدایایی از طرف کلیسا دریافت داشته بودند بجانب قریه خود رهسپار شدند.

چند روزی از توقف دو جوان نگذشته بود از ایشان شکایت به اسقف برده شد و هر روز که می گذشت شکایاتی از آنها به کلیسا می رسید با اتصال مضاعف افزایش می یافت.

هنوز چهل روز نشده بود مردی به کردای نزد اسقف آمد و اعتراض و داد و فریادی براه انداخت که کلیسا مجبور باعزام یکی از کشیشان در معیت دو نفر به نزد خوزه و گیدو گردید.

کشیش و دو نفری که به ماه داشت پس از توقف پنج روز نزد آندو بسوی اسقف برگشتند و گزارشات تهیه شده را بوی تسلیم نمودند. آنچه در آن گزارش چشمگیر بود اینکه ...

«آنچه را ایندو جوان از اخلاق و رفتار و حتی طرز پوشیدن لباس همانند مسلمین انجام می دادند و مکتوب افتاد ما را بشگفتی نداشت که روز چهارم، عصر آندو را دیدیم که بر قایقی نشسته و طول دریاچه قریه را چندین نوبت طی نمودند ولی چه بگوئیم که پدر در آسمان غضب نکند! هر دو بمانند ناویان دجله پارو می زدند و با هم اشعاری می خواندند که معنای آنرا هیچکدام نفهمیدیم و فوق العاده شگفت آور بود و یکی گفت از آنان شنیده است که اینگونه صداها را پارو زنان بغداد هنگام عبور از دجله داشته اند.

اسقف با انصاف

با آن که صدها شکایت به کلیسا رسیده بود که خوزه و گیدو خیلی چیزها داند که فقط اسلام آنرا امضاء و تصدیق می کند و آندو آنقدر از مسیحیت دور شده اند که در متن قرار ندارند و در حاشیه اند، بلکه در متن قرآن و حاشیه انجیل، اسقف از انصاف و بزرگواری که هم هدر او سراغ داشتند و در پاسخ آن هم گزارشها که تهیه و ارسال شده بود گفت.

... شما انتظار دارید که جوانان ما به نظامیه بغداد بروند و فقط از علمش ارمغان بیاورند اما دجله و پاروزدنش را نه بینند و یاد نگیرند... دستی که علم دارد همه گونه بخشایش و تفرقی دارد... درمان این درد منحصر به این است که مسیحیت بهتر از نظامیه ها داشته باشد تا جوانان ما نزد خودمان یاد بگیرند بلکه دیگران نیز نزد ما بیایند و رفع نیازمندیهایشان کنند.

اسقف پس از سخنرانی، خوزه و گیدو را برای یک هفته دعوت کرد تا از طرف کلیسا پذیرایی شوند، آمدند و در این مدت کوتاه نظر مجددشان بسوی کلیسا گرائید.

(آن پدری که پسرش خواب دیدن خود را تعریف کرده بود با شنیدن آنچه ایندو جوان کرده بودند به تعبیر خواب و خواب تعبیر شده متوجه شد.)

فرنگ رفته ها

رضا و فریدون به فرنگ رفتند، بیم داشتند هنگام ورود به شهر بزرگ پاریس چه خواهد شد و چگونه آدرسی را که داند خواهند یافت، رسیدند پیاده شدند؛ همان محل تابلویی بزرگ دیدند که در حاشیه اش نام تمام خیابانها را مرتب و بر حسب حروف الفباء داشت و کنار نام هر خیابان تکمه ای بود، تکمه خیابان مقصد را فشار دادند، از محلی که ایستاده بودند تا محل مقصود در خیابان مسیر چراغهای بسیار کوچک زیبای سبز روشن شد، بعد آدرس دیگری را امتحان کردند همان عمل را چراغهای قرمز تکرار گردید بعد دانستند چنین تابلویی در کنار هر ایستگاهی نصب شده است. از آن محوطه بیرون آمدند همه گونه وسایل ایاب و ذهاب در اختیارشان بود. هر ججا رسیدند همه چیز بسهولت فراهم گردید بویژه امتیازاتی که دانشگاه سوربن بر ایشان قائل شده بود دانشجویان غریب همه چیز نظرشان را جذب و همه کس اعتمادشان را جلب نمود آنچه آنچنان که جز «عشق فرنگ»، بود و نه بودها را طرد و سلب کردند.

روزگاری با دستی پر از معلومات فرنگ را بسوی کشورشان ترک نمودند؛ وارد شدند با علم و تکنیک از سوربن آموخته ولی هنرها، رقصها، لباس پوشیدن ها و ... آیا میتواند سوربنی نباشد و از علم و تکنیک دور بماند؟!

آیا میتوان فرمولهای فیزیک و شیمی بدون آداب و رسوم مراکز علم را بجایی برد؟

فرمولهای نیوتن و انشتن با لباسشان، نظریه های دکارت

و بیکن با آداب و رسومشان همراه است و برای همیشه در همه جا دانش و خواهش در آغوش یکدیگرند و تا زمانیکه مسلمانان خود علم را بدست نیاورند، فریدون ها و رضاها به شیر آبی که جهت تطهیر نصب کرده اند رغبت نمی کنند و تا وقتیکه تبلیغات صحیحاسلامی صوت عمل نگیرد کسی به چراغهایی که برای بصیرت و بینائی تعبیه نموده اند توجه نخواهد نمود.

چطور انصاف داده می شود که از اروپا به سراغ علم نظامیه ها و جندی شاپورها بیایند و مسلمانی کردنشان بلا اشکال باشد اما باین شرط به اروپا بروند و دانشگاهها ببینند که غرب زده نشوند؟!

مقصود چیست؟

همه خلاصه می شود دراینکه: رغب زدگی و آنچه را می گوئیم چرا جوانان ما بدان آلوده و مبتلا شده اند همه و همه از سرزمینی بارمغان آورده می شود که در علم و تکنیک فوق العاده و بسیارش مورد پسند کلیه ادیان، و برای جدا کردن دانش و پسندیده های هر محیط از آداب و رسوم ناپسندشان و در غیر اینصورت آنچه باقی می ماند عاطل است و عقب ماندگی.

در عقب افتادن مسلمانان نه دانشگاهیان حق دارند به آیات عظام و نحوه تبلیغشان ایراد گیرند نه روحانیان می توانند به اساتید گرام اشکال کنند زیرا: تا زمانیکه دانشگاه مسلمین نیازمند خوان کرم دانش دیگران باشند جوانان ما چگونه خواهند توانست آن همه معلومات و دانش را مثلاً از مغز انشتن ها بپذیرند ولی تفریحات آنان را با ویلون و شطرنج و ورق را از بی مغزیشان

محسوب بدانند! همینطور آقایان و روحانیان تازمانیکه فقط در بعضی رشته ها بویژه فقه قهرمان و متخصص دارند و تخصص در تبلیغات و آشنا ساختن جهانیان با حقایق و معارف اسلامی در دستوراتشان نیست یا اگر هست کم است جدا ساختن فرمولهایارزشمند انشتن از کارهای لغوش غیر ممکن می باشد و کار غیر دین باوران نخواهد بود.

بحق سوگند اگر فقط و فقط اقتصاد در اسلام درخور اسلام مو شکافی شده و بجهانیان رسانده شده بود از مرامهای رنج آوری که بر مبنای اقتصاد هر روز بشر را بزویای انقلاب و گوشه های کشتار گاهها کشانده و می کشاند اثری نبود.

امروز مسلمانان حداقل نیازمند وجود آیات عظامی هستند که حافظ دین باشند (نه دین حافظ آنان باشد).

امروز مسلمین حداقل محتاج بداشتن اساتید گرامی می باشند که آنان حافظ کتاب و دانشگاه باشند. (نه دانشگاه حافظ آنان) و درغیراینصورت: دانش از کسانیکه دین حفظشان می کند و دین از آنانکه در حفظ دانشگاهند شاکی بوده و مسلمانان و اسلام از هر دو شکایت دارند.

آیا بی دینی وسیله ترقی است

کمترین فکریکه فرنگ بر گشته ها دارند بصورت سؤال فوق در می آید و تصور می کنند چون دین آن هم بصورت واقعی دین و اسلام اجتماع آنان را اداره نمیکند در تکنیک فوق العاده و در

علم محیرالعقول شده اند! در صورتیکه ترقیات تکنیکی و تحولات علمی هیچگونه ارتباطی با بی دینی نداشته و اگر دانشی یابینشی هم در دنیا بوده همیشه بادرین ارتباط داشته یا دین محرک آن بوده و هست!

امروز یک کشور از ملحدین در صدر ترقیخوانان است و یک مملکت علاقمند به کلیسا پیش آهنگ علم و تکنیک می باشند. یک کشور تابع بودا است و پیشرفته و مملکتی دیگر که بهمان مرام و مسلک می باشن در جا می زند و باعقب مانده ها می پلکد یا همراه در حال توسعه ها می جنبد! از اینقرار نه ترقی ملحدین را میتوان بحساب دینشان گذاشت و نه پیشرفت موحدین کلیسا را مربوط بمذهبان بشمار آورد ولی:

هر علمی را بنگرید سررشته و آغازش از کتابهای آسمانی بوده و بنا بر قولی که مورد پذیرش همگان از دانشمندان است اگر دستورات حضرت نوح و حضرت ابراهیم از معرفه الروح و نفسیات اسمی و رسمی نمیداشت شاید در عصر تسخیر کرات تازه کسانی چون سقراط و افلاطون و ارسطو مشغول بحث مثل و مدینه فاضله و ... بودند! همین الان هم هرگونه علم واقعی با تأیید و تحرک دین صورت گرفته و می گیرد مگر اینکه دانش ضد دانش باشد که از بی دینی منشاء و سرچشمه دارد! اگر کوره های آدمسوزی نازیان علم است، آری علم بوسیله بیدینی پیشرفت دارد اما مهمترینش که بحساب روز تسخیر کرات آسمانی است در قیاس و سنجش صحیح بوسیله دین تأیید و تحریک و بلکه توفیق یافته است.

چند روز قبل که فضانوردان قدم بکره ماه نهادند یکی در

برابر جمعی پرسید برای چه اینقدر خرج می کنند و جهت چیست به ماه می روند و دنبال چه می گردند؟ گفتم دنبال خدا می گردند!

دو مطلب از قرآن را در برابر یکدیگر قرار دهید: یکی که در اول سوره بقره است می گوید: متقیان کسانی هستند که ایمان بغیب دارند و دیگری در سوره های بعد که فوق العاده معروف می باشد: فطرت آدمی بر خداشناسی است!

ایمان به غیب یعنی ایمان به ذات مقدسی که بهیچ یک از حواس در نیاید نه دیده شود نه لمس گردد نه شنیده و نه ... یعنی ایمان بذات مقدس باری تعالی جل جاله. از اینرو آدمی بر فطرت «ایمان بغیب» یا «خداشناسی» آفریده شده و باز بر این فطرت است که اگر خلائی در فطرتش پیدا شود تمایل شدیدی به پر کردن خلاء مذکور دارد مثلاً اگر ایمان بغیب نداشت: چنانچه دستی به تکنیک و علم دارد به کرات آسمانی برود و اگر جوان بیکاره بدبختی است جای خالیایمان به غیب را با غیب گوئیهای عجیب و دروغگوئیهای گزاف ک بیشتر بصورت رمانها نوشته یم شود پر نماید و در این فاصله یعنی در فاصله بین فاتحین کرات و خوانندگان صفحات مبتذل بهمین تناسب افرادی که هر کدام سعی می نمایند بنحوی جای خالی مانده فطرت را که ایمان بغیب است پر نماید.

بقرار مذکور اسلام با بسنجید، اسلامی که پایه و اساسش بر الدنیا مزرعه الاخره نهاده شده و قرآنش می فرماید و لاتنس نصیبک من الدنیا (بهره ات را از لذات و نعم حلال دنیا فراموش مکن سوره قصص) و با علم آنچهان سر و کار سازگاری داردت که بارها گفتم: اولین آیه وحی شده اش سخن از علم است و تکرار این

مطلب در قرآن که: چرا تعقل ندارید چرا فکر نمیکنید چرا گردش علمی ندارید و چرا ... و چرا ... فراوان میباشد و درجات و رتبه ها از طرف قرآن به سینه صاحبان دانش منصوب است و الذین اوتوا العلم درجات (سوره المجادله) و حتی سگ را که خرید و فروشش ممنوع بوده و هیچگونه ارزشی ندارد: چنانچه معلم (با فتح لام) شد و علم شکار و گله بانی آموخت ارزشی برایش قائل می باشد! از اینرو افراد مسلمان واقعی که توشه آخرت را از مزرعه دنیا بر میدارند و با علم آنچنانند که خدایشان خواسته است بدون شک در ترقی و تعالی پیش آهنگ و والایند. (آیا میتوان با آن که همه مسئولیت ها مربوط بدنیاست آن را رد کرد).

نصارا که علاوه بر ایمان بغیب، نبی بزرگوار و سفیر عزیز خود را به سه قسمت کرده و دو ثلث آنرا که بحضرت مسیح و روح القدس اختصاص داده اند همانا خلا ایجاد شده در ایمان بغیب آنان می باشد بلکه خلائی در فطرت آنان است و بهمین سبب باید برای جستجوی خدا و پر کردن خلاء مذکور باطراف و اکناف آسمانها به پرواز در آیند تاروزیکه از نظم و انضباط مسلط بر سراسر کائنات دانند که تنها اوست پروردگار مدبر حکیم و حضرت مسیح و روح القدس و همه چیز آفریده شده ذات مقدس اویند، رسد آدمی بجائی که بجز خدا نبیند بنگر که تا چه حد است مکان آدمیت (شاید این هم از غیب گوئیهای قرآن باشد: چون میدانسته کافران در اکناف و اطراف آسمانها به بررسی خواهند پرداخت بآنان خطاب فرموده: اولم یری الذین کفروا ان السموات و الارض

کانتارتقا ففتقنا هما و آنان را متوجه نحوه شروع آفرینش ساخته تا توجهشان را بذات مقدس باریتعالی جلب نماید).

مطالب: خورشید از غرب طلوع می کند، اسلام از غرب قوت می گیرد، اسلام بدست دشمنان اسلام نیرومند می شود و سنان و روایات مشابهش، نظریه مرا تأیید می کند و درعین حال رساننده این مطلب است که روزگاری مسلمانان ضعیف کننده اسلامند و دشمنان اسلام (غریبان) تقویت کننده اش (آنان را از روی بی دینی و جهل و غریبان از طریق بررسی های علمی و رسیدن باسلام و حقیقت) و تصور نکنم آن روزگار باز ماننا لهذا قرابتی نداشته باشد! و بدون شک اگر ما و شما فرزندان آن زمان نیستیم پدر و مادر آنزمان بوده روزگار اسلام را برای چنان وضع خطرناک و مورد غضب الهی آبستن و آماده می سازیم!

کتاب انتخاب شده

قرار بر این شد درباره هر خوردنی که نامش در قرآن است از عسل و شیر خرما و انگور زیتون و ... به تفصیل بنویسیم و در صورت امکان هر یک جلد را به یکی از آنها اختصاص دهیم، موفق شدم و عسل را در یک جلد تقدیم کردم، جلد بعدی راجع به شیر و اینک جلد هفتم را درباره خرما و انگور می نویسم چرا؟

اول آن که قرآن چنین تعلیمی رامی دهد!

در آنجا که تقسیمات بهداشتی قرآن را در جلد قبلی شرح دادم ملاحظه نمودید در بخش مربوط به بهداشت غذا و تغذیه فقط از شیر و انگور و خرما و عسل نامبرده شده ولی یک آیه (و ان لکم

فی الانعام ...) از شیر بود و دو آیه از عسل (و اوحی الی النحل ... ثم کلی من کل ...) در صورتیکه فقط یک آیه به خما و انگور (هر دو با هم) تعلق داشت (و من ثمرات النخیل و الاعناب...)

یک آیه از شیر و یک جلد از شیر یک آیه از عسل و یک آیه از کندو گزینی زنبور عسل که در حقیقت دو آیه یک آیه بوده از زنبور عسل و عسل، کتابم نیز یک جلد از زنبور عسل و عسل اینک یک آیه از خرما و انگور و یک جلد از خرما و انگور.

دوم آن که بررسی های علمی نیز حکم می کند که یک جلد به عسل و یک جلد به شیر اختصاص داده شود زیرا انفحصات علمی درباره شیر و عسل بیشتر بوده و میتوان برای هر کدام از آنها بآسانی قلم فرسائی کرد در صورتیکه برای انگور و خرما بدست آوردن مطالب باندازه یک کتاب مورد نظر سخت تر است.

سوم که از معجزات علمی قرآن بشمار می رود با هم در آوردن نام خرما و انگور بعلت وجه تشابه آنها در بسیاری از موارد، و من هم هر دو را در یک جلد آوردم.

اگر انصاف بدهیم باید مطالب مربوط به گوشت را در چند جلد و آنچه مربوط به عدس و سیر و پیاز است در چند برگ آورد در صورتیکه وعده ما این می باشد از گوشت و از عدس و از سیر و پیاز هر کدام یک جلد نوشته شود زیرا نام تمام اینها در قرآن آورده شده است ولی هر کدام را به نسبت بررسی هائی که بر آنها شده و به نسبت قدرت مطالعه و اطلاعات علمی خود خواهیم سنجید و نوشت!

شاهکار علمی قرآن

در جهان پر غوغای تحولات علمی روز بررسی درباره گوشت بیشتر از عدس بعمل آمده و هر چه را بشریت تشخیص داد که بیشتر مورد نیازش بوده و جنبه های مادیگریش را اقتناع می نماید بیشتر مورد مذاقه اش قرار داده و برسیهای فوق العاده از آن بعمل آورده است.

از آنجا که پایان تحولات علمی و برسیهای آزمایشگاهی همان اشارات اولیه آسمانی قرآن است با یک تفاوت در ۱۵ قرن قبل قرآن نیز همینکار را کرده و همین اختلاف از جمله شاهکارهای علمی قرآن محسوب می گردد.

از پشت آن عینک مادی که امروز بر دیدگان بشر مرقی بسختی و جدا نشدنی بصورتش چسبانده شده تشخیص انسانی چنین است که : گوشت بیشتر از شیر و عسل، و شیر و عسل بیشتر از خرما و انگور، و ... در ترازوی احتیاج بشریت توزین می شود و بهمین لحاظ است که بخاطر گوشت بیشتر از شیر و عسل قلمها چرخیده و برای شیر و عسل افزونتر از خرما و انگور برگها سیاه شده است اما برسیها و تحولات و چرخیدن ها و سیاه کردنها همه و همه در یک تنگنای کوچک مادی بنام دنیای نیازمندیهای ظاهری وی محدود می گردد.

هر چند قرآن نیز بهمان نسبت که با دانش و تحولات علمی سازگار است از گوشت و شیر و عسل به ترتیب بیشتر سخن رانده

اما توجه بیشتر قرآن به صدها یا هزارها سال دیگر که تکامل علمی و تحول فکری بشر به حد اعلا و اعتلاست و در آن روز موضوع گوشت و عدس آنچنان حل شده که از بحث نیازمندیهای بشری خارج گردیده و آنچه نیازش بیشتر محسوب میگردد توجه بجهانی خواهد بود که سنگ ترازویش در برابر مقدار مکارم اخلاقی که هر یک به همراه آورده گذاشته می شود و اگر در آنروز دنیا را بچشم مادی مینگرد و نیاز خود را بآن احساس می کند از این لکحاظ است که الدنیا مزرعه الاخره معرفی گردیده و گوشت و سیر و پیاز و شیر و عسلش نیز سرسبزی مزرعه و نگهدارنده حیات است و اگر شیر و عسلش هم مودر بررسی دین یا دانش قرار می گیرد از این سبب است که در خروج شیرش از انعام عبرتی است و توجه دادنی به آخرت (و ان لکم فی الانعام لعبره...) و در عسلش سخن از وحی است و سبل پروردگار و متوجه ساختن بشر بسرای دیگر.

شاهکار علمی قرآن اینست که باحتیاج جهان امروز که جهانی مستقل از آخرت و سرشار از زرق و برقهاست بهمان نسبت می نگرد که بدنای تکامل یافته و علمی تر فردا که دنیائی بعنوان جهان مسئولیت های الدنیا مزرعه الاخره خواهد بود بذل توجه فرموده است.

ذکر دو مطلب جالب قبل از شروع کتاب

قبل از شروع باید توجه داشت که خرما و انگور از این لحاظ نیکو و حسند که متمایز از عسل شفا دهنده و شیر خالص سائغ برای آشامنده، آنگونه مقامی در خلقت تکوین دارند که

دست تقلب و تزویر و فکر غش و غلط بشر از ساختنش بدور و مخصوصاً بعضی شیعیان مرتضی علی (بنام شیعه) عملیاتی را که نسبت به شیر و عسل روا می دارند و دیگر گونشان می سازند درباره خرما و انگور نخواهند توانست روا داشت و تهیه خرما و انگور مصنوعی و تقلبی کمتر یا اصلاً دیده نخواهد شد هر چند برخی از کاسبان از راه حقیقت بدور و آنان که در برابر دین و انگور دومی را انتخاب می نمایند در این باره گفته اند: گر نباشد بیش کم هم کافی است. هیچ هیچ بی انصافی است و بالاخره آقایان مذکور اگر در فراهم ساختن خرما و انگور تقلبی هم توفیق نصیبشان نگردد بالاخره در فرآورده های معروفشان. (مسکرات) راه انصاف را خواهند پیمود و کار را نمیگذارند به هیچ هیچ رسید.

مطلب دوم مربوط به دسته مخصوص یعنی وابسته به کسانی است که دستشان می رسد بسوی قفسه کتابخانه های موجود در ممالک مغرب زمین دراز کنند از اینان خواهش می شود چنانچه موفق شدند نگاهی هم به رساله ها و کتابهایی بنمایند که درباره انگور نوشته شده است.

رساله های مذکور را سه دسته نمایند: آنها که قدمت بیش از سی سال دارند و آنها که بین ۱۵ تا سی سال قبل گذرانده شده و رساله هائی که اخیراً نوشته و تصویب گردیده است.

در آنجا که سخن از الکل می شود دقیق شوند و مطلب زیر را بدست آورند:

در کتابهای دسته اول که خود بدو گروه تقسیم می شوند: گروهی قبل از ذکر نام مسکرات آیه .. انما الخمر و المیسر و ...

را آورده و دسته دوم که بدون ذکر آیه فقط از اسلام سخن گفته و در هر صورت تمام آنها پس از تعریف از الکل و خواص چندی که دارد از انرژی زائی و ضد عفونی ساختن و ... اظهار داشته اند اینست اسلام و قرآنی که پیروانش را از الکل با آنهمه خواص محروم و ممنوع ساخته است!

کتابهای دسته دوم را می بیند که چون به موضوع مسکرات می رسد مطلب را مسکوت گذاشته و رد می شود و این دسته سوم اند که باز در دو ردیف قرار گرفته اند یکعه که در ضمن مذمت از باده خواری به این دستور شگرف و اعجاز آمیز اسلام هم اشاره کرده می گویند دین اسلام است که شرابخواری را بر پیروان خود حرام ساخته است و بقیه کتابها که به نکوهش مصرف الکل و مضرات آن پرداخته و گذشته اند. از اینقررا دو مطلب جالبی که آوردم: (اول) تقلب در تهیه خرما و انگور تقریباً غیر ممکن بوده و هست و حسن بودن خرما و انگور را در این زمینه نباید از یاد برد.

(دوم) دانائی بمعارف اسلامی متناسب با تکامل و تحول علم بیشتر و روز افزون می شود و هنوز اطلائی هم که در بین ماهستند بهمین تناسب پیرانش را می بینیم که طبق عقاید رساله های قدیمی بمرضای خود شراب می دهند و سالمندانشان که در شک و تردیدند و کمتر تجویز الکل جهت بیماران می نمایند و پزشکان جوان که جائی را برای درمان با الکل سراغ ندارند.

کلیه مطالب را باید همینگونه بررسی کرد

جوانان چهل سال پیش که دانش پزشکی را طرفدار مشروب خواری (باندازه) میدانستند پیش خود فکر می کردند چرا اسلام خوردنش را نهی فرموده است؟

امروز که پایان تحقیقات، همان آغاز اسلام را بجنوانان جلوه گر می سازد باید همین مطلب را سرمشق و نمونه بیاد داشته بر هیچ موضوع مسلم اسلامی بدیده غیر علمی و ناشایستگی ننگرند زیرا جهان علم آینده روشن تر و پیشرفته تر است و قرآن نیز کتابی است که باید برای ابد بماند و لهذا هر روز باید بوسیله علم روز از یک مطلب علمی اعجاز آمیزش پرده برداری کرد.

شروع کتاب

بروش ما آشنا شده اید که آیه ای از قرآن را آورده (آیه ای که مربوط بغذای مورد بحث می باشد) و از آیات دیگری که درباره غذای مذکور مطلبی دارد و در درجه دوم اهمیت غذایی است صرفنظر مینمائیم.

در اینجا نیز با آنکه در چند آیه نام خرما و انگور دیده می شود به بحث اطراف آیه ای که در تقسیمات بهداشت غذایی قرآن بدنبال شیر و قبل از عسل ذکر شده می پردازیم. (آیه ای از آیت السلامه).

و من ثمرات النخيل و الاعناب تتخذون منه سكرًا و رزقا حسنا ان فی ذلك لایه لقوم یعقلون. و هم

از میوه های درخت خرما و انگور که از آن نوشابه های شیرین و رزق حسن بدست آرند در این کار نیز آیت قدرت حق برای خردمندان پدیدار است.

باز بروش سابق خود اشاره می نمایم که چگونه آیه را کلمه بکلمه مورد بحث قرار می دهم و بر همین روش و قرار این جلد شامل قسمت های: ثمرات النخيل و الاعناب تتخذون منه سكرًا و رزقا ان فی ذلك لایه لقوم یعقلون خواهد بود.

آیات دیگری که از انگور و خرما مطلبی دارند از این قرارند:

ایوداحدکم ان تکنون له جنه من نخيل و اعناب تجرى من تحتها الانهار له فیها من کل الثمرات و اصابه الکبر و له ذریه ضعفاء فاصابها اعصار فیه نار فاحترقت کذلک بین الله لکم الايات لعلکم تتفکرون: آیا می خواهید یکی از شمارا باغی باشد از درخت خرما و انگور زیر آن درختان جویهای روان و در آن هر گونه میوه موجود باشد ناگاه ضعف و پیری بدو فرا رسد (که هیچکار نتواند کرد) و او را فرزندان خرد و ناتوان باشد و در باغ او بادی آتش بار افتد و همه را بسوزاند (حال کسیکه انفاق بر یاو و یا بمنت واذیت کند بدین ماند) خداوند آیات خود را برای شما روشن بیان کند باشد که در مآل کارها و حقیقت احوال فکر کنید. (بقره ۲۶۵)

و هو الذی انزل من السماء ماء فاخر جنابه نبات کل شیء فاخر جنامنه حضر انخرج منه حبا متراکبا و من النخيل من طلعتها قنوان دانیه و جنات من اعناب و الزيتون و الرمان مشتبهها و غیر متشابه انظروا الی ثمره

اذا اثمر و ينعه ان في ذلك لايات لقوم يومنون: و هم اوست خدائی که از آسمان باران فرو بارد تا هر نبات بدان برویاییم و سبزه ها را از زمین برون آریم و در آن سبزه ها دانه هائی که بر روی هم چیده شده پدید آریم و از نخل خرما خوشه های پیوسته بهم برانگیزیم و باغهایانگور و زیتون و انار که برخی شبیه و برخی نامشابه بهم است خلق کنیم شما در آن باغها هنگامیکه میوه آن پدید آید و برسد بچشم تعقل بنگرید که در آن آیات و نشانهای قدرت خدا برای اهلايمان هويدا است (انعام ۹۸) و هو الذی انشأ جنات معروشات و غیر معروشات و النخل و الزرع مختلفا اكله و الزیتون و الرمان متشابها و غیر متشابه كلوا من ثمره اذا اثمر و اتوا حقه يوم حصاده و لا تسرفوا انه لا يحب المسرفين او آنخدائست که برای شما بستانها از درختان داربستی (مانند درخت انگور) و درختان آزاد (چون سایر درختها) و درختهای خرما و زراعتها که میوه و دانه های گوناگون آرند و زیتون و انار و میوه های مشابه یکدیگر (چون شفتالو و زردآلو) و نامشابه (چون سیب و انار) بیافرید شما هم از آن میوه هر گاه برسد تناولکنید و حق زکات فقیران را بروز درو کردن بدهید و اسراف مکند که خدا مسرفان را دوست نمیدارد (انعام ۱۴۰)

و فی الارض قطع متجاوزات و جنات من اعناب و زرع و نخیل صنوان و غیر صنوان یسقی بماء واحد و نفضل بعضها علی بعض فی الاکل ان فی ذلك لايات لقوم یعقلون. و در زمین قطکعاتی مجاور و متصل است (که

آثار هر قطعه مابین دیگر است یکجا معدن نفت و طلا و فیروزه و زغال و غیره است و یکجا نیست) زمینی برای تاسکتنان و باغ انگور قابل است و یکج برای زراعت غلات و زمینی برای نخلستان آنهم نخلهای گوناگون و با آنکه همه با یک آب مشروب میشوند اما بعضی را برای خوردن بر بعضی برتری دادیم و این امور (اختلاف آثار قطعات زمین) عاقلان را ادله واضحی بر حکمت صانع است (یعنی هر کس فکر و عقل کاربندد خواهد فهمید که این نظم و ترتیب در آسمان و زمین با این خواص مذکور بدست طبیعت نیست بلکه بامر خدای با علم و قدرت و حکمت است (رعد ۳).

ینبت لکم به الزرع و الزیتون و النخیل و الاعناب و من کل الثمرات ان فی ذلک لایه لقوم یتفکرون: و هم برای شما از آب باران برویاند درختان زیتون و خرما و انگور و هرگونه میوه پرورد در این کار آیت و نشانه قدرت الهی برای اهل فکر پدیدار است (نحل ۱۰).

او تکون لک جنه من نخیل و عنب فتفجر الانهار خلالها تفجیرا. یا آنکه ترا باغی از خرما و انگور باشد که در میان آن باغ نهرهای آب جاری گردد (اسری ۹۰)

فانشانا لکم به جنات من نخیل و اعناب لکم فیها فواکه کثیره و منها تاکلون. آنگاه ما به آن آب برای شما باغها و نخلستانهای خرما و انگور ایجاد کردیم و میوه های گوناگون بسیاری که از آن تناول می کنید آفریدیم (مؤمنون ۱۸).

و زروع و نخل طلعهها هضمیم. و کشتها و نخلها که شکوفه های لطیف دارند (قابل هضم دارند) (شعراء ۱۴۷).

و آیه لهم الارض الميته احييناها و أخرجنا منها حبا فمنه ياكلون و جعلنا فيها جنات من نخل و اعناب و فجر نافيها من العيون لياكلوا من ثمره و ما علمته ايديههم افلا يشكرون. و يك برهان (بر اینکه ما مردگان را زنده می کنیم) آنست که ما زمین مرده را (بباران رحمت) زنده کرده و از آن دانه که قوت و روزی خلق شود میرویانیم و در زمین باغها از نخل خرما و انگور قرار دادیم و در آن چشمه های آب جاری کردیم تا مردم از میوه آن باغها تناول کنند و از انواع غذاهائیکه (این میوه ها و نباتات) بدست خود عمل می آورند نیز تغذیه نمایند آیا نباید شکر آن نعمتها بجای آرند؟ (یس ۳۲).

و نزلنا من السماء ماء مبارکا فانبتنا به جنات و حب الحصيد و النخل باسقات لها طلع نضید رزقا للعباد و احینا به بلذه میتا کذلک الخروج. و ما از آسمان آب (باران) با برکت را نازل کردیم و باغهای میوه و خرمنها از کشت حبوبات برویانیم و نیز نخلهای بلند خما که میوه آن منظم روی هم چیده شده است برانگیختیم اینها را رزق بندگان قرار دادیم و باران زمین مرده را زنده ساختیم (تا خلق بدانند که) همچنین پس از مرگ سر از خاک بیرون می کنند (ق ۸).

و الارض و وضعها للانام فیها فاکهه و النخل ذات الاکمام و الحب ذو العصف و الريحان. و زمین را (با هزاران منفعت) برای (زندگانی) خلق مقرر فرمود که در آن میوه های گوناگون و نخل خرما با پوشش (برگ و شکوفه و غلاف) است و حبوبات (متنوع) که دارای برگ و گل و ریاحین

است (برای رزق خلق برویانید) (الرحمن ۱۱).

فیهما فاکهه و نخل و رمان. در اندو بهشت نیز هر گونه میوه (خوش) و خرما و انار بسیار است. (الرحمن ۶۸) ان للمتقین مفازا حدائق و اعنابا. متقیان را در آن جهان مقام گشایش و هر گونه آسایش است باغها و تاکستانها (عم ۳۰)

فلینظر الانسان الیطعامه انا صببنا الماء صبائهم شققنا الارض شقافا نبتنا فیها حبا و عبا و قضا و زیتونا و نخلا حدائق غلبا و فاکهه و ابا. آدمی بقوت و غذای خود بچشم خرد بنگرد که ما آب باران را فرو ریختیم، آنگاه خاک زمین بشکافتیم (و انواع نباتات از آن برآوردیم و حبوبات برای غذا برویاندیم و باغ انگور و نباتاتی که هی بدروند و باز بروید و درخت زیتون و نخل مرما و باغها (و جنگلهای) پر از درختهای کهن و انواع میوه های (خوش) و عفلها و مرتعها (عبس ۲۳).

در تأیید تقسیمات بهداشتی قرآن

تقسیمات بهداشتی قرآن و هر کتاب علمی دیگر که درباره بهداشت مطالبی دارد بر دو پایه اصلی و سازنده استوار است.

۱- آنچه را در بهداشت ذکر میگردد برای جمعیت سودمند بوده و بهداشت اجتماع است.

۲- خواصی که بر عامل بهداشت مترتب است آورده می شود یعنی در حقیقت بچه علت و سببی فلان پیشنهاد بنفع انسانها و برای بهداشتشان است ذکر می گردد.

حال به تمام آیات فوق بنگرید یکجا نزول باران و روئیدن

خرما و انگور را برای اثبات معاد آورده و در جای دیگر برای نصیحت یا عبرت گرفتن ذکر کرده و ...

و تنها موردی که دو اصل سازندگی بهداشت را دارد همین آیه مورد بحث در سوره نحل است که ما آنرا در تقسیمات بهداشتی غذائی قرآن آوردیم و بهمین جهت که تتخزون منه سکرا و رزقا حسنا ان فیذالکک لایه لقوم یعقلون را بدنبال خرما و انگور آورده و بدو اصل سازندگی بهداشتی منضم و بررسی گردیده تأیید می شود که خرما و انگور در تقسیمات بهداشتی غذائی واردند.

ناگفته نماند که در برخی آیات نام نخل و خرما هست و از انگور اسمی نیست و بسا که نام تاک و انگور مشاهده می شود و از خرما ذکر می میان نیامده و خواهیم گفت چرا؟

کتاب ثمرات النخيل و الاعناب میوه های درخت خرما و انگور.

اشاره

ثمرات و میوه ها و پیشگوئی قرآن

ثمر نامگذاری همه خوردنی‌هایست که در نتیجه رشد و نمو و اعمال گوناگون یک درخت بدست می آید و منحصر به میوه اش نیست باین دلیل که پروردگار فرموده و انزل من السماء ماء فاخرج به من الثمرات ريقا و باران را از آسمان فرو بارید تا انواع ثمرات را برای روزی شما بر آورد. (ابراهیم ۳۱) و با توجه بکلمه رزق که به وسعت معنای آن در جلد چهارم اشاره شد و شامل همه چیزهاییست که بانسان سود می رساند بمعنای حقیقی ثمر که جم آن اثمار و ثمرات می باشد و شامل تمام خوردنیهای درخت خرما و انگور و حتی برگها و ساق و ریشه اشان نیز می شود پی می بریم. (دقت بفرمائید).

از ثمرات خرما و انگور نام بردن و ثمرات را رزق و روزی و شامل هرچیز سود دهنده دانستن و بدنبال آن (باتوجه به این که در اول آیه کلمه و من آورده شده) از جمله سود ثمراتی درختهای خرما و انگور را استخراج و اخذ سکر و رزق حسن از آندو را بر شمردن این معنی رامی رساند که:

۱ درختهای خرما و انگور بهتر کننده وضع هوایند (با

توجه به اینکه هوا جزو رزق است، به جلد ۴ رجوع شود).

۲ درخت های مذکور رطوبت محیط را تعدیلمی سازند (با توجه به کلمه رزق که آب از آن است).

۳ ثمرات دو درخت نامبرده در بهداشت تغذیه رل مخصوص (الف) سکر (ب) رزقا حسنا راداشته که تنها قسمت اول بدو بخش بزرگ شکر سازی و سکر آوری و مست کنندگی آنها مربوط می گردد و پیشگوئی قرآن از این لحاظ جالب است که ۱۵ قرنم قبل از اثر نیکوسازی هوا و محیط را بر شمرده و آنرا در انحصار دانه های خرما و انگور در نیاورده و با کلمات آسمانی و جملات موجزی به جنبه تغذیه ای خرما و انگور نیز اشاره کرده و وعده می دهد که نه تنها دانه های خرما و انگور است بلکه از لحاظ کلمه ثمرات از قسمت های دیگر ایندو درخت نیز می توان مواد شیرین و سکر آورد بدست آورد که فعلا در انحصار دست اتخاذ و گیرنده بشر است (در صورتیکه دست توانایالهی در قسمت های دیگرش نیز شیرینی و رزق حسن و سکر آور بودیعت نهاده است).

بعلاوه میپرسم آیا نتیجه دادن خرما و انگور از این لحاظ که هوا و رطوبت و محیط را که جزو رزق اند و آنها را بهتر می سازند نمیتوان باکسیژن گیری و اکسیژن دهندگی آنها اشاره نمود؟! و آیا ذکر الکل گرفتن و شکر استخراج کدن از چوبها و برگها و ریشه ها در ۱۵ قرن قبل جالب نیست؟

نخیل و اعناب

در جلد پنجم که راجع به عسل بود، شراب مختلف الوانه بجای عسل در آیه شریفه آورده شده بود، کههر چند شراب خود مفرد است و بیک نوع آشامیدنی گفته می شود ولی با وصف الوانه که جمع لوناست در حقیقت عسل را باین شرط شفا دانسته بودند که از رنگهای گوناگونش استفاده شود و بنابر آنچه گفتیم چون تغییر رنگ عسل بستگی به رنگ گل و گیاهی دارد که زنبوران از آنها استفاده کرده اند از اینرو باید گفت: همانگونه که قرآن متذکر است عسل در صورتی شفاست که از کل الثمرات و بسیاری گل و گیاه که هر کدام عسلی برنگ دیگر، می دهند جدا شده باشد.

در جلد ششم که درباره شیر بود، لبنا خالصا سائغا گفتار قرآن کریم بود که مورد بحث قرار گرفت و در هر حال کلماتی مفرد آورده شده است.

در این جلد سه کلمه جمع (ثمرات نخیل اعناب) از قرآن دیده می شود که مفردشان: ثمر، نخل، نخله و عنب است.

از اینقرار: شیرا مفرد عسل را مفرد مشروط و خرما و انگور را قرآن جمع آورده است! چرا؟

شاهکار اعجاز آمیز قرآن

بدنبال کلمه بلن، قرآن به خواص آن که خالصا سالغا لذه للشاربین باشد اشاره فرموده و اینک پس از ۱۵ قرن در اولین دانشگاه و آخرین پیامبر گفته می شود که صفات سه گانه گفته شده

که شرح مفصلشان را در جلد قبل دادم در انحصار و اختیار هر گونه شیری است که از انعام جدا می شود یعنی هر شیری برای نوزادش یا برای شاربین آن را اساسی استعخوان سازی و هضم و جذب مخصوص خود را دارد در صورتیکه شفای هر ظرف عسل بستگی به رنگ عسل داشته و چون بنابر آنچه در جلد پنجم گفته شد رنگ عسل بیشتر مربوط به رنگ و اثر گیاهی است که مرود استفاده زنبور قرار گرفته از اینرو شفای هر رنگی از عسل اثر شفائی همان گیاه مرود استفاده را دارد با این تفاوت که با وحی الهی آمیخته شده و از آنچه در گیاه زیان آور است دور گردیده و شرابی شفا دهنده بدست آمده اما نخیل و اعناب و درختهای خرما و انگوری که ثمراتی دارند و از جمله خواص ارزنده شان شکر و سکر و رزق حسن بودنشان است که همه را شرح خواهم داد از این جهت جمع آورده شده که رنگهای گوناگونش دست اول و هماهنگ قوانین آفرینش تکوینی بوجود آمده است بدین معنی که بجای مختلف الوانه که از کل الثمرات حاصل می گردد ثمرات النخیل و الاعناب ذکر شده و اگر آن جا قدرت شفا دهندگی عسل مربوط به مختلف الوانه و در حقیقت وابسته به رنگهای مختلف و موجود در گیاه بود در اینجا قدرت مختلف شیرینی و سکر آوری و نیکو بودن خرما و انگور مربوط به ثمرات و انواع و اقسام خرما و انگورهایست که در سراسر جهان دیده می شود.

نتیجه آنکه: اعجاز قرآن است که در یک جمله کوتاه به انواع و اقسام خرما و انگور اشاره فرموده و در عین حال به خواص گوناگون که کدام که در انحصار نوع ویژه خود است در ۱۵ قرن قبل اشاره کرده است.

همه جا روش قرآن چنین است

چرا قرآن در آنجا به زنبور عسل و در آیه دیگر انعام و در اینجا به درختهای خرما و انگور اشاره میفرماید و حال آنکه معمول چنین است که از شیر، عسل خرما و انگور مطالبی آورده شده و می شود؟

در آنجا که انشاءالله بحث بهداشت روانی شروع می شود و مسئله توحید مطرح می گردد به یکنواخت بودن ساختمان آفرینش آنچنان نظر می شود که معلوم می گردد همه و همه ساخته و پرداخته دست قدرت یک استاد عزیز مقتدر عالمی است مثلاً می بینیم برای آفرینش بعضی انحرافات محورها نسبت به محور دیگر همه جا فرمول جذر بکار رفته یا در هر گوشه برای یک قصد معین مکعب آن حساب شده و در موارد فیزیکی شیمیایی بعنوان مثال می بینیم اگر اوره را برابرها پاشیم می بارند و اگر بر گیاه بریزیم آبدار می شود و اگر بحیوان هم بخورانیم ادرارش افزون می گردد و قس علیهذا و همه جا عمل کرد یک استاد چشمگیر است.

اما آنچه مورد بحث ماست روش یکنواختی قرآن در باره انرژی دهنده گی و قدرت جماد و نبات و حیوان در اخذ نیروها و تبدیل آن به ماده و یا کار می باشد که به آنها اشاره می فرماید، مثلاً:

به فصل بهار اشاره می فرماید که پس از نزول باران و عمل نیتریفیکاسیون زمین ورآمده روئیده و سبز می شود(۱).

۱- سوره الحج ریت و انبتت که آیه و ترجمه اش قبلا آورده شد.

به انسان که میرسد دنیایش را مزرعه آخرت بحساب آورده و زنده شدن وحش و نشرش را مانند روئیدن در فصل بهار می شمارد.

در اینجا نیز به عامل دهنده شیر و عسل و خرما و انگور یعنی به انعام و زنبوران و نخیل و اعناب اشاره می فرماید و در هر سه قسمت مطلب را به فصل بهار و زنده شدن زمین بر می گرداند اگر زنبور عسل است که باید از گیاهان ببرد و اگر انعام است از گیاهان بچرد (کلواو ارعوا انعامکم) و در اینجا نیز که نخیل و اعناب خود از گیاهانند که کمتر نفعشان بزنبور و انعام می رسد و انسان بیشتر! چرا؟

باز روش مخصوص قرآن

شیر انعام برای شاربین که انسان نیز از آنهاست.

عسل زنبوران برای ناس و مردم که گفتیم برای زندگی زنبوران مکیدن چند کل در روز کافی بود و حال آنکه تلاش چندین برابرشان گویای این حقیقت است که بآنان وحی میشود تا شرابی برای شفا تهیه نمایند.

در اینجا نیز حقیقت دیگری در کار است که خرما و انگور اگر برای حفظ نسلشان می کوشند دادن چند دانه خرما و آوردن چند خوشه انگور کافی بنظر می رسید و اگر می فرمائید این روش احتیاط آمیزی است که باز در سراسر گیتی دیده می شود و خود شاهد بر استادکاری یک وجود مقدس عالم می باشد که هر موجودی برای حفظ و بقای نسلش ثمراتی و فرزندانی ایجاد می کند که خرما و انگور

را می بینم که همانند زنبوران عسل بیش از احتیاط خوشه های رنگارنگ بخود آویز کرده و برای استفاده دیگران خودنمایی می نمایند و حال آنکه اگر شرط اصلی عمل احتیاط برای بقای نسل بود میبایست خوشه را به دانه های فراوانی مبدل سازند تا کمتر مورد هدف نیستی قرار گیرند و در مخاطره افتند و انگهی پنهان داشتن دانه ها در لابلای اوراق یا پراکنده ساختن آنها بوسائل دیگر عمل احتیاط آمیزتری بود!

به این مطلب نیز با دیده دیگری بنگرید که: پروردگار همه چیز را به بهار برگدانده، زنبور باید از بهار بخورد عسل بدهد - انعام از بهار صرف کنند شیر بدهند - خرما و انگور در بهار تقدیم شوند و ... و همه اینتذکرات با توجه به پافشاری قرآن در اینکه در قیامت مردگان مانند زنده شدن زمین در بهار زنده می شوند و با توجه به اینکها آمدن و بودن و دوباره بود شدن همه مربوط یا مشابه بهار است و باید پدر و مادر از بهار بخورند تا بیائیم و از بهار بخوریم تا زنده بمانیم از بهار هم وجه تشابهی خواهیم داشت و زنده خواهیم شد! و در کتاب مربوط به معاد که مهمترین جلد کتابم است و فوق العاده مورد علاقه ام و در بحث بهداشت روانی خواهم آورد بحث خواهد شد!

چرا درخت ها و جمع آورده شده؟

شمامی توانید یک رأس گوسفند یا یک نفر شتر داشته باشید و از آن لبن خالص سائغ بدست آورید؟

آیا ممکن است یک دانه زنبور نزد خود داشت و عسل شفا

دهنده از آن گرفت؟

شیر باید از انعام (جمع) وعسل از زنبور عسل (که مفردش محال است) و همینطور خرما و انگور را باید از درختهای چندی از خرما و انگور طلب کرد زیرا تلقیح آنها تنها موردی است که پاسخ گویایی این مطلب می باشد.

توقع بجا؟

بدون شک بخاطر تان رسید: حال که قرآن از درخت خرما و درخت انگور نام می برد شایسته چنین است که در این جلد نیز به تفصیل از نخل و درخت خرمان و درخت انگور صحبت شود و حال آنکه با در نظر گرفتن کلمات سکر و رزق حسن و ضرایب دیگری که در آیه برای درختهای مذکور اختصاص شده و بیشتر از خرما و انگور است نه از درخت آنها و با توجه به اخبار و احادیثی که در این باره داریم باید از تمر و رطب و عنب و انگور مطالبی آورد نه از نخل و درخت انگور، با وجود این به ذکر مختصری در این باره می پردازم و می توانید در اواخر همین جلد آنها را مطالعه فرمائید به علاوه که قرآن همه جا عامل را منظور داشته: انعام - زنبور - درخت نه شیر وعسل و خرما و انگور را چون درخت ها مشابهند و خرماها بسیار متفاوت نام درخت آورده بر عکس شیر و عسل که زیاد اختلاف ندارند!

چرا خرما قبل از انگور؟

چرا قرآن نام خرما را قبل از انگور آورده است!

شاید به این علت باشد که درخت های خرما شکل و قیافه درختهایی دارند که در دورانهای بسیار قدیمی زمین شناسی در باطلاقتها و مردابها روئیده و در کتابهای کلاسیک اشکالی از آنها را که با ساقه بلند و مخصوص و مشابه خرما کشیده شده بود در دوران تحصیلی همه دیده ایم و قرآن به قدمت آن توجه فرموده باشد که نامش را جلوتر ذکر کرده است و در اختیار هم همین مطلب را داریم.

ممکن است مقدم بودنش به علت خواص ویژه خرما باشد که همه را خواهم گفت.

اما آنچه گمان بیشتر می رود آنکه: چون از نردبان خلقت بالا رویم پله اول، جماد را می بینیم به اشکال و انواع، بعضی پست تر و برخی بالتر تا به انجام می رسیم که سنگهایی است در بعضی اشکال و حالات چون گیاه، همینطور چون به گیاهان نظر افکنیم از آنها که بدون گل و برگ و ریشه و ساقه اند تا انواع بسیار نزدیک می باشند همینطور در عالم حیوانات. مقصود ایستت که آفرینش یک سلسله امور اتصالی دارد و جایی از سلسله حلقه مفقوده و بدون اتصالی ندارد و هر نوعی از پست تا عالی جلوه گر است تا اینکه در پله دوم نردبان که گیاهاستنوع عالی جماد چگونگی اتصالی خلقت خود را تحویل نوع پستتبات می دهد و در پله سوم همینطور نوع عالی گیاه به نوع پست جنبنندگان رسیده و انسان

در بام خلقت است (البته مقصود تبدیل جماد به نبات یا نبات به حیوان نیست) (۱)

حال نوعی عالی گیاه به نظر می رسد خرماست به دلیل آنکه در این خصائص که در او موجود است او را به جنبندگان نزدیک تر می نماید و همین رامی توان علت مقدم ذکر کردنش بر گیاه دیگر دانست. خرما، دل دارد که در میان ساقه قسمت انتهائیش نهاده با داشتن خواصی چند از جمله اگر میخی در قلبش فرو برند خواهد مرد و خواص دیگری از آن.

اگر خرما در جائی باشد که آب بر سرش مسلط شود غرق گردیده و خفه و خشک می شود.

اگر آنقدر در نخلستان دود کنند یا هوا را آلوده سازند که تنفس خرما دشوار گردد خفه می گردد.

و خرما عمل لقاحی دارد که از لقاح گیاه پست به دورو به جنبندگان نزدیک است.

و ...

۱- شرح بیشتر این قسمت را در صفحه ۱۳۱ جلد سوم مطالعه فرمائید.

ص: ۴۱

کتاب خرما

اشاره

تاریخ خرما

وضع قرار گرفتن برگهای خرما و شکل مخصوصشان به ویژه ساقه ای که دارد سبب شده بعضی از دانشمندان مربوطه، قدمت آن را به دورانهای اولیه ای از زمین شناسی برسانند که مشابه درختهای خرما در باطلاقتها روئیده و مشخص دوران وابسته خود میباشند ولی بطور کلی هم طرز پیدایش خرما و هم شناسائی و برخورد انسان و خوردنش از این درخت و میوه اش در تاریکی های تاریخ فرو می رود.

بعضی از نویسندگان زادگاه اولیه خرما را هند غربی و برخی خلیج فارس می دانند.

در نشریه بین المللی سال ۱۹۵۰ مربوط به خرما که در تونس منتشر شد اصل خرما را بیابانی دانسته و اولین محل پیدایش آن را بین النهرین و خوزستان شمرده و اظهار می دارد از آنجا به شمال افریقا و هند رفته است. (۱)

کلدانیان خرما را درخت زندگی می دانستند و انواع

۱- طالبین میتوانند به رساله ۱۵۴ صفحه ای گراوردار ۱۹۶۲ دانشگاه مونیخ از آقای والرث انگرید WalletIngrid درباره درخت خرما مراجعه نمایند.

استفاده از قسمت های گوناگونا بین درخت مینمودند. از برگش حصیر بافته و خانه های خود را فرش می نمودند و با لیف آن طناب (سازو) درست می کردند.

دکتر لک لک از کتاب گیاه شناسی پلین دانشمند قدیمی رومی نقل می کند که رومیان چند قسم خرما را می شناختند و هر یک را در موارد خاصی به مصرف می رساندند چنانچه نوعی از آن را هنگام پرستش خدایان نذر و نوع دیگر را مخصوص مهمانی شاهان می دانستند. بین اعراب خرما علامت اقبال برکت و صلح است و در عصر جاهلیت گاهی خدایان (بت) را از خرما درست می کردند و زمان قحطی هم آن را می خوردند.

در یونان قدیم برگ خرما نشانه فتح و پیروزی بوده و به قهرمانهای جنگ نشانی از آن می دادند و امروز هم افسران ارشد با نشان برگ خرما مشخص میگردند.

زن یهودای پیامبر و دختر حضرت داود تamar (امروز تamar نامگزاری می شود) که همان تمر عربی و خرما باشد نام داشته است.

نصارا و مسلمان هر کدام به نحوی حضرت عیسی و مادرش حضرت مریم را با خرما مرتبط دانسته، پیروان آن حضرت گویند زمانی که برای اولین مرتبه حضرت عیسی وارد بیت المقدس گردید پیروانش مسیر حضرت را با برگ خرما فرش کردند و به همین مناسبت مدتها کاتولیک ها بیادگار ورود ظفر اثر آن حضرت به اورشلیم دسته هائی راه می انداختند که به عنوان علامت در دست آنها برگ خرما بود.

مسلمانان نیز بنا بر آنچه قرآن فرماید (فاجائها المخاض الى جذغ النخلة- تساقط عليك رطباً جنياً - که شرح آن تحت عنوان خرما بعد از زایمان خواهد آمد) عقیده دارند حضرت مریم اولین خوراک پس از وضع حملش را خرما انتخاب کرد و در باره این دستور علمی قرآن به زودی بحث خواهیم نمود.

در کشور ما که خرمایش در ردیف بهترین خرمای جهان است در نواحی جنوب بخصوص در امتداد سواحل خلیج فارس در منطقه وسیعی که از منتهی الیه حد جنوب غربی و مجاور کشور عراق تا مرزهای پاکستان و افغانستان است وجود دارد یعنی در استانهای خوزستان، فارس، کرمان، بلوچستان و سیستان.

دانستیهای از نخل

(۱)

نام نخل در سوره های: مریم - ق - قمر - حاقه - کهف - شعرا - انعام - عبس - رعد - بقره - الاسراء - مؤمنون - یس - نحل - طه - الرحمن آمده و در آیه ما قطعتم من لینه او ترکتموها قائمه علی اصولها فباذن الله و لیخزی الفاسقین گفته اند مقصود از لینه همان نخل می باشد.

تقریباً میوه جات را می توان در آنجا که نخل است به عمل آورد ولی نخل در آنجا که میوه جات به عمل می آید وجود ندارد .

در قوانین حمورایی جمله ای از احکام مربوطه به زراعت و مراقبت از نخل دیده میشود

از خلال اوراق کتب تاریخ بدست آمده که در قدیم نزد

۱- اقتباس از کتاب (النخلة سیده الشجر تألیف آقای عبدالقادر باش اعیان العباسی)

مصریها درخت خرما احترام مخصوصی داشته است و در زمانی مورد پرستش عراقیان قرار میگرفته و تصاویری از آن بر دیوار هیکل که از بناهای حضرت سلیمان است و در آثار یونانیها به عنوان تقدیس و تکریم صورتی از نخل و قطعاتی از آنها دیده شده است و بعضی طوائف عرب از خرما بت درست کرده (بنی تمیم) و آن را می خوردند و شاعر گوید: الی تمیم باكلها الصنم. طایفه جهینه که قبل از اسلام بودند هیکلی از خرما بت خود قرا رداده و در مواقع تنگدستی و گرسنگی با عذر خواهی و زاری آنها را میخوردند شاعر گوید: اكلت جهین ء ربها - زمن التقحم و المجاع ء. لمیحذروا من ربهم - خوف العقوبه و التباعه (نا گفته نماند که نبی گرامی همه را بجائی رساند که بگویند گواهی خدا و فرشتگان و دانشمندان است بر اینکه پروردگاری جز ذات مقدس ذوالجلال الله نیست (شهد الله انه لا اله الا هو و الملائكه و اولوالعلم ...)

در کتاب نشید الانشاء (مجموعه از اشعار منسوب به حضرت سلیمان) و کتاب مقدس (سفر تکوین ۳-۴ و صموئیل ۳۱-۱۴-۲۷) و تلمود (کتاب قوانین و شعائر و مراسم و تقلید یهودیها) اعتبار و احترام خاصی به نخل گذاشته و تمار (تمر) که لفظ انتخاب شده جهت دختران زیبای آنان می باشد همان معنی خرما و درخت خرما را با هم می دهد.

بعضی از مورخین به موجودیت نخل در زمان هبوط حضرت آدم اشاره کرده اند.

مسیحی ها نیز فضیلت و احترامی به مناسبت نسبت به نخل قائل بوده اند. هنگام ورود حضرت مسیح به اورشلیم زیر پایش

شاخه هائی از نخل و زیتون انداختند. در انجیل یوحنا فصل ۱۲ آیه ۱۳ به قسمت مذکور اشاره شده و در فصل ۲۱ آیه ۸ انجیل متی به عمل مذکور نسبتی هست و هوز در واتیکان ایام مخصوصی بوسیله شاخه هائی از نخل اعمالی انجام داده میشود.

در انجیل برگ نخل را علامت نصر دانسته و هنوز هم بر لباس برخی افسران به همین عنوان نقش می گردد و نزد بعضی عربها مسیحی آن را شجره حیات دانسته در نشریاتی چند آدم و حوا را در کنار نخل نقش می نمایند.

اصل نخل را از عربستان دانسته و دسته ای آن را از عراق و گروهی نخل را دو قسم دانسته منشاء یکی را از عربستان و دیگری را از عراق محسوب داشته اند و عده ای فارس و کرمان و خوزستان و نواحی جنوبی ایران را ذکر می نمایند و تاریخ آنها قبل از حضرت موسی است زیرا بنی اسرائیل پس از خروج از مصر و رسیدن به صحرای تیه در شبه جزیره سینا بعد از عبور دریا به دوازده چشمه آب و هفتاد نحله رسیدند (سفر خروج ۱۵-۲۷)

بابلی ها به خرما کشمارو (Jashimaru) می گفتند که از کلمه کشی مار (Jishimar) سومری ها مأخوذ است و به عبری تامار (ملاحظه فرمائید در عربی - عبری - سومری - بابلی یک ریشه مار مشترک دارند)

نامی از خرما در کتب مربوطه است که به سنوات ۳۰۰۰-۲۴۰۰ قبل از میلاد می رسد و حتی برخی آن را به زمان آدم و حوا به عقب کشانده اند و در هر صورت در کتابهای آسمانی از نخل نامی هست و ماده شصت و چهار قانون حمورابی گوید هر گاه

باغی از خرما به دهقانی داده شد برای آنکه آن را تلقیح و عنایت کند بر دهقان است که دو ثلث حاصل را به صاحب باغ و ثلث دیگر را جهت خویش منظور بدارد و در ماده بعد (۶۵) بیان دمی دارد: چنانچه بر اثر اهمال و سستستی کار تلقیح انجام نگرفت و موجبات تقلیل محصول فراهم آمد بر دهقان است که همانند بستانهای دیگر و مشابه اجاره به صاحب باغ پردازد و در ماده ۵۹ نیز غرامت قطع نخل معین گردیده است.

معدل عمر یک درخت خرما بین ۱۰۰-۲۰۰ سال است.

نخله ماده ممکن نیست بارور شود و خرما بدهد مگر اینکه هر سال از جنس نر تلقیح شود.

در جلد‌های قبل گفتم خرما در مواردی با حیوان شبیه است آب از سرش بگذرد غرق می شود در دود زیاد خفه می گردد ضربتی بر دلش وارد شود می میرد در اینجا اضافه می کنم که دوران زندگی تناسلیش همانند حیوان بلکه انسان بوده یک دوران دارد که جوانی اوست هم تلقیح بردار بوده هم فرزند و محصول می دهد و قبل از جوانی، عهد کودکی و بعد از آن زمان پیری است که بار و بری نخواهد داد.

تلقیح خرما به چند طریق انجام می گیرد:

۱- در خرمای نر یک قسمت غلاف دارای (عذق یا اسپات). وجود دارد که خود به خود رسیده و غلاف باز میشود یا آفتاب می گذارند تا باز شود همانگونه که گلها پولن و گرد دارند عذق را تکان داده گرد‌ها را در کیسه های کوچکی مخصوص کرده روی ماده تکانش می دهند و اگر عذق ماده باز نشده باشد باید با

تیغی آن را باز کرد و بر آن گرد نریخت و این عمل از ۲۱ مارس به بعد انجام می گیرد. اگر باران آمد و گردها را از عذق ماده شست باید عمل تکرار کرد.

۲ - خوشه های نر را در خوشه های ماده می گذارند.

۳ - تلقیحی است که باد در درختهای خیلی بلند که نزدیک یکدیگرند انجام می دهد یعنی گردها را از نر به ماده میسراند و محصول این نوع تلقیح کم بوده و خوب هم نیست.

۴ - تلقیح های مخصوص برای انواع ویژه ای از نخلها انجام می دهند که از بحث ما خارج است.

برای هر صد درخت خرما ماده چهار درخت خرما نر لازم است.

طول درخت خرما بطور متوسط ۲۰ متر و تا ۳۵-۳۰ متر نیز می رسد.

ساقه مخصوص خرما را ملاحظه فرمائید که در بعضی قسمتها قطر بیشتری داشته و بلافاصله نازکتر شده است و این قسمت نازک لعامت سالهائی است که تغذیه درخت خوب انجام نگرفته و نقاط قطور نشانی از سالهای خوب برای درخت می باشد.

از شگفتیهاست که هرگاه بر خرما پر از محصول باران بیارد خرماهای زیباتر و فساد ناپذیرتری بدست می آید که با شستشوی مصنوعی چنین نیست.

طریق کاشتن درخت اینگونهها ستکه بچه خرما (فسیل) را با دقت از کنار مادرش جدا می کنند مخصوصا باید مراقب بود قاعده بچه خرما (نوپه) آنچنان جداشود که خللی به مادر

و فرزند وارد نشود و عرق مخصوص که در عراق به آن فطامه گویند و در قاعده نوچه است آزار نیند که قابل کشت باشد و سن مادر از پنج سال یا بیشتر باشد و مراعاتهای دیگر که این صورت درخت پس از سه سال و حداکثر هشت سال محصول خواهد داد. نوچه را باید از نخلی که سیراب بوده و خوب محصول داده جدا ساخت و سعی نمود آن را درجائیکه آفتاب گیر است کاشت. طرز کاشتن آن در حفره ای است به گودی سه قدم و قطر سه قدم و فاصله هر حفره بطور متوسط شش متر. حفره را باید یک ماه قبل از آماده ساخت و آن را پر از خاک سطحی زمین که آفتاب و اکسیژن فراوانی به آن رسیده مخلوط با کود حیوانی پرسیاخت و تا مدتی آب داد و زمان زراعت در حفراتی از کود تهیه شده که بر آن ۱۵ سانتی متر خاک ریخته میشود کشت داد.

از ابتدا به مدت سه روز باید آن را آب داد بعد هر سه روز یک مرتبه الی یک ماه بعد هر هفته یک مرتبه و بعد طبق معمول (در کنار نهرها سعی می شود باجزر و مد به آنها آب با شرائطی داده شود)

کاشتن هسته کمتر معمول بوده و اکثراً از آن درخت نر بوده و اگر محصولی بدهد ۱۰-۱۲ سال بطول خواهد انجامید یا بیشتر از انواع مخصوصی از محصول خواهد داد که گاهی نوعی ممتاز و کمیاب خواهد بود که طعم ویژه ای دارد.

عجایی از درخت خرما ذکر شده که درخت نری که قبلاً گرده از آن برای تلقیح ماده ای گرفته شده پس از چند سال خود با گرده دیگری میوه داده یا نصف درختی ثمر داده باشد

و نصف دیگر بدون محصول بماند.

کود خرما کمتر شیمیائی انتخاب می شود و اکثرا حیوانی است و اول تموز یا تشرین اول یا .. به درخت داده می شود و طرز مخصوصی به تناوب و توالی انجام میگیرد که از بحث ما خارج است.

شاخه های نوچه در هفت سال اول به اطراف منتشر می شود و در خلال این مدت می توان از آنها برید.

بطور متوسط هر خرمائی ۶-۱۲ آلت مادگی داشته که می توان آنها را تلقیح و آماده میوه دادن ساخت و اگر بیشتر از این بود باید آنها را جدا ساخت تا به درخت زیانی نرسد.

از قشر آلت های تلقیح (عذوق) می توان ماده معطری استخراج کرد.

در کنار نخل می توان میوه جات زیادی غرس نمود از قبیل نوعی سدر، توت، زردآلو، نوری، انگور، سیب، گلابی، انجیر، زیتون، بادام، فندق، انار، به، آلو، لیمو، پرتقال و ... و بقولات و حبوبات و سبزیجات به انواع و اقسام و باید دانست در جوار نخل میوه و سبزی فراوانی می توان کشت ولی هر جا میوه یا سبزیجات مذکور بود برای کشت خرما ممکن است مناسب نباشد.

بازدانستی هائی چند از درخت خرما

(۱)

درخت خرما از جنس نخلیات (پالما اوردر *Palmae Order*) یا (پالمیه *Palmiers*) و از خانواده فینکس

(. Phoenix. G) و از نوع داکتی لیفرا (Dactylkfera) می باشد.

خانواده مذکور انواع بسیاری دارد که مهمترین آنها عبارتند از: نخل خرما (دیت پالم (Date Palme) و نخل زیتون (اوایل پالم) و نخل نارگیل (کوکونت) و نخل واشنگتن.

درختی است به بلندی ۱۵-۲۰ متر، ساقه استوانه ای و برگهای به درازی ۶-۵ متر که عموماً در انتهای ساقه جمع می باشند و به تدریج که درخت رشد می کند برگهای پائین می خشکد و بالا بوجود می آید. برگهارا می برند و محل بریدگی روی ساقه باقی می ماند و از آنها برای بالا رفتن درخت استفاده می شود.

خرما دو پایه بوده و از دسته تک لپه ای است. گلهای ماده بر روی یک درخت و گلهای نر بر روی درخت دیگر می باشد.

گلهای ماده بصورت خوشه هائی در روی محفظه ای به نام اسپارت قرار دارند که در خوزستان لگاح گویند و از آن شربت های گورائی بدست می آید. مجموع چنین گل آزینی را رژیم گویند پایهماده در سال قریب هشت رژیم تولید می کند و وزن خرماى هر رژیم به هشت کیلو میرسد. گلهای نر را با محفظه آن از درخت جدا می نمایند و برای عمل لقاح مصنوعی بکار میبرند. جوانه انتهائی درخت به منزله قلب گیاه است و کوچکتری ضربه به این قسمت باعث از بین رفتن آن می شود (در خوزستان به این قسمت پنیر خرما گویند)

وضع ساختمانی ساقه درخت خرما اینطوراست که از خارج خیلی سخت بوده هرچه به مرکز آن برویم نرم تر می شود. عمل

لقاح در خرما به دو طریق است: لقاح طبیعی لقاح مصنوعی.

لقاح طبیعی: پس از باز شدن گل‌های نر و ماده بوسیله باد در نخلستانهایی که درختان خیلی نزدیک به هم کاشته شده و مواظبت نگردیده انجام می‌گیرد و میوه حاصله از لحاظ غذایی زیاد قابل استفاده نیست. (۱)

عمل لقاح مصنوعی که معمول است: اسپارته‌ها را که گل نر داخل آن است از درخت جدا نموده و مدتی در آفتاب می‌گذارند و بعد که محفظه گل‌های ماده کمی باز شد گرده‌ها را روی آنها پاشیده و کمی هم داخل شکاف قرار می‌دهند. بدین روش گل‌ها بخوبی بارور شده و میوه مرغوبی بدست می‌دهد.

تکثیر درخت: با دانه است که تا سال ششم گل نمی‌دهد و از ۱۴ به بعد میوه می‌دهد که کم و نامرغوب است و طرز کاشتن چنین است که اول دانه را مدتی در آب قرار داده بعد زمین رامدت ۲۴ ساعت آب می‌دهند و پس از یک هفته دانه را می‌کارند.

معمولی ترین طریقه تکثیر درخت با استفاده از پاجوش هاست که در نخل مسن به ۱۳۰-۱۵۰ عدد می‌رسد که در پای نخل مادر رشد نمی‌کنند ولی اگر جدا شوند رشد می‌نمایند. جدا شدن باید در زمستان انجام گیرد. پاجوشها را باید در محلی بنام خزانه محافظت کرده مدت ۱۵ روز از تابش نور خورشید محفوظ بدارند و مرتباً آبیاری کنند سال بعد به محل اصلی برده بطریق زیر

۱- مطالب تکراری چندی که بنا بر ضرورت آورده شده در این چند صفحه چشمگیر است.

در اطراف جویها بخت مستقیم چهارچهار بطوریکه هر یک از چهار عدد از دیگری ۴۵ سانتی فاصله داشته باشد و در یک جریب زمین که ۳۹۶۷ مترمربع است معمولاً ۸۰-۱۰۰ نخل کاشته می شود.

پاجوش نخل کوچکی است که در اطراف شاخه های بزرگ نخل می روید. ابتدا بشکل برگهای چسبیده بهم است سپس شروع به نمو نموده بشکل درخت کوچکی درمی آید و بین ۵ تا ۸ سال به نخل مادر چسبیده است که باید برای درخت اصلی جدا شود.

خرما

میوه درخت خرماست. طولش بیشتر از عرض. مقطعش دایره: دارای سه جدار: خارجی نازک، وسطی، گوشتی (هنگام رسیدن) جدار داخلی غشائی و بوسیله پوست سخت دندانان ای سلولزی بشاخه خوشه قرار یافته.

خرما تک هسته و طول هسته زیادت از عرض و از یک طرف بریدگی دارد. جنس هسته سخت و ماده آن شبیه سلولزی است.

استاد بوبینو Bobino با ذکر دلائلی محل اصلی خرما را از مصر دانسته است.

آشوریان هنگام حمله بدشمنان درختان خرمای آنان را قلع و قمع می کردند.

بر دیوارهای هیکل از ساختمانهای حضرت سلیمان که از چوب صنوبر بود شکل خرما بر آن منقوش بود.

یهود در عید مظال (عید عرازیل) چادرهایی نصب کرده

بیاد خروج از مصر یک شاخه تازه از وسط درخت خرما که به عبری لولاب گویند بطریق مخصوصی گرفته بر آن سجده کرده و هنگام نماز آنرا با دو دست بعلامت شادی می گیرند. هر سال در واتیکان بنام یک شبه نخل مراسمی برگزار می شود.

کشت و پرورش درخت خرما

موفقیت در کشت درخت مورد بحث بدو نوع عوامل بستگی دارد: عوامل طبیعی عوامل بشری.

عوامل طبیعی: مناطق ۲۹-۳۴ درجه عرض جغرافیائی بهترین منطقه برای کشت درخت خرما بوده و خط العرض ۳/۳۴ درجه شمالی تقریباً حد نهائی شمالی خط استوا برای موفقیت در کشت درخت خرما و ثمر دادن آن بطور طبیعی است و از این حد بیابا جهت زینت کشت می شود.

سطح زمین: زمین های مسطح که بدانها خوب آب برسد و حدود پانصد متر از سطح دریا ارتفاع داشته باشد بهترین آنهسات در زمینهای شنی و بیابانی هم که آب بدانها برسد رشد می کند. وزش باد برای درخت خرما مناسب است.

خاک: درخت خرما از شوری زمین نسبت بدرختان دیگر تحمل بیشتری دارد و اگر آب باشد در هر نوع خاک تقریباً نمو می نماید.

آب: هر چه آب بیشتر بخرما برسد بیشتر و بهتر محصول می دهد و با وجود این تحمل بی آبی خرما بی از میوه های دیگر است.

عوامل بشری: کود دادن: انواع کودهای حیوانی (گاو و گوسفند و ...) کود خاکروب که از خاکروب های

شهر بدست می آید و کود شیمیایی همه برای خرما خوب است بهترین موقع دادن کود پائیز می باشد. فاصله دو کود ۴-۵ سال می باشد اطراف درخت گودال بقطر ۳-۴ متر حفر طوری حفر می کنند که هر چه از درخت دورتر باشد عمیق تر گردد بطوریکه نزدیک محیط دایره نیم متر گود شود. کود را ریخته بعد زمین را شخم زده آب می دهند. در صل بهار زمین نخلستان را شخم می زنند که اگر گیاه مضر بود از بین برود و در تابستان شخم می زنند برای احتمال وجود گیاهان مضر و در فصل پائیز پس از چیدن خرما شخم دیگری آنچنان لازم است که متخصصین گویند شخم پائیزه هر سال تکرار گردد و دو شخم دیگر هر چند سال یک مرتبه.

شاخه های آویزان پائین را باید برید و شاخه های انتهائی اگر خشک شود باید قطع کرد و این عمل برای نخل ۱۵ سال بعد باید عمل شود و هر ۳-۴ سال یک مرتبه تکرار گردد باید کمی از قسمت شاخه که به ساقه درخت است باقی گذاشت و صدمه ای بساقه وارد نساخت.

اگر میوه درخت یک سال زیاد شد و آنرا کم نکردند سال بعد کمتر محصول خواهد شد و بهتر است بطور متوسط ۶-۱۲ خوشه بر درخت بماند (با توجه به بزرگی یا کوچکی خوشه) و برای بریدن خوشه های زیادی هر چه وسط تر و نزدیک بمغز است باید برید. خوشه هارا باید از گرد پاک کرد و طوری آویزان نمود که برای چیدن آسان بوده و در آن مدت که محصول بر درخت است هوا در بین خوشه بتواند جریان خوبی داشته باشد. چنانچه سایبانی از برگ درخت یا سیلوفین برای خوشه هادرست کنند بسیار مطلوب

می باشد.

خرما را باید در اول موسم رسیدنش چید.

آمار ۱۹۵۲ به ترتیب تعداد درخت خرما را چنین نشان می دهد عراق ۳۲۱۴۶۸۰۱ ایران ۱۱۶۰۰۰۰۰ پاکستان ۸۰۰۰۰۰۰ الجزایر ۷۴۸۶۰۰۰ عربستان ۴۰۰۰۰۰۰ مراکش ۳۹۷۱۸۹۳ سودان ۳۰۰۰۰۰۰ تونس ۲۵۰۰۰۰۰ لیبی ۲۰۰۰۰۰۰ مصر ۱۸۰۰۰۰۰ اسپانیا ۴۰۰۰۰۰۰ آمریکا ۳۰۰۰۰۰۰ وسایر نقاط ۱۰۰۰۰۰۰۰ یعنی مجموع درختان خرماى جهان ۸۷۲۰۴۴۹۴ می باشد.

چنانچه بسیاری از اختلافات خرما را در نظر بگیریم ۴۵۵ نوع خرما در عراق بدست می آید.

بیماریهای درخت خرما

فاسد شدن اسپات با پیدایش نقطه های تیره روی سطح خارجی آن است که گاه وسیع شده و از باز شدن اسپات جلوگیری می نماید و عوامل حیوانی یا فیزیولوژی موجب آن می شوند. عنکبوت غبار نخل: عنکبوت کوچک زبرد رنگی مایل به سبز که بر روی میوه در مرحله خارک نشسته غبار آلود کرده و می تند و در آنجا تخم گذاری می کند.

حشره دوباس: *Ommatissus Binotatus* که با نیکوتین و آهک و خاکستر از بین می رود، و حشره تاذوع *Elegns* که *Oryctus* حشره بزرگی است بر ساقه درخت زندگی می نماید و اگر شماره اشان زیاد شود درخت را از بین می برند.

حشره حمبره: *Batrachedra Nemydroula* پروانه کوچکی است که روی میوه های زندگی می کند و باعث خشک شدن آن می شود بطوریکه میوه تو خالی و سرخ رنگ می گردد و بر زمین می افتد.

حشره ابومزریف *Pseudo Qvilustestaus* حشره بزرگی است که بر روی ساقه و خوشه های نخل جا گرفته و صدا می کند.

فوائد درخت خرما

نخل سایبان خوبی برای پرتقال بوده و در نقاط گرم اگر سایبان زردآلو نباشد می خشکد.

ساقه درخت یا در ساختن عمارت یا پل یا آنرا تو خالی کرده بعنوان گذرگاه آب مورد استفاده است و از ساقه بدون برگ صندلی و میز و گهواره و ...

از لیف خرما که دور شاخه ها پیچیده شده ریسمان می کنند و اخیرا حریر مصنوعی تهیه می نمایند.

از میوه خرما: شیره الکل سرکه گرداتامین *Dattamine* (غذای بسیار لذیذی است که ۷۰ درصد از گرد خرما خشک و بقیه از کاکائو و شکر است) شکر علوفه حیوانات (خرماهایی که برای خوردن انسان سازگار نیست) گرد زرگری (از هسته خرما زرگرها بصورت زغال بکار می برند) کرتیزون خرما (بنام دیوسنولنس *Diostulence* که شرح داده شده است) کولا شیرینی ها و بیسکویت درست می نمایند.

لازم است دانسته شود کسانیکه با خرما تغذیه می نمایند باید مواظبت نمود که با تبخیر اسانس های معطر خرما از دست نرود.

ترکیب شیمیایی هسته خرما

چربی ۹ پروتئین ۶/۶ سلولز (فیبر) ۹ مواد قندی نشاسته ای ۶۷ و خاکستر ۴/۹ درصد می باشد.

هسته خرما غذای بسیار خوبی برای حیوانات است و در مواردی زرگر زغال آنرا بکار برده و چون با اسید هیدرولیز کنند گلوکز بدست آمده در قنادی مصرف می شود.

جنبه صادراتی خرما بویژه خرمای ایران

با آنکه کشاورزان بروش صحیح تولید، طرز چیدن، جمع آوری، بسته بندی، پاک کردن، دود دادن و مخصوصا درجه بندی این محصول آشنا نیستند بازار خرمای ایران بوسیله امریکا شوروی هند پاکستان کانادا و ... رونقی بسزا دارد.

نصف محصول خرمای جهان را تقریبا عراق و مصر تولید می نمایند و ایران در درجه سوم و الجزایر و مراکش نیز از کشورهای مهم صادر کننده اند، صادرات خمای ایران در ۱۹۵۶ به حدود ۳۳۶۰۰۰ تن که ۲۵ درصد محصول جهانی است رسید.

استانهای خوزستان، فارس، کرمان و بلوچستان و کمی در طبس و غرب کرمانشاهان به ترتیب قسمت های تولید کننده اند که از بیست میلیون درخت خرما ۲۷ درصد در خوزستان ۲۹ در فارس ۲۵ کرمان و ۹ درصد از بلوچستان می باشد محصولاتی که از خرما بدست می آید منحصر است بشیره خرما و الکل.

از انواع خرما شیره گرفته می شود (باستثنای نوع خرمای خاک که از خشک و بدون شهد بوده و به هندوستان صادر می شود).

تهیه شیره خرما در فارس و خوزستان و الکل خرما در شهرستانهای قزوین، شیراز و اهواز رواج دارد.

خرمای خشک بیشتر در نواحی میناب بوشهر لنگه و برازجان وجود دارد و بنامهای خارک قصب و هسته نامیده می شود.

خریدار عمده خرمای خشک هندوستان است که سالیانه به حدود پنج هزار تن می رسد.

انواع خرمانیکه در ایران دیده می شود

بیش از یکصد نوع خرما در ایران وجود دارد و انواع مزبور از این لحاظ تقسیم شده اند که در اندازه شکل رنگ رطوبت و خشکی شهد داشتن و نداشتن با یکدیگر تفاوت دارند که آنهم بستگی با نوع خاک و مقدار آب و رطوبت محیط و وضع هوا دارد.

از صد نوع خرما دوازده نوع آن ۹۲ درد محصول کل کشور را تشکیل می دهد.

در خوزستان انواع خرما بنامهای محلی: سایر العروس حمرای حلاوی خضراوی گفتار بریم برخی سمران کبکاب شاکری حاجی محمدی دیلگاری مکسون و بابک نامیده می شود و از همه مهمتر سایر است که حدود ۹۰ درصد درختان و در حدود ۳۷ درصد کل محصول ایران را می دهند. این خرما دارای دانه های متوسط برنگ قرمز تیره و کم شهد می باشد.

مهمترین خرمای استان فارس عبارت است از: شاهانی کبکاب هسته مکتوب جلوائی زین الدینی و کیوانی.

خرمای شاهانی دانه های بزرگ کشیده قهوه ای روشن متمایل به طلایی و شهد خوش طعم و خوش عطر دارد.

خرمای کبکاب دارای دانه هائی بزرگ قهوه ای رنگ با هسته کوچک است.

خرمای هسته دارای دانه هائی ریز کم شهد و هسته بزرگ دارد که بیشتر در محل مصرف می شود.

مهمترین خرمای کرمان عبارتند از: مضافاتی خاروک حلوا زارک مردار سنگ پیاران و بیزوک که خرمای مضافاتی آن مخصوص شهرستان بم است و مهمترین نوع خرمای ایران بشمار می رود دانه های بزرگ گوشتدار سیاه رنگ پرشهد خوش طعم و خوش عطر است.

پیاران دانه هائی بزرگ سیاه رنگ و پرشهد و بیزول دانه هائی متوسط سیاه رنگ و تقریباً خشک دارد و ایندو نوع در حاجی آباد وجود دارد.

در شهداد نام خرماها: شمسائی قصب قصب همبر برنانی عبداللهی هفتاد گزی نام دارد که سه تای اول خرمای خشک (اولی خشک مرطوب و دو تای دیگر خشک کبریتی است) خرمای برنانی و عبداللهی را که برای فروش در حلب جا می کنند ولی برنانی را باید فوری خورد که ترش می شود و هر دو زردرنگند (شهداد را سابقاً خبیص می گفتند از اینجهت که مخلوطی از خرما و روغن و آرد را خبیص گویند و در آنجا هم خرمای خوب در دسترس

بوده است)

خواهشمند است متوجه کلمه شهد و شیرینی خرما باشید که در هر شهر و دیاری ضریب اول مرغوبیت بشمار می رود زیرا بزودی قرآن در این باره با شما سخن خواهد گفت.

دولت آمریکا مشتری نوع حالوی است و در هندوستان بیشتر نوعی را بنام زاهدی می پسندند.

(نام ۶۴ نوع خرما در کتابی که نام آنرا ملاحظه خواهید کرد وارد شده است)

ویتامین های موجود در خرما

خرما، سرشار از ویتامین های A و B و E و C می باشد.

ویتامین A در نمو حیوانات دخالت می کند نسج پوشش را در برابر عفوت ها تقویت می نماید (مخصوصا در ناحیه مخاطها) در بینائی رل مهمی دارد.

کمبود ویتامین A گزرفتالمی می کند که عارضه ایست در چشم یعنی قرنيه چشم خشک شدن و پلکها ورم می کند و تولید چرک نموده و بالاخره بکوری منجر می گردد.

کراتومالاسی هم در نبود ویتامین A دیده می شود که عبارت از خشک شدن و شاخی شدن مخاطها بویژه مخاط مهبل در حیوانات است.

همورالوپسی یا شبکوری که در نتیجه کمبود ویتامین A تولید می شود.

در آنان که ویتامین A کم دارند عفونت های مختلف مانند زکام و گریپ بیشتر دیده می شود.

ویتامین B₁ خرما ویتامین های B₁ و B₂ و Bp می باشد.

ویتامین B_۱ در تنظیم فعل و انفعالات فرمانی و متابولیسم مواد قندی ضروری است مخصوصاً در نسج عصبی و نسج عضلانی ویتامین B_۱ اثر استیل کلین را تقویت می نماید و از اثر کلین استراز (فرمانی است که استیل کلین را به اسید استیک و کلین تجزیه می نماید و عملش را خشی می سازد) جلوگیری می کند.

در کمبود این ویتامین مرض بربری خشک یا بربری مرطوب ایجاد می شود که در هر دو ورم و صغر عضلات پا و پلی نوریت و فلج پاها دیده می شود و کم اشتهائی و کم شدن ترشحات و حرکات دستگاه گوارش و برادیکاری (کم شدن ضربان قلب) بوجود می آید (زمانی نیز تاکیکاردی و زیاد زدن اکستراستیول و خارج از نوبت زدن در قلب دیده می شود).

برخی سردردها و خستگی و کم شدن رفلکس های رباطی و بی خوابی و دردهای عصبی و گاهی کرامپ عضلات (چنگ شدن ماهیچه ها) که پس از خستگی فراوان دیده می شود در ثار کمبود این ویتامین است.

ویتامین B_۲ در متابولیسم مواد قندی و البومینوئیدی (سوخت و ساز قندها و سفیده ایها) دخالت دارد.

در ساختمان بعضی فرمانها بویژه فرمان تنفسی که در تنفس نسجی بکار می رود وجود دارد.

در انتقال هیدروژن و فعل و انفعالات اکسیداسیون اسیدهای آمینه دخالت می کند همینطور در اکسیداسیون قند و اسیدهای چرب و بنا بر عقیده بعضی در بینائی چشم موثر است.

در کمبود ویتامین B_۲ اختلالاتی در چشم و پوست و مخاطها و اختلالاتی در جذب مواد چربی و در نزد موش سبب توقف نمو

و نزد پرنده ها مانند بوقلمون موجب پیدایش زخمهائی در دست و پای حیوان می گردد.
عوارض مخاطی بصورت زخمهائی در کنار لب ها و همچنین قرمزی لبها و زبان دیده می شود.

ویتامین G سابق یا نیاسین یا اسید نیکوتینیک یا ویتامین P.P

ویتامین C که در اکسیدوردکسیون تنفس نسجی دخالت می کند هم می تواند هیدروژن از دست بدهد یا بگیرد و در کمبود آن خونریزیهای مختلف در مفاصل و زیر پوست استخوانها و مخاطهای بدن و زیر جلد و لته دیده می شود خستگی های مخصوصا در بهار و بی میلی و اختلالات قلبی و تنفسی و استعداد زیاد به عفونتهای مختلفه همه در کمبود ویتامین مذکور دیده می شود.

ویتامین E در عمل اپی تلایال (غدد تناسلی) و در رشد جنین و در اطروبی و صغر عضلات دخالت دارد.

کمبودش سبب سقط جنین و از بین رفتنش در داخل رحم می گردد. و در موش نبودنش سبب عقیم شدن می گردد.

فلجهای عضلات مختلف و کم شدن حس شننائی و بویائی در نزد حیوان بواسطه نبودن ویتامین مذکور مشاهده شده و در کلنیک برای کم شیری و سقط جنین داده می شود همینطور در میاستنی یعنی تحلیل رفتن عضلات و صغر آناه بویژه در صغر و اسکروزلاترال نخاعی تجویز می گردد.

در بعضی کتابها خرما را دارنده ویتامین D بمقدار زیاد دانسته اند (۱).

املاح موجود در خرما

املاح مذکور عبارتند از پتاسیم سدیم کلسیم منیزیم آهن مس فسفر املاح گوگرد املاح کلر.

فقدان پتاسیم را برخی علت حقیقی بروز زخم معده می دانند اشتها آور است و در بدن کم می شود اشتها کاسته می شود: کمبود آن امراض حلقی بویژه تورم لوزه ها ایجاد می نماید. گاهی توم قوزک پا بعلت کمی پتاسیم در بدن است. خستگی در کمبود پتاسیم دیده می شود و همانطوریکه کلسیم اهمیت مخصوصی در استخوانها دارد پتاسیم برای ماهیچه ها و انساج نرم دارد.

سدیم از زکام و کری جلوگیری کرده و حالت اسیدی دستگاه گوارش را قلیائی می کند و کمبود آن ممکن است ایجاد زخمی در روده ها بنماید. اختلال در متابولیسم سدیم بر روی بعضی غدد و سوخت سازها اثر می نماید. برخی خستگی ها و بعضی سردردها در اثر کمی سدیم بدن است.

کلسیم که در جد قبل (مربوط به شیر) به تفصیل از آن صحبت کردم.

از آهن و منیزیم و مس نیز در جلد مربوط به غسل گفته شد:

املاح گوگرد که خود بخود در مواد بیاض البیضی وجود دارد رل زیبایی دهندگی داشته و در ساختمان مو و پوست و ناخن و کبد وجود دارد و مصرف زیاد آن انسان را جنجگو و دعوائی می سازد.

فسفر که وجودش در اعصاب و مغز حتمی است از ضعف اعصاب و خستگی جلوگیری می نماید و برای تقویت بینائی نیز سودمند می باشد.

مقدار ترکیبات خرما

علاوه بر آنچه گفتیم خرما دارای مقداری آب مواد قندی مواد سفیده ای چربی است که اندازه همه آنها بقرار زیر است (در هر صد گرم خرما):

آب ۸/۱۳ تا ۵۹ گرم

مواد قندی ۶/۳۷ تا ۷۰ گرم

مواد سفیده ای ۹/۰ تا ۹/۱ گرم

چربی ۳/۰ تا ۵/۲ گرم

پتاسیم ۹/۶۴ تا ۷۵ میلی گرم

سدیم ۱/۴ تا ۴۸ میلی گرم

کلسیم ۵۱ تا ۷۵ میلی گرم

منیزیم ۳/۵۰ تا ۵/۵۸ میلی گرم

آهن ۳/۱ تا ۶ میلی گرم

مس ۱۸/۰ تا ۲۸/۰ میلی گرم

فسفر ۸/۶۳ تا ۸/۵۴

املاح گوگرد ۸/۴۳ تا ۵۰ میلی گرم

املاح کلر ۲۴۸ تا ۲۹۰ میلی گرم

ویتامین A ۵۰ تا ۱۰۰ واحد بین المللی

ویتامین B ۰۷/۰ تا ۷/۰ میلی گرم

ویتامین B₂ ۰۵/۰ تا ۳/۰ میلی گرم

ویتامین (نیاسین). P.P ۶/۰ تا ۳/۳ میلی گرم

ویتامین ***C_۷/۲ تا ۱۰ میلی گرم

و هر صد گرم خرما ۱۵۷ کالری حرارت داده و تا رقم ۳۸۳ نیز گفته شده است. ارقام فوق بر حسب آنکه خرما از چه نوع و نژادی باشد مخصوصا خرمای تر و تازه یا خشک فرق کرده است.

دانستنیهای چند از خرما

کورنونسکی Curnonsky در کتابی که مخصوص خرما نوشته می گوید: علاوه بر اینکه خوردن قند خرما ارزش غذایی بیشتری از سایر قندها دارد و در مواقع خستگی مفیدتر است زیرا جذب بدن می گردد و در ضمن خوردنش را به ورزشکاران توصیه می نماید چنین مطلبی را دارد:

دانشمندان حساب کرده اند برای اینکه خرما بخوبی برسد باید مدت شش ماه ۲۹ تا ۳۰ درجه حرارت ببیند که حاصل جمع آن میشود ۶۰۰۰ درجه حرارت در صورتیکه فقط سه هزار درجه حرارت صرف رسیدن گندم می شود و از اینرو باید بپذیریم که خرما یکی از ذخیره کننده های انرژی برای رفع احتیاجات انسان مخصوصا بچه ها می باشد.

خرما مخصوص نقاط گرمسیر است. نقاط گرمسیر یعنی مناطقی که بنابر عقاید بعضی دارای تشعشعات سرطانتزا است اما آفریده شدن منیزیم در این خرما و اشتهای آدمی د نقاط گرمسیر نسبت به خرما خود نعمتی است زیرا کمبود منیزیم زمینه را برای ابتلا

به سرطان آماده می سازد.

یک نفر بدوی در نقاط گرم خرما خیز سالیانه بین ۱۵۰-۲۰۰ کیلو خرما مصرف می نماید.

خرما را باید بصورت طبیعی مصرف نمود و کنسرو آن بسیاری از عناصر مفیدش را از بین می برد.

باید توجه داشت که همه جان سخن از خواص خرما می رسیده و خوب است.

خرمای کهنه و فاسد تولید ناراحتی و مسمومیت می کند.

مصلح خرما، بادام یا اب انار است.

اسید پالمیتیک جوهر نخل است با فرمول $C_{31}H_{62}COOH$

بیاد میهمانی نبی گرامی

حتی اگر یک مرتبه هم هست خوانندگان از زبان واعظان محترم این سرگذشت را شنیده اند که : نییگرامی و اصحاب بنا بر رأی سلمان فارسی در ماه مبارک بمضان برای جلوگیری از حملات متحاصرین حفر خندق می کردند یکی از صحابه طرف عصر که فرمان دست کشیدن از کار داده شد به نبی گرامی عرض نمود: استدعا دارم خود و اصحاب افطاری را میهمان من باشید، حضرت فرمود چه داری؟ عرض کرد آبگوشا پاچه! حضرت با اصحاب رفتند و خوردند.

دراثر تجزیه پروتئین به پپتیدها فقط کمی انرژی آزاد می شود و همچنین در نتیجه تجزیه آن به امینواسیدها اندکی بیشتر

انرژی تولید می گردد ولی وقتی امینو اسیدها به اوره تجزیه می شود مقدار خیلی زیادتری انرژی به بدن انسان داده می شود. از طرف دیگر اوره بر خلاف سایر مواردی که از تجزیه هیدروکربورها و چربیها حاصل می شود، دارای ارزش انرژی در حدود ۲/۱ کالری در گرم می باشد و دفع آن از طریق کلیه ها مقدار معنابهی انرژی لازم دارد طوریکه انرژی خالص حاصله بمراتب کمتر از ۲/۵ کالری در هر گرمی است که در موقع اکسیده شدن پروتئین در کالریمتر بدست می آید.

تجربه های زیاد نشان داده است که در جیره های غذایی مواقع ضروری برای هوا نوردانینکه در دریا و یا در صحرا فرود می آیند هیدروکربورها بعد از آب موردنیاز اولیه آنها می باشد زیرا این هیدروکربورها مانع از بین رفتن پروتئین بدن که در مدت گرسنگی بوجود می آید می شود.

یک عقیده شایع دیگر بر آنستکه مصرف زیاد پروتئین برای فعالیت های شدید عضلانی اعم از ورزش یا کارهای دستی و بدنی مورد لزوم است ... اخیرا ثابت شده که تعادل ازت را میتوان حفظ نمود و یک زندگانی پر از فعالیت را با اتکاء رژیم های غذایی که در آنها پروتئین حداکثر ۵۰ درصد مجموع کالریها را فراهم می سازد دنبال نمود (۱).

خواهشمند است مطالب فوق را ضمیمه جلد سوم (۲) بفرمائید آنجائیکه سخن از این بود: آیا کارگران با روزه شدن باعث رکود

۱- کتاب ۱۰۹۱ انتشارات دانشگاه صفحه ۱۰۶.

۲- صفحه ۸۵.

چرخ اقتصاد کشورند؟

البته توجه فرمودید که پس از کارهای خسته کننده مواد پروتئین دار ارزش عالی برای بدن دارد و عملاً نبی گرامی همینکه فهمیدند مهمانی به آبگوشت پاچه دارند همه را با خود بردند و بر این مطلب علمی صحه گذاشتند، بویژه این مسئله مهمتر است که مسلمانان مدینه که خرماهای زیادی در دسترس داشتند و میشه سعی بر بجا آوردن کارهای مستحب می کردند حتما هنگام خواب چند دانه خرما می خوردند (الان گفتیم قند خرما یا بطور کلی هیدروکربورها مانع از بین رفتن پروتئین بدن که در مدت گرسنگی بوجود می آید می شود).

خرما بعد از زایمان

با آنکه متجاوز از ده خبر و روایت اس تکه زائو را خرما بدهیم. از آنجا که در قرآن نیز اشاره ای شده به بحث مختصری می پردازم:

در سوره مریم است: و هزی الیک بجذع النخله تساقط علیک رطباً حنیاً: و مضمون قضیه مختصراً از اینقرار که سیده زنان جهان عصر خویش بانوی محترمه بزرگوار حضرت مریم آنروزی که از اهل خانه خویش کناری را بطرف مشرق برای عبادت انتخاب کرد (بیت المقدس را) آنگاه که از همه خویشاوندانش بکنج تنهائی پنهان گردید روح پروردگار (روح القدس که فرشته اعظم است) بر او بصورتی زیبا مجسم شد، مریم پاکیزه چون آن جوان را دید گفت من از تو بخدای رحمان پناه می برم اگر خیال بدی

درباره ام کنی روح القدس گفت من فرستاده خدای توام آمده ام تا بامر او ترا فرزندی بخشم بسیار پاک سیرت و پاکیزه. مریم گفت از کجا مرا پسری تواند بود و حال آنکه دست بشی بمن نریده است و من کار ناشایسته ای نکرده ام. فرستاده خدا از طرف خدا گفت البته اینکار خواهد شد و این پسر آیت بزرگ و عظیم الشان و رحمت واسعه ای خواهد گردید. مریم بار برداشت و برای اینکه از سرزنش قوم دور باشد بمکانی دور رفت و منزل گزید تا درد زائیدنش پیش آمد زیر شاخه درخت خرمائی رفت و از شدت حزن و اندوه با خود میگفت ای کاش مرده بودم و نامم از صفحه روزگار برافتاده بود که ناگاه روح القدس (یا فرزندش حضرت عیسی) ندا داد که ای مریم غمگین مباش که خدای از زیر قدمت چشمه آب جاری کرد و هزی الیک ... ای مریم شاخه درخت را حرکت ده تا از آن برای تو رطب تازه فرو ریزد و آنرا تناول کنی، پس از این رطبت تناول کن و از چشمه بنوش و ...

حتما به دستورات قرآن توجه فرمودید و سه مسئله ای را که مربوط به خرما طرح کرد با آنچه از خواص خرما گفتیم تطبیق نمودید:

۱ خرمای تازه و تازه از درخت جدا شده: که لازم بتوضیح نیست و در هر مورد تازه خوی اصلح است و قبلاً شرح داده ام و خبری نیست در ان باره است که خواهم گفت.

۲ بعد از زایمان و وضعی که باید جبران نقاهت زائو شود و به نوزاد نیز از آنچه از راه شیر سرایت می کند بهتینش برسد و چه زائوتی و چه نوزادی علیهما سلام الله و اگر جسارت نمی شود

چه غذای خوبی که لیاقت آنرا یافت تا ایندو بزرگوار میل فرمایند و با مختصر مطالعه مجددی از خواص خرما و توجه بمواد معدنی آن مخصوصاً آهن و ... خواهید داشت چرا باید بزائو خرما خوراند.

۳ نوشیدن آب باخرما: زائو هر چند زایمان کاملاً طبیعی انجام دهد خونریزی داشته، عرق بسیار می کند، از اینرو تا حدودی بدنش کم آب دژهدراته می شود و مهمتر از آن سوخت و ساز خرماست که بالطبع جاذب الرطوبه می باشد بعلاوه بزودی در بحث از اخبار وروایات خواهید خوانند که چگونه امام علیه السلام درباره خرما و آب بیان دیگری دارد.

خواص خرما

خرما میوه ای است شیرین، خوش طعم و خوش خوراک و در ردیف میوه ها سرشار از کلسیم و فسفر که هر دو برای بدن نهایت لزوم رادارند قرار گرفته اند.

خرما اثر داشتن ویتامین A را در نزد انسان و حیوان ظاهر کرده و نمو حیوان و رفع بعضی ناراحتیهای چشم انسان با خوردن خرما آشکار است.

آهن خرما چون زیاد است می توان با خوردن ۱۵ گرم روزانه رفع نیازمندی از جهت آهن نمود و کم خونی یا عوارض نبودن آهن را که در جلدهای قبل شمردم بدینوسیله برطرف نمود.

خرما از اینجهت که دارنده منیزیم است فوق العاده اهمیت دارد زیرا پرفسور دلبه Delbet و بسیاری دانشمندان عقیده

دارند که در موارد کمبود منیزیم زمینه برای ابتلا به سرطان آماده است خاصه آنکه این میوه در مناطقی مصرف می شود که آفتاب فراوان است (و بعضی تشعشعات آنرا سرطانزا دانسته اند).

طبق آمارهائی که گرفته شده در مناطقی که خرما بیشتر خورده می شود مورد ابتلای به سرطان کمتر است بویژه آنکه دخالت تمدن نیز در کشورها که بعضی آنرا عامل مؤثر ابتلاء به سرطان می شمارند تا حدودی تحت الشعاع اثر جلوگیری کننده خرماست. (این مطلب حتی از طرف مجله رسمی پزشکی آمریکا در اواخر سال ۱۹۶۳ منتشر گردید) منیزیم اثر مخصوصی در درمان جوش و غرور جوانی دارد از این رو جوانانیکه در سن بلوغند و در نقاط معتدل و سرد (غیر خرماخیز) باشند میتوانند روزانه ۲-۳ عدد خرما بخورند.

خرما در درمان فلج و لقوه مفید است و به مبتلایان فلج اطفال دادن روزانه چند خرما توصیه می شود خرما برای پیران مفید است زیرا مقوی سلسله اعصاب می باشد.

اخیرا مشاهده کرده اند که با کمبود منیزیم قند در ادرار پیدا می شود و وجود منیزیم برای کلیه ها و مثانه لازم شناخته شده که میتوان با خوردن ۲-۳ دانه روزانه رفع نیازمندی نمود.

مزه شیرین و خاصیت دفع خلط خرما زیاد است و میتوان شصت گرم آنرا در یک لیتر آب جوشاند و آنرا در مورد زکام و درد گلو و تمام عفونت های ریوی مصرف نمود.

از جمله چهار میوه ملینه که معروفیت دارند خرما و کشمش و نجیر و عناب میباشد.

خرما بعلت ارزش زیاد غذائی که دارد غذائی عالی برای

ورزشکاران بحساب م رود ادامه در خوردن چند دانه خرما روزانه بعقیده بعضی یبوست های مزمن را نیز برطرف می سازد.

اخیرا ماده ای بنام **Diostulen** دیوستولنس) در خرما کشف و استخراج نموده اند که میتوان آنرا کرتیزن گیاهی دانست و از این جهت آنرا کرتیزن گیاهی نام نهاده اند که کرتیزن انسانی در بدن بهترین داروی ضد حساسیت و الرژی محسوب شده و برای مبتلایان به بیماریهای رماتیسم و پوست و چشم و ... که در نتیجه حساسیت بوجود آمده داوی ارزنده ای است.

خرما نیز همین عمل را انجام می دهد و ریشه حساسیت را از تن بر می کند و در نتیجه کسیکه حساس نبود حلیم و بردبار است بعلاوه که در کلیه التهابات (پوستی داخلی گوشه و ...) میتوان خرما مصرف نمود.

اخیرا معلوم شده دادن فسفر باکرتیزن از بعضی عوارض ناشی از تجویز کرتیزن جلوگیری بعمل می آورد و حا آکه در خرما همراه با کرتیزن گیاهی فسفر باندازه کافی وجود دارد که گفته شد.

خرما برای سوء هاضمه مفید است.

تازه معلوم شده قدرت فند خرما بیشتر از قند خالص بوده و اگر دو دسته حیوان را در نظر بگیریم که یکدسته از قند خرما و دسته دیگر از قند خالص استفاده کرده اند رشد اولیها بیشتر خواهد بود.

قند موجود در خرما عبارت از: لوولوز گلوکز و ساکارز می باشد.

میدانیم منیزیم مغز در اشخاص پیر بتدیج کم می شود بهمین

علت برای جبران‌ش باید غذاهائی خورد که منیزیم دار است و این خرماست.

منیزیم برای حفظ پرستات ضروری بنظر می رسد.

فسفر فعالیت های فکری را زیاد می کند و گفته شد که خرما دارای مقداری فسفر است.

مبتلایان به دیابت (بیماری قند) میتوانند بجای قند از خرما استفاده نمایند زیرا منیزی موجود در آن کار کلیه و لوزالمعده را آسان و از طرفی ویتامین B₂ موجود در آن جاذب مواد قندی سایر غذاهاست.

وجود پتاسیم و منیزیم در خرما در تعادل یونهای بدن نقش مؤثری داشته و در شستشوی خون از مواد زئاد اثری شگرف دارد.

در آن قسمت که چرا باید با خرما افطار کرد خواص چندی از خرما را خواهم گفت که عنوانش چنین است: خرما از پرخوی جلوگیری می کند - بدن خرما را بعنوان غذای خوب می پذیرد خرما آزار نمی رساند خرما رساننده است نه برداشت کننده خرما خوردن تاسی بیک عادت دیرینه است خرما مانعی ایجاد نمی ند خرما کمک می نماید خرما سرشار از عناصر است خرماخوری زنده خوری است - خرما خوی تازه خوری است خرما با فقیر و غنی همنشین است مواد قندی خرما قابل توجه است خرما زود بداد گرسنگان می رسد خرما به هضم مواد غذایی دیگر هم کمک می کند خرما پاک کننده روده ها و دافع زهرهاست خرما مصلح اجسام ستونی است خرما اصلاح کننده مزاج خرما

جبران کننده از دست رفته هاست خرما مساعد با لوزالمعده خرما برای تقویت مردانگی و ... که همه را در چند برگ دیگر شرح خواهم داد.

خواص گوناگون دیگر خرما

از برگ خرما حصیر می بافند در قدیم بسیاری مساجد و اکثر خانه روستائیان با حصیر فرش می سد ولی امروز باین علت که در تابستان فرش خنک کننده ای است در بعضی نقاط بکار می رود از لیف خرما طناب می بافند که در یزد و بعضی نقاط دیگر بآن سازو گفته می شود.

صنایع دستی بسیار ظریفی از لیف خرما درست می کنند که بسیار زیباست و از جمله زنجیر ساعت، محل نشیمن صندلیها روی میزها و کلاه و ...

هسته خرما را آرد کرده و یا نیمکوب نموده به انعام شیرده می خوراند و از آنها شیر زیادی بدست می آورند و علت آنرا بواسطه فراوانی ویتامین E مخصوصا در قسمت ریسمان مانند موجود در شیار هسته میدانند که قرآن آنرا فتیل نامیده است (روم ندعوا کل اناس بامامهم فمن اوتی کتابه بیمینه فاولئک یقرؤن کتابهم و لا یظلمون فتیلا- سوره بنی اسرائیل روزیکه می خواهیم هر گروهی از مردم را به پیشوایان پس آنکه داده شد کتابش بدست راستش آنان می خوانند کتابشانرا و ستم نشوند باندازه فتیلی)

امروز از هسته خرما روغن بدست آورده و در صابونسازی

مورد استعمال دارد و اخیرا اعلام داشته اند که انسان میتواند از آن روغن مصرف نماید.

اعراب بادیه نشین که از آرد هسته خرما نان می خورند عمر طولانی می کنند زیرا هسته خرما دارای ویتامین های مفیدی است.

اگر بدرخت خرما شکافی داده شود شیره ای که از آن خارج می شود دارای مقدار زیادی مواد قندی معطر است که در بلوچستان به آن لاکمی گویند و بیشتر در ساختن مشروبات بکار می رود.

از تقطیر گل خرما آب مقطری بدست می آید که گلاب خوبی است و در خوزستان آنرا عرق لگاح گویند و برای تقویت باه مفید بوده و مقوی و مفرح است.

از خرما، خبیص درست می کنند که شرحش داده شد و حلواه و غذاهای دیگر.

سرکه خرما و شراب و الکلش معمول است و سرکه آن از سرکه انگور ترش تر است.

تهیه مشروبات الکلی از خرما معمول گردیده است.

با خرما انواع و اقسام شیرینیجات و شکلات و بیسکویت ساخته می شود که در عراق فراوان است و در جنوب ایران شیرینی خوشمزه ای بنام رنگینک از خرما تهیه می نمایند.

البته فراموش نکرده آید آنجا که گفته شد چرا در آیه نامی از رطب و تمر و عنب برده نشده و بجای خرما و انگور از درخت آنها نخیل و اعناب اسامی آورده و به ثمرات و میوه ها

(جمع) آنها اشاره گردیده و در اینجا یک علتش را دانستید اینست که از ساق و برگ و هسته درخت خرما هم میتوان مواد شیرین و سکرآور و ... بدست آورد، آری کتاب آسمانی باید چنین باشد که حتی به ریزه کاریهای علمی موضوع نیز توجه فرماید.

بعلاوه این توجه را نیز لابد فرمودید: شیر انعام تقریباً همه یکرنگ و دارنده عناصری مشابه و از لحاظ مقدار نزدیک بیکدیگرند. عسل ها از این لحاظ که الوان گوناگون دارند قرآن به آن اشاره کرده و باز نام زنبور را آورده در صورتیکه بجای نام عسل، کلمه شراب را ذکر فرموده همانگونه که چون خرما دارای انواع و اقسام (در ایران حدود صد رقم) می باشد پروردگار نام درخت خرما را آورده و نه خرما را. هم زنبور عسل در حقیقت زنبور و نوعی از حشرات است که میتواند الوان عسلها را بدهد و هم درخت خرما، واقعا درختها مشابهند و میتوانند اقسام خرما را تهیه نمایند و این خود از معجزات قرآن است که انعام و شیر (هر دو طرف) را نامبرده اما زنبور و درخت خرما و انگور آورده شده بدون آنکه از محصولات متفاویشان نامی ذکر فرماید.

چرا افطار با خرما باشد

در جلد سوم که مربوط به روزه بود به زیان آنچه امروز معمول شده اشاره گردید در باره نقل شیرینی جهت افطار که بین دو نماز به مؤمنین داده می شود در صورتیکه شایسته است

بدستور نبی گرامی افطار با کشمش یا شیر یا آب یا ... و در درجه اول با خرما بوده باشد.

چرا افطار با خرما باشد؟

از پرخوری جلوگیری می نماید: بین عوام گفتگو چنین است که روزه گیران نمی خورند و در عوض چون به افطار نشینند تلافی کرده به پرخوری می پردازند! متأسفانه این سخن دور از هر گونه شایستگی است زیرا کسیکه به آیه کتب علیکم الصیام کما، .. ایمان و توجه دارد و روزه گیر است به آیه کلوا و اشربوا و لا تسرفوا... نیز مؤمن می باشد و پرخوری نمی کند با وجود این انتخاب خرما یا کشمش برای افطار به این علت که قند هگزوز (دکستروز گلوکز E) و فروکتوز (لولز) دارند و جذب آنها سریع است (قبلاً شرح داده شد) سبب کاهش اشتها شده از پر خوردن و ناگهان خوردن که بیشتر ایجاد آمباراگاستریت می نماید جلوگیری می نماید.

بدن خرما را بعنوان غذای خوب می پذیرد: ویرخوکارا دیده بود وقتی به بیمارانش غذای پخته می دهد پدیده شگفتی در آنان بوجود می آید، تورم خفیف مجاری گوارشی و زیاد شدن گلبولهای سفید، فعل و انفعال فوق در بدن این معنی را می رساند که بدن در برابر غذای پخته همان عمل را انجام می دهد که هنگام دفاع در برابر متجاسرین (علائم آن ازدیاد گلبولهای سفید است و تورم ناحیه مربوطه) در صورتیکه با شروع در خوردن از غذای خام چنین عکس العملی دیده نمی شود و بدن آنرا بخوبی می پذیرد و خوردن خرما این

فایده را دارد و شگفت آنکه در قرآن نیز به عناصر خام و از جمله خرما اشاره گردیده و آنرا برای خوردن انسان و حیوان دانسته و نام انسان را مقدم بر حیوان آورده است «فانبتنا فیها حبا و عبا و قضبا و زیتونا و نخلا و حدائق غلبا و فاکهه و ابا متاعالکم و لانعامکم سوره عبس» البته توجه فرمودید که قرآن این خام خوری را برای انسان و حیوان، هر دو متذکر است و این از اعجاز است که ۱۵ قرن قبل چنین مطلبی آورده شود تا جائیکه ما بتوانیم بگوئیم خام خوری در دستگاه گوارش انعام همان عمل را می نماید که در معده و روده انسان.

خرما آزار نمی رساند: اگر بدن را بحساب ماشین منظور بدایم برای هضم و جذب مواد خاک کمتر کار انجام می دهد لذا خستگی کمتر ایجاد می نماید.

خرما رساننده است نه برداشت کننده: قبلا برای هضم و جذب بسیاری از مواد اشاره شد که یا باید مواد کافی یا ویتامین ث از بدن برداشت شود در صورتیکه خرما هر چیز مورد لزوم را با خود دارد و از بدن برداشتی نمی کند.

خرما خوردن تاسی بیک عادت دیرینه است: پیدایش آتش فقط سابقه چهارصد هزار ساله دارد و استفاده انسانی از آتش را نتوانسته اند از سی هزار سال بالا ببرند در صورتیکه وجود آدمی بر روی زمین طبق پیدایش فسیل استخوانی به بیست میلیون سال می رسد یعنی آدمی بیست میلیون سال عادت به خام خوری داشته و سی هزار سال می باشد به پخته خوری پرداخته است.

خرما مانعی ایجاد نمی کند: غذاهای پخته ترشی

بدن را زیاد می کنند و در نتیجه ذخیره مواد قلیائی بدن (مثلاً کلسیم) کم می شود و به استخوانها و اعصاب و دندان ضرر می رسد.

خرما کمک می نماید: غذای پخته که ایجاد ترشی در بدن می نماید مانع عمل ویتامین A می گردد در صورتیکه خرما ایجاد ترشی نکرده و خود سرشار از ویتامین A است.

خرما سرشار از عناصر است: فرض آنکه مواد اولیه غذائی که پخته می شود سرشار از عناصر مورد لزوم باشد ولی ویتامین های ب و ث در برابر حرارت و هوا تجزیه از بینم روند و با خوردن خرما چنین وضعی پیش نخواهد آمد.

خرماخوری زنده خوری است: قبلاً شرح داده ام که سلولهای زنده بدن نیازمند بمصرف رساندن سلولهای زنده و عناصر تازه غذایی است و در خرما چنین شرائطی موجود است و خرما و کشمش هر چه کهنه شود در صورتیکه ترش و فاسد نگردند اسید الکلهایشان به قند تبدیل می گردد.

خرماخوری تازه خوری است: گفتم، شاید یک حکمت اینکه اسلام احتکار بعضی مواد خوراکی را ممنوع داشته باشد که در اثر ماندن، بتدریج عناصر مفید مخصوصاً ویتامین هایش را از دست می دهد در صورتیکه خرما برای همیشه تازه و سرشار از عناصر خود باقی می ماند.

خرما با فقیر و غنی همنشین است: تهیه خرما آن هم چند دانه برای همه از ثروتمند و بینوا و غیره میسر و آسان است.

مواد قندی خرما قابل توجه است: چون در

محاسبه ضریب تنفسی برای تعیین میزان سوخت و ساز مواد قندی و چربیها به تغییرات حاله بنگریم می بینیم اندک زمانی پس از صرف غذا تقریباً کلیه غذای متابولیزه شده منحصر به هیدراتهای کربن است و این تقریباً عملی است که بدن انجام می دهد. بااستثنای مواد بیاض البیضی اضافی، رژیم غذایی و ۳۰ گرم پروتئین که روزانه بناچار تجزیه می شود تا زمانیکه مواد قندی و چربیها در دسترس قرار دارند تقریباً بطور کلی همین مواد بمصرف ایجاد انرژی می رسند.

خرما دفاع بدن را بالا می برد: تازه دانسته اند بین سوخت و ساز گلوکز و ترکیب اسیدهای چرب و تری گلیسرید یا چربی خنثی ارتباط نزدیکی وجود دارد و از آنجا که گلوکز بوسیله اغلب بافتها بدون حضور انسولین در بافت ها قابل استفاده نیست از اینرو چاقی آن زمان که غلظت انسولین در بافت ها کافی نیست غیر ممکن است بنابراین مصرف زیاغذ غذای کاربوهدرات (قندی نشاسته ای) تأثیر فوق العاده ای در تبدیل جریان متابولیسم گلوکز به لیپوژنز دارد در صورتیکه مصرف کم کاربوهدرات جمع شدن چربی را در بدن بحداقل ممکن می رساند.

البته افطار با چند دانه خرما یا کشمش شروع شدن بدن را در برابر گرسنگی قندی که پس از هر روزه ایجاد می شود مسلح مهیا ساخته هم انرژی لازم را ببدن می رساند و هم مانع تجمع چربی می گردد و از آنجا که سه چیز دفاع بدن را کم می کند: نارسائی کبد چربی زیاد زیر پوست و بی حرکتی لهذا خرما که هم مانع تجمع چربی می گردد و هم دارای عناصر مفیدی برای

کبد است دفاع بدن را بالا می برد.

بعلاوه پرخوریهای قبلی چه در چربی چه مواد بیاض البیضی چه قندی نشاسته که سبب ذخیره چربی گردیده بعلت اینکه هیدراتهای کربن زودتر از همه می سوزند خوردن خرما یک کیفیت مخصوص در حظ مواد بیاض البیضی بدن است زیرا خود را می رساند و نمی گذارد پروتئین ها تبدیل شوند.

خرما هضم و جذب را آسان می کند: بعلت داشتن مواد کافی ضروری و عناصر کاتالیزوری.

خرما زود بداد گرسنگان می رسد: چون دارای گلوکز و هضم سریع است و چون ویتامین ث و فسفر که برای جذب مواد قندی در محیط روده لازم است خرما با خود می آورد.

خرما به هضم مواد غذائی دیگر هم کمک می کند: مواد سفیده ای باندازه ای برای بدن ضروری است که رشد و نمو و نگهداری بدن تأمین گردد و این مقدار البومین حداقل لازم است و این حداقل بچند عامل بستگی دارد که یکی از آنها بستگی بمواد غذائی دیگری دارد که انسان با آن خواهد خورد، چنانچه هیدرات دو کربن این حداقل را پائین و چربیها را بالا می برد و در نتیجه خرما سرشار از هیدرات دو کربن سبب می شود اگر مواد بیاض البیضی خورده شود بدن بهتر از آن استفاده نماید.

خرما پاک کننده روده ها و دافع زهرهاست: تاکنون عقیده داشتند مواد سلولزی قابل جذب بدن نیست اما امروز می گویند در محیط روده ها باکتریهای یافت می شود که

سلولزها را هم حل می کند لذا مقداری از مواد سلولز بوسیله روده ها جذب می شود و قسمت دیگر که قابل جذب نیست دو فایده دارد: یکی که مدفوع را از حالت آبکی در می آورد و با حجم خود روده ها را پاک می کند، دیگر آنکه مقدار زیادی از زهرهای روده ها را جذب و با خود بخارج دفع می نماید. (این قسمت است که میتوان خرما را بعلت دفع سموم رزق حسن نامید).

خرما مصلح اجسام ستونی است: پس از گرسنگی های طولانی بویژه اگر گرسنگی قندی باشد اجسام ستونی بدن بالا می رود که برای بدن سمی است و می دانیم که چربیها مولد اساسی ومهم اجسام مذکورند و این اجسام مسموم کننده فقط در برابر هیدراتهای کربن می سوزند و به آب و اسید کاربوئیک تبدیل می شوند از اینرو همین دو سه عدد خرماي وسط نماز تا فاصله افطار کامل بعدی تا حدودی دافع سم هاست.

اسیدهای موجود در خرما (و سایر میوه جات) با فلزات ترکیب نشده که املاحی درست نمایند بلکه اثرات خاص سودمندی دارند که از آن جمله است: اگر اجسام ستونی درخون بالا رود خوردن آنها بخصوص آنکه اسید سیتریک دارد نافع است.

خرما اصلاح کننده مزاج: پنج درصد میوه جات بطور تقریب سلولز اس تو بهمین علت طبیعی ترین و بهترین ملین ها بوده و از بیوست جلوگیری می نماید.

خرما جبران کننده از دست رفته هاست: نه اینست که هنگام تهیه افطاری اگر پخته باشد تمام فرمانها در حرارت ۶۰ درجه از بین می رود در عوض خرما مقداری فرمان مشابه

دیاستازهای مترشحه بدن را به همراه آورده حل و هضم را آسان تر می سازد.

خرما مساعد با لوزالمعده: در اغلب ریشه ها (پیاز پیازچه سیر (موسیر سیب زمینی هویج تره فرنگی شلغم ترب و خرما انسولین گیاهی وجود دارد و در اینصورت برای سوزاندن مواد، خرما کمکی برای لوزالمعده است.

خرما برای تقویت مردانگی: در ترشحات غدد جنسی زنان فلیکولین فراوانی وجود دارد و در مردان بمقدار ناچیز که تقویت کننده ترشحات مردانگی است از آنجا که خرما دارنده کمی فلیکولین است میتواند از این لحاظ نیز جبران ضعف روزه را بنماید.

اثر فوق العاده خرما در افکار: هیدروکبرورها مانع از بین رفتن پروتئین بدن که در مدت گرسنگی بوجود می آید، می شود (۱). خوب دقت فرمائید، یاد آن پیشوائی که گفته بود کارگران روزه نگیرند که مانع رکود اقتصاد کشور می شوند. بخیر! خوب بود به همین یک مطلب علمی توجه فرموده باشند که پروتئین های گرسنگی کشیدگان با خوردن قند طبیعی خرما چگونه محفوظ می ماند! (قبلاً نیز اشاره شد).

خرما و سخن نبی گرامی: برودی در همین جلد خواهید خواند که چگونه نبی گرامی به انرژی زائی و کالری دهندگی خرما اشاره فرموده اند.

تذکر ارزنده: بار دیگر بکسانیکه هنگام افطار به نماز گزاران شیرینی های مصنوعی (نقل و ...) می دهند تذکر می دهیم این عمل شما بزیان مردمیاست که بخانه خدا پناه آورده و باعتماد شما و دیگر برادران دنی خود هر چه را باو عرضه بدارند با اطمینان کامل می خورد. (چنانچه مریض خود را تسلیم طیب می کند و هر چه باو بدهد حتی زهر بدون درنگ و با میل می خورد) زیان حاصله را در جلد سوم که مربوط به فلسفه روزه است نوشته و شرح داده ام و اینجا فقط می گویم قندهای مصنوعی که در برابر حرارتها و آهک و عناصر دیگر عاری از مواد مفید شده اند هنگام هضم و جذب مجبورند از عناصر مفید بدن برداشت کرده بکار هضم و جذب ببرند و در نتیجه تعارف افطاری شما تنها یک ضررش برداشت عناصر مفید بدن برادر دینی بوسیله عمل بظاهر خداپسندانه و درحقیقت و باطن خصمانه شماست!

خرما در کتب پزشکی قدیم

تمر: بفارسی خرما نامند از ابتدای تکون تا انتها هفت مرتبه می باشد (۱) طلع که ولیع نیز گویند (۲) بلح (۳) خلال (۴) بسر (۵) قسب (۶) رطب (۷) تمر.

۱ طلع: شکوفه درخت خرماست که بعد از شکفتن خرما از غلاف آن حاصل می شود مانند آرد و دقیق النخل نامند و بدون پاشیدن آن بر ثمر نخیل بار نمی بندد. در اول سرد و دوم خشک و قابض طبع و مسکن حرارت خون و مقوی معده و خشک آن بقدر نیم وقیه رافع اسهال و جهت تشنگی و تبهای حار و نفث الدم و نرف

الدم نافع و دیر هضم و اکتار آن مولد قولنج و عسر بول و درد سینه و مصلح مطبوع آن روغن کنجد و خام آن را مصلح چربیها و شیرینی هاست و آرد آن با حرارت لطیفه و بغابت محرک باه است.

۲ بلح: به حاء مهلمه ثمر درخت خرماست که سبزه بوده زرد مائل بشیرینی نشده باشد و غوره خرما نیز نامند و داخل اکثر طیوب می کنند در اول دوم سرد در آخر آن خشک و با عطریه و قابض و مقوی معده و جگر و قاطع قی صفراوی و اسهال مزمن و ادرار بول و سیلان زخم و خون بواسیر و مقوی لثه و ضماد آن ملصق جراحات تازه و مقوی عصب مسترخی و خوشبوکننده و مداومت اکل آن قاطع جذام و مضر شش و سینه و مولد خلط غلیظ و مولد ریاح و مصلحش عسل و شربت خشخاش و بنفشه مربا و قدر شربتش دو درهم و جزو اعظم سک رامک است و چون آب آنرا با آب غوره بجوشانند تا غلیظ شود و در چشم کشنده جهت قطع دمعه و جرب و سلاق مجرب است.

۳ خلال: غوه خرماست که از حد بلح گذشته باشد.

۴ بسر: غوره خرماست که زرد و مایل بشیرینی شده باشد. خرما هر چند شیرین تر شود گرمتر میگردد و در اول گرم و در دوم خشک و قابض و مقوی معده و حرارت غریزی و جهت رفع بواسیر و نفث الدم و خائیدن آن جهت تقویت لثه نافع مسدود و دیر هضم و مولد خلط خام و نفخ و مصلحش سکنجبین و انار ترش شیرین و مضر سینه و شش و مصلحش خشخاش است و رب بسر در مزاج مثل آن و جهت قی و اسهال و ضعف معده نافع و نبیذ آن مسکر و قابض و مقوی معده و امعاست.

۵ قسب: اسم حجازی خرمای خشک که بکمال نرسیده باشد گر و خشک و مسکن تشنگی بلغمی و قاطع اهل رطوبی و محلل مواد سینه و دیر هضم و قلیل العذا و مصلحش گردکان بوداده است.

۶ رطب: خرمای تازه است و نسبت آن بخرما مثل نسبت میوه های تازه است بخشک آن و مداومت آن با بادام بغایت مسمن و محرک باه و مقوی کرده و کمر است و سایر خواص در تمر ذکر می شود.

۷ تمر: تمر در دوم گرم و در اول خشک و بعضی در اول تر دانسته اند منتهی مبرودین و موافق سینه و شش و کثیر العذا و مولد خون متین و مقوی کرده لاغر شده و ملین مفاصل و جهت فالج و اعیا و درد و رک و امراض بارده و لیغمیه و درد کمر و طبیخ آن با حلبه جهت تب بلغمی و حصاه مجرب و مولد سودی و سده جگر و سپرز و محرق خون و معفن اخلاط و مصدع و مورث قلاع و رمده و درد دندان و مصلحش روغنها و خشخاش و بادام و سکنجبین و آب انار و محرور را اجتناب اولی و در بلدی که خرما حاصل نشود اهل آن بلد باید بسیار تقلیل نمایند و دانه خرما حاصل نشود اهل آن بلد باید بسیار تقلیل نمایند و دانه خرما مرکب القوی و قابض و مسحوق آن جهت اسهال و ذرور سوخته آن جهت رویانیدن مژه و قروح حبشیه و الصاق جراحت تازه و قرحه چشم و سبل و جرب و حدت نافع است و چون تمر را در شیر تازه خیسانده تناول نمایند و از عقب شیر بنوشند در تقویت باه بیهیله دانسته اند.

ص: ۸۹

کتاب انگور

اشاره

تاریخچه انگور

از چه زمانی بشر انگور را شناخت؟ استفاده اولیه انسان از تاک تاریخش چیست؟ مانند بسیاری از مسائل دیگر در تاریکی های تاریخ فرو می رود ولی نام تاک در طول تاریخ همه جا همراه با نام انسان است یعنی اگر قدیمیترین برگ شناسایی آدمی بدست آید و از خوراکی نامی برده باش آن نام به یقین تاک است نامی توام با ستایش در کشور یونان و همراه با اهمیت و احترام در مملکت روم حتی طبق روایتی که افسانه ای بیش نیست گفته شده پس از طوفان نوح کشتی به سیسیل رسید حضرت نوح بز نری را در باطلاحی پر از گل و لای رها کرد، بز با جست و خیز و گام برداریهای مخصوص خودش رفت و رفت تا بیک نبت وحشی رسید از آن زیاد بخورد و در حالیکه مست بود برگشت.

در ایتالیا، الجزایر و شامپانی آثار درخت تاک مربوط به دورانهای سوم و چهارم زمین شناسی دیده شده است. کاشتن آن نزد مصریان و یونانیان از بسیار قدیم معمول بوده و سابقه پنج الی شش هزار ساله شناخته شده از مصر است.

در نوشتجات هومر Homere نام شراب انگور در ردیف خوراکیهای معمولی آورده شده، کالیپسو Calypso به اوبیس

Ubyse سه چیز می دهد که برای زندگی لازم است نان و لباس و شراب. بچه ها با مسرت شراب دریافت می داشتند و شهری از یونان را یونان شراب (اووس Oivos) نامگذاری کرده بودند.

فنیقی ها انگور رابه مارسیل و از آنجا به کشور گل (فرانسه) آوردند.

در ایران سابقه استفاده از انگور را تا بزمان جمشید جم می کشانند.

در کتب هندیها و چینیهها از انگور نامبرده شده و سی سال قبل از تولد مسیح به آن آشنا بوده اند.

انگور از اول در آسیا بشکل نبات وحشی میروئیده است.

نقش و نگارهائی مربوط به چیدن انگور در مقابر قراعنه مصر یافته اند قرآن از زمان یوسف نبی به انگوری اشاره می فرماید که مرد هم زندانی یوسف خواب دید برای فرعون انگور میفشارد و از آن زمان خوراک اعیانی بوده است.

سابقه انگور را در کشور یونان اینگونه میدانند که توسط یهود ابتدا به یونان و سپس به ایتالیا برده شد.

اصطلاحات درمانی و پزشکی انگور شناخته شده و همراه است با عناوین مشخص پزشکی که در قدیم مرسوم بوده است.

از آنزمان به تفصیل از خاصیت اشتها آور شیر انگور (۱) صحبت شده و تاریخ طبیعی قرن دوازده مسیحی از حرارت بخشی انگور سیاه و خوشمزگی انگور سفید مطالبی دارد. همینطور به

۱- مقصود از شیر انگور دست افشار انگور است.

خواص کشمش بعدها اشاره شده است.

Dioscoride (بقراط) و گالن به استعمال شیره انگور در التهابات قسمت‌های دستگاه گوارش اشاره کرده و در موارد درمانی چندی آنرا تجویز کرده اند بخصوص در ابتلاء به ضعف های عضلانی و استخوانی.

خواص انگور بر حسب آنکه دارنده فلان عنصر مشخصی است و لهذا برای بیماری مخصوصی باید تجویز گردد یا مثلا بر روی کلیه و کبد و ... اثر نیکوئی مینماید یا در رژیم های مختلفی بکار می رود، در طول زمان بتدریج معلوم و بررسی گردیده و در سالهای بخصوصی شناخت شده و حتی نام دانشمندی که برای اولین مرتبه بوجود هر یک از عناصر موجود در انگور یا بیکی از خواص آن پی برده در کتابها آورده شده (۱) که از نوشتن آنها برای جلوگیری از اطناب خودداری می گردد فقط ذکر این جمله واجب است که: کتابهای طبی پزشکان اسلامی ایران و مصر و سوریه و عراق و اسپانیا و ...، پر است از مطالب مذاکور با ذکر این تأسف که امروز کسی به بررسی در آنها نمی پردازد و همه توجه بسوی غرب است.

نویسنده در هر جلد بقسمی از مطالب پزشکان اسلامی اشاره کرده و ملاحظه فرمودید در جلد‌های ۵ و ۶ که راجع به غسل و شیر بود از چند پزشک اسلامی مطالبی آوردم ولی بررسی بیشتر و توجه دقیقتر در این باره بیاری خدای در جلد مربوطه (درمانشناسی و اسلام) بعمل خواهد آمد.

ترکیبات فیزیکی و شیمیکی انگور

بررسی های قابل توجهی برای تعیین ترکیبات انگور بعمل آمده که بیشتر آن در قرن اخیر صورت گرفته و علت توجه بیشتر بانگور را شاید بتوان در دو قسمت خلاصه کرد یکی در دسترس بودن انگور و فراوانی آن در کشورهای متمدنی و ممالکی که آزمایشگاههای مجهزی بدین منظور در اختیار داشته اند و چون میوه مورد بحث و کشورهای مذکور دغلب با آب و هوای انگور خیز مدیترانه چندان فاصله ای نداشته اند یعنی آزمایشگاه و ماده مورد بررسی در جواب یکدیگر بوده اند بهتر مورد بررسی عملی قرار گرفته است دیگر بعلت خواص فوق العاده و قابل توجه غذایی و درمانی انگور می باشد که توجه آزمایشگاهها را بسوی خود جلب مینموده است.

اینکه به ذکر ترکیب قسمت های مختلف انگور می پردازیم.

خوشه انگور که از دانه های انگور و دم دانه انگور تشکیل یافته است.

دم انگور: یا پایه انگور هک بیشتر یا کمتر چوبی می شود (و بعضی علت بیشتر چوبی شدن یا کمتر، را متناسب با نظم و ترتیب آب دادن و تغذیه تشکیل تاک می دانند) سه تا ۷ درصد وزن مجموع خوشه را تشکیل می دهد.

دانه انگور: تنها قسمت خوردنی اس تکه با پوست دانه احاطه شده و شامل سه قسمت می باشد: پوست هسته ها گوشت میوه.

پوست انگور: ده درصد مجموع وزن دانه انگور است و از یک عده سلولهای مسطح درست شده، ترکیباتش تقریباً بقرار زیر است:

آب ۷۸-۸۰ درصد

بی تارتارات سدیم ۲/۰-۳/۰ درصد

اسید ارگانیک ۱ درصد

تانن ۱-۲ درصد

مواد از ته ۱/۵-۲ درصد

مواد کانی ۱/۵-۲ درصد.

کراسو Crasso مواد کانی آنرا بقرار زیر دانسته است: پوست انگور قرمز (درصد) پوست انگور سفید

(درصد) پتاس ۴۱/۶۵ ۴۶/۸۸

سود ۲/۱۳ ۱/۶۲

کلسیم ۲۰/۳۲ ۲۱/۷۳

مانیزی ۶/۰۲ ۴/۴۵

اکسید دوفر (آهن) ۲/۱۱ ۱/۹۷

اکسید دومنگنز ۰/۷۶ ۰/۵۱

اسیدسولفوریک ۳/۴۸ ۳/۸۸

کلر ۰/۵۰ ۰/۷۱

اسیدفسفریک ۱۹/۵۷ ۱۵/۶۸.

توجه شما ره بفرزونی قابل توجه آهن و منگنز و اسید فسفریک انگور قرمز نسبت بانگور سفید جلب می نمایم زیرا بزودی راجع به نظر اسلام در این باره با شما سخنی دارم.

ص: ۹۵

هسته ها: کهعضو تولید مثل نباتند و برای خود زندگی مستقلی دارند و وقتی انگور رسیده باشد وزن ترکیباتش چنین است (درصد)

آب ۴۰-۳۶

عناصر چربی ۱۰-۱۲

تانن ۷-۸

مواد ازته ۵

اسید ولاتیل (Volatile) (فرار) ۱

عناصر قندی نشاسته ای ۳۶-۳۴

مواد کانی ۱-۲

عناصر کانی آنها هستند: (درصد)

پتاس ۲۹/۴-۲۷/۸

کلسیم ۳۲/۵-۳۲

مانیزی ۸/۵

اکسید دوفر ۴/۰-۳/۰

اسیدسولفوریک ۲/۶-۲/۴

کلر ۴/۰-۳/۰

سیلیس ۱-۳/۱

اسیدفسفریک ۲۷-۲۱.

از لحاظ ترکیب عمومی هسته های انگور سفید خیلی فقیرتر از هسته انگورهای قرمزند.

گوشت انگور: قسمت قابل توجه انگور را تشکیل

می دهد. زیرا هر چه طعم شیرینی و قسمت گواری انگور است در این قسمت نهفته می باشد.

آن قسمت از گوشت انگور که بصورت ژلاتین است و در دست له و خرد نمی شود جدارهای نازکی است که شهد و شیرینی انگور را در بر دارند.

نسج سلولی قسمت گوشتی انگور از لحاظ وزن ناچیز بوده و ۳/۰ الی ۵/۰ درصد وزن انگور را تشکیل می دهد وقتی انگور بخوبی رسیده باشد قسمت مرود بحث را چنین ترکیباتی است:

آب ۷۰-۸۰ درصد

شیرینی ۱۰-۲۵ درصد

مواد محلول (اسیدهای آزاد و مرکب عناصر معدنی مواد ازته و مواد پکتیک)

(۱) مواد ازته که بدو حالت در انگور وجود دارند: در حالت آمونیکال و حالت ارگانیک. که تشکیل شده بوسیله آمونیاک و اسیدهای آمیده و آمینه

(۲) مواد معدنی بدست آمده بقرار زیر است:

فسفات دوپتاس ۲-۷۵۰/۰

فسفات دوشو ۲۰۰/۰-۱۰۰/۰

فسفات دومیزی ۱۸۰/۰-۱۰۰/۰

اکسید آهن ۰۲۵/۰-۰۰۵/۰

اکسید منگنز ۰۰۸/۰-۰۰۱۸/۰

سیلیس ۰۷۷/۰-۰۵۲/۰

البته توجه به فراوانی پتاسیم قسمت گوشتدار انگور فرماید که تقریباً پنجاه درصد مواد کانی را تشکیل می دهد.

(۳) اسید تارتریک، مالیک، سیتریک، ملحق به اسید فسفریک، فسفاتهای معدنی و آلی. به اسید کربنیک، کربناتها. به اسید سولفوریک، سولفاتها. به اسید کلریدریک کلورها و ۳۰/۰ تا ۴۵/۰ درصد ترکیب قسمت گوشتدار انگور را تشکیل می دهند.

(۴) شیرینی ها انگور که باشکال: گلوکز، لولز، مانیت و دوسیت Ducite در آن وجود دارد. مقدار آنها بستگی به نژاد گیاه و محل پرورش آن داشته و متفاوت است و در حداقل ۸ درصد و در انگور طبیعی و خوب رسیده ۲۴-۲۵ درصد.

در آزمون انگور خوب رسیده است که شیرینی شهدش مرکب باشد از مخلوطی گلوکز و لولز بمقدار مساوی.

شیرینی در تمام قسمت‌های گوشتار یکنواخت توزیع نشده و بر حسب بررسی هائی که بعمل آمده می توان آنرا به سه بخش تقسیم نمود:

(الف) ناحیه محیطی، مجاور پوست شامل ۶/۱۹ درصد شیرینی است.

(ب) منطقه مرکزی نزدیک هسته ها که ۱۶ درصد شیرینی دارد

(ج) قسمت بین دو ناحیه مذکور که اهمیت داشته و اتصال

دهنده ناحیه محیطی و منطقه مرکزی است و ۶/۱۷ درصد شیرینی را دارد.

(۵) عناصر پکتیک با توجه به اینکه پکتین حاصل می شود از هیدرولیز الکل متیلیک، گالاکتوز و یک اسید و یک دیاستاز، پکتازی که عمل انعقادی دارد در حضور املاح کلسیم و بشکل بازهای ژله و مرباهای انگور خودنمایی می نماید.

(۶) آرماند گوتیه **Armand Gauthier** و پ بورس **P.Bourcet** در قسمت گوشتدار انگور یافته اند، یدوارسینیک ید باندازه دوصدم میلی گرم در یک کیلو گرم ماده تازه اما مرکب با عناصر البومینوئیدی، و بنابر عقاید دانشمندانی چند این یدی است بسیار فعالتر از یدهای متالوئیدیک (فلزی) ارسینیک یافت می شود تراس (بسیار ناچیز) اما در موارد درمانی که نیازی به ارسینیک مختصری باشد میتوان از همین ارسینیک انگور استفاده کرد.

۷ آب که در تمام قسمت انگور پخش و منتشر است و ۷۰-۸۰ درصد وزن مجموع دانه را تشکیل می دهد.

برای بیشتر روشن شدن مطلب ترکیبات قسمت های مختلفه یکنوع انگور سیاه (**Pineau Noir**) را بر حسب ارقامی که ژیراردولینده داده اند ذکر می نمایم **Giracdet Lindet** و اینک ترکیب شیمیک پوست:

آب ۳۴/۶۳

تانن ۱۶/۱

کرم تارتیر ۹۲/۰

اسیدهای آزاد ۳۶/۰

خشبی ۲۳/۳۲

ص: ۹۹

عناصر معدنی ۰۹/۲

ترکیب شیمیکی هسته ها: آب ۴۵/۳۰

روغن ۶۹/۷

اسید فردار ۷۶/۰

تلت ۵۰/۳

مواد صمغی ۶۰/۲

خشبی ۱۹/۵۳

مواد معدنی ۸۱/۱

ترکیب شیمیایی قسمت گوشتدار:

آب ۹۲/۷۲

شیرینی قابل تخمیر ۵۱/۲۳

اسید تارتریک آزاد ۲۹/۰

اسید مالیک و ... ۲۹/۰

مواد ازته ۳۸/۰

مواد اندازه گرفته نشده ۸۰/۱

مواد معدنی ۱۵/۰

خشبی غیر قابل حل ۴۳/۰

ترکیب شیمیایی انگور همیشه ثابت نبوده و بستگی به زمین و آب و نژاد گیاه و منطقه و رسیدگی انگور دارد.

چرا اینقدر مفصل

با آنکه از آوردن بعضی مطالب خودداری می شود باز ممکن است گفته شود: اینقدر طول و تفصیل از انگور نه با مطالب مذهبی ارتباطی دارد نه با آنچه از نام کتاب معلوم می گردد نسبتی خواهد داشت! فقط ممکن است اگر باختصار برگزار گردد عده ای بگویند چرا از ذکر دانستنیها امساک می شود!

بعضی نیز دوست دارند که بر معلومات عمومیشان نسبت به خوراکیها افزوده شود.

دسته ای از اینکه برای اولین بار مطالبی به تفصیل پیرامون اغذیه نوشته می شود خوشحال باشند. اما خودم مقصود دیگری هم دارم:

ممکن است کابم را متخصصین امور غذائی بخوانند یعنی کسانی که همین طول و تفصیل برایشان ناچیز باشد یا کسانی بخوانند که در معارف اسلامی دانه و فوق العاده اند و قسمت های اسلامی کتاب بنظرشان بسیار مختصر برسد.

چه آن متخصص بخواند یا این دانشمند بالاخره هر کس بر یک قسمت از دو بخش مذکور مسلط باشد میتواند از نهاد قسمت دیگر مسائل علمی یا اعجاز شگفت انگیز اسلامی بدست آورد.

ویتامین های انگور

فشرده انگور تازه محتوز سه ویتامین محلول در آب است:

۱ ویتامین C که در بعضی انگورهای تازه ۹۵ میلی گرم در هر کیلو وجود دارد ولی تا ۳۸ میلی نیز دیده می شود. ویتامین C انگور نسبت به نارنج ۴۸۰-۵۶۰ میلی گرم در هر کیلو دارد و شیره نارنج (همه جا مقصود از شیره دست افشار آنهاست) ۳۵۰-۴۴۰ میلی در مرتبه پنجم نارنج و چهارم شیره اش قرار دارد.

اگر انگور را بفشاریم و پوست و هسته هایش را جدا کنیم قدرت ویتامین C آن کاهش می یابد یعنی اگر ۹۵ میلی در کیلوست می شود ۵۰ و اگر ۳۸ است دیده می شود به ۲۵-۲۰ و حتی ۱۵ میلی گرم در کیلو رسیده است.

۲- فشرده انگور تازه کمی ویتامین B₁ دارد که مقدار آنرا ۰۵/۰ درصد دانسته اند

۳ ویتامین B₂ آن هم ۲۳۰/۰ میلی در هر کیلوست که اگر انگور را فشار دهیم به ۰۷۳/۰ میلی می رسد.

این نکته را فراموش نفرمائید که با فشردن انگور و جدا کردن پوسته و هسته اش مقدار ویتامین های B₂C کاهش می یابد زیرا نبی گرامی در این باره مطلبی دارند.

در کتاب Food Composition Tables نشریه دانشگاه امریکایی For Use In Midle East بیروت ۱۹۶۴

مقدار ویتامین A انگور را ۸۰ و حد بین المللی و ویتامین TPP آنرا ۵/۰ میلی گرم درصد دانسته است.

ارزش غذایی انگور و فشرده انگور

در ۱۸۷۴ هرپین Herpine راجع به رل غذایی انگور چنین گفت: انگور غذائیست که هم اکنون برای ما آماده ساخته است مواد از ته اصلی و ضروری، البومینوئیدها و موادی برای تنفس و آنچه برای زندگی لازم است و املاح معدنی فسفات دار که در ترکیبات انساج اعضاء استخوانی و خونی لازم است.

انگور را میتوان شیر حاصل از گیاه دانست که از بسیاری جهات نزدیک و شبیه شیرزنان است.

فشرده انگور شیرزن

آب ۷۵-۸۳ ۸۷

مواد از ته و البومینوئید ۵/۱ ۷/۱

قسمت معدنی فلزی ۴/۰ ۳/۱

شکر و صمغ و غیره ۲۰-۱۲ ۱۱

چون در تعریف غذا عقیده اکثریت بر این است که باید گفت انرژی زا باشد و بدل مایتحلل و انگور هم انرژی زا است و هم نقش برقرار کردن یکنوع تغذیه ای را ایفا می نماید از اینرو به انگور تنها میتوان کلمه غذا را اطلاق کرد.

مطلبی بیاد قرآن

این آخرین جلدی است که متأسفانه باید از آیت السلامه (آیات سوره نحل) خداحافظی کرده و دیگر از غذاهائی که در طول عمر نقش مهمی ایفا می نمایند یعنی از شیر خرما انگور

عسل جدا شویم. ولی ذکر این مطلب جا دارد زیرا هم اکنون گفتیم غذا باید هم انرژی زا باشد هم بدل ما یتحلل و چون بدقت مطالب جلدهای قبلی (عسل و شیر) را در نظر آوریم می بینیم. اتفاقا این چهارغذای نامبرده شده در آیت السلامه هم انرژی زاینده هم بدل ما یتحلل، از اینرو میتوان گفت پروردگار متعال نام چهار غذا را در آیت السلامه آورده: چهارغذائی که هر کدام در محل خود جای ویژه ای را دارند و عمده ضروریات حیات را در دست دارند و باز هم در این باره بحثی خواهد رسید.

نقش تغذیه ای انگور

مطلب باینجا رسید که انگور بلحاظ اینکه هم بدل مایتحلل است و هم انرژی زا تا حدودی میتوان آنرا غذا نامید.

الف: انگور عنصر انرژی زاست زیرا قند انگور که در حات معمولی ۸ درصد است و در نوع خوب رسیده تا ۲۴-۲۵ درصد و حتی گاهی به ماکزیمم (۳۰ درصد) میرسد و در نوع خوب رسیده این قند بمقدار مساوی از گلوکز و لولز درست شده و ضمنا دارای مانیت و دولسیت نیز می باشد.

اسپرت **Esprt** یک لیتر عصاره انگور را ایجاد کننده ۶۶۸ کالری و گانیته **Gantier** دارنده ۹۰۰ کالری دانسته و برای مقایسه جدول زیر داده شده است:

گلابی ۵۰۰ کالری

فشرده انگور ۹۰۰ کالری

سیب ۴۰۰ کالری

ص: ۱۰۴

گیلاس ۵۰۰ کالری

تربچه ۱۴۰ کالری

کاهو ۱۵۰ کالری

کلم ۲۵۰ کالری

شلغم ۲۶۰ کالری

سیب زمینی ۶۵۰ کالری

نان ۶۵۰ کالری

ماهی ۲۶۰۰ کالری

گوشت ۱۸۰۰ کالری

شیر ۲۰۰۰ کالری

شیر ۷۰۰ کالری

یعنی ۲۵۰۰ کالری لازم برای ۲۴ ساعت میتواند سه لیتر فشرده انگور درست کند.

شیرینی هائی که بوسیله بدن بکار برده نشده بصورت گلیکوژن ذخیره می شود و متابولیسم آنرا در آنجا که از کلمه «سکه» قرآن بحث می نمایم خواهیم آورد.

ب: انگور غذای تجدیدکننده قوا و بدل مایتحلل است.

۱ انگور آب فراوانی دارد در پوشش ۸۰ درصد و در هسته هایش ۴۰ و در قسمت گوشتدانش ۸۰ درصد و بهمین سبب که قسمت اعظم نسوج بدن ما نیز آب است در زندگی اهمیت دارد زیرا میتواند تجدید کننده ای باشد برای آب روزانه ای که بطور متوسط ۲۴۵۰ گرم از دست می رود.

۲ انگور تجدید و تازه می کند عناصر فلزی و کلسیم بدن را

با داشتن فسفات‌ها کلرورها برمورها فلورورها و نمک‌های دیگر. و از این مواد هر چه انگور رسیده تر باشد حاصل بهتر و بیشتری بدست می‌آید و در پوستش ۲ درصد و هسته اش ۲ و گوشتش ۳ درصد از این مواد تجدید کننده را دارد (خواهشمند است همه جا به اهمیت رسیدگی انگور توجه فرمائید زیرا اسلام در این باره نظر خاصی دارد).

۳ مواد از ته در فشرده انگور بتفاوت ۳۵۰ الی ۸۰۰ میلی گرم در لیتر است و برای جبران کاهش‌های هیپوازیمی (نقصان مواد سفیده ای) مقدار مذکور کم و فقیر است.

ج: رل انگور در برقراری تعادل غذایی است.

۱ ارزش الکلی زائیش است: آب انگور دارای اسیدتارتاریک، سیتریک، مالیک است. خاکسترش محتوی نمک های الکالن است که پایه و اساس کربنات‌ها و فسفات‌های آن است.

انگور برای برقراری تعادل اسید و باز ضروری برای زندگی سلولها با توجه به اسیدها و نمک‌های مذکور کمک می نماید.

همچنین فشرده انگور که در ذائقه اسید است هنگام عمل اثر الکالن خود را ظاهر می سازد.

یک کیلو گرم انگور اثر بازی معادل شش گرم کربنات دو سود دارد.

۲ - ویتامین هایش: دیانلافه DieNlaf می نویسد: ویتامین ها محرک سوخت و ساز مؤثر و نیرومندی هستند و روی نسوج استخوانی و تغذیه سلولی با هم عمل نموده و معمولاً برای رشد و نمو عامل معتبری هستند.

انگور دست نخورده که با پوستش مجهز است محفوظ می‌دارد ویتامین C و ویتامین B را اما اگر آنها را فشار ساده ای بدهند محتویات مذکوره در آنها رو به کاهش می‌گذارد.

در اینجا باز به یاد اسلام به خاطر داشته باشید که به زودی خواهیم گفت دستور می‌دهد دو چیز را دانه دانه باید خورد خرما و انگور را دانه دانه خوردن یعنی دانه های دست نخورده انتخاب کردن و رعایت کردن اینکه له و خرد نشود.

ویتامین C انگور را می‌توان اندازه گرفت و قابل ملاحظه است اما نه مانند برخی میوه ها

ویتامین B₂ که در یک حد قابل اهمیتی است برای استفاده تغذیه ای بکار میرود و مؤثر است روی سوخت و ساز قندها.

ویتامین B₂ اثر هماهنگی روی اعمال غدد مترشحه و سیستم اعصاب حیاتی نباتی دارد، تحریک می‌کند ترشح شیره دستگاه گوارش و تنوس عضلات جهاز هاضمه را.

دیاستازهای انگور

مونتی Monty نشان می‌دهد در فشرده انگور که تازه تحت فشار قرار گرفته دیاستازهایی که عبارتند از:

اکسیدازها، پروتئازها لیاها که بطور یقین نقشی در هضم مواد پروتئین و پروتئینی داشته و روی لیپوئیدها نیز عملی مینمایند و حتی قدرت هضم سلولزی که در جهاز هاضمه تغییر شکلی نمی‌دهند در دیاستازی از انگور دیده می‌شود.

این دیاستازها در سطح داخلی پوست انگور واقعند و سبب

پیدایش تشکیلات اسید و بازی در انگور می گردند و معطرش می کنند. همانگونه که عطر و بوی شراب از آنهاست و اینها عناصر مهم اشتها آور و هضم کننده بشمارند.

خاصیت رادیواکتیوته ای انگور

کار سه نفر دانشمند است (نودن Nodon کوویه کانال Cuviercanal مدای Medaille) که توانستند نشان بدهند و بشناسانند عناصر جدید رادیواکتیو در انگور را.

آخرین عمل کوویه چنین نتایجی را در بر داشته است.

الف: درمان انگوری (رژیم دادن با انگور) با خود میاورد عناصر رادیواکتیو (قابل اندازه گیری بوسیله میلی میکرو کوری Millimicrocurie) برای اینکه سود حاصله از درمان بحد اعلا و ماکزیمم برسد محل هائی را منظور داشته اند که انسان راه درمان انگوری می دهند.

انگور سفید میکرو رادیواکتیوته بلندتری در محیط ایجاد میکند و انگور قرمز کمتر و انگور را قبل از اینکه کاملا برسد نمیتوان چید و برای منظور مذکور مدت زیادی آنرا نگهداشت.

ب: با عناصر حیاتی چندی توانست قدرت رادیواکتیوته انگور را تحریک کند (و نه عناصر معدنی استخراجی از خاک).

ج: د جریان از مایشاتش کوویه نشان داد نوعی هماهنگی فیزیولوژیکی بین ویتامین ها و میکرواکتیوته. و محقق ساخت که ساکنان شهرهای متمدن فعال که از اشعه های مذکور محرومند میتوانند با انگور و برعایت بهداشت غذایی تا حدودی آنرا

جبران نمایند.

کووید نشان داد که صبح اثر و خاصیت آن بیش از مواقع دیگر است. (این مطلب هم در اسلام جای مخصوص دارد فراموش نفرمائید).

قابلیت حل مواد معدنی انگور

ژیرود Girud قیاس کرد فشرده انگور را مانند (محلول آبکی خیلی قابل حل از الکترولیتی، از اینقرار که یک محلول یونیزه ای پس از مدت‌ها شباهت یافته باشد به آب طبیعی محتوی ناچیزی از مواد معدنی) این محلول که دارای قدرت قابل توجهی اس تدر تحریک قوای مربوطه باعمال غذائی زیرا اجرام کند عمل واقعی کاتالیک روی فعل و انفعالات گوناگون بیولوژیک.

عمل فیزیولوژیک فشرده انگور

دانشمندی چند در این باره کار کرده و حت بیشتر آنها ابرواسیونهای (شرح حال بیماران) تهیه و ارائه داده اند که انگور روی دستگاههای گوارشی و مجاری ادراری و ... مؤثر است.

شناسایی کیفیت عمل انگور بر روی فعل و انفعالات اصلی اعضاء در وضع طبیعی آنها نتیجه مطالعاتی است که در آن زمینه بقرار زیر بعمل آمده است:

چهار آزمایش جالب بر روی سه دسته مختلف که هر کدام را بر رژیم گوناگونی نگهداشته اند بعمل آمده و نتایج زیر حاصل

گردیده است:

الف: اثر انگور روی عمل دستگاه ادراری چنین می باشد: رنگ پیشاب و وزن مخصوص آن رقم کمتری را نشان می دهد از پیشاب قبلی و در درمان سنگ کلیه و مثانه آنرا تجویز مینمایند چون مواد بیاض البیضی آن کم است در بیماریهایی که علت آنها نرسائی کلیوی است بکار می رود و چون کلرور سدیم آن از شیر هم کمتر است در رژیم های غذائی که بمنظور خارج کردن نمک های زیادی بدن برقرار می شود میتوان بخوبی از آن استفاده کرد.

از روز سوم رژیم مقدار پیشاب رو به افزایش می گذارد و در ورمهای بعلت نارسائی قلب یا ناسائی کبد نیز انگور سبب دفع بیشتر ادرار می گردد.

در اینجا میتوان ابرواسیونهای (شرح حال بیمارانی) را نشان داد که چگونه با دادن رژیم انگور حالشان رو به بهبودی نهاده که از آوردن آنها برای جلوگیری از پرگوئی خودداری می شود. (مخصوصا ابرواسیونهای جالب درباره نارسائی های قلب و آسیت های سیروزی که ذکر گردیده است)

چرا انگور دیورتیک (ادرارزیاد کن) است؟ برای پاسخ بآن دو عقیده می باشد.

یکعده گویند قدرت دورتکی انگور بعلت داشتن آب و پتاس و گلوکز در آن است که خود هر کدام به تنهایی مدر می باشند دسته دیگر عقیده دارند که مد بودن انگور در اثر وضع و خاصیت ساختمانی انگور بر حسب اینکه آب انگور یک محلول آبکی خیلی حلال و الکترولیتی است می باشد و با مکانیسم الکترولیتی خود

در بدن سبب دفع ادرار بیشتری می گردد (حتی آزمایشی در این باره با تزریق آب انگور در ورید سگ بعمل آمده است) این را باید دانست که انگور سیاه مدر نیست.

اسیدیته ادرار نسبت غیر مستقیم با مقدار انگوری داد که به معده وارد می شود یعنی با مقدار انگور وارد شده اسیدیته ادرار کاهش می یابد.

اسید اوریک مطلق و نسبی هم کاهش می یابد (باندازه ۱۲-۱۵ درصد) و این کاهش نیز نسبت مستقیم با مقدار انگور وارد شده بمعده دارد.

مجموع مواد ثابت ادرار افزایش می یابد بطور محسوس و در کسانی که یکی از آنها بمقدار بیشتر در بدن دارند بهتر معلوم می گردد. همینطور اسید فسفریک تغییر میابد با خوردن انگور.

ب: اثر انگور روی دستگاه گوارش چگونه است:

انگور پریستالتیسم (حرکات دودی) دستگاه گوارش را بطور مخصوص افزایش می دهد تا بحدی که با زیاد خوردن انگور یکنوع اسهالی پیدا شود و گاهی با مقداری از آن نیز عمل انگور مشابه عمل یک مسهل خواهد بود.

ملاحظه می شود که وزن مدفوع از لحاظ وزن افزایش یافته و مواد از ته و عناصر معدنی آن بیشتر شده است.

انگور یک انتی سپتیک (ضد عفونی کننده) دستگاه هاضمه است بعضی پوترفاکسیون های (گندیدگی) مختصر گوارشی را با عمل صفرا آوری خود کاهش می دهد و با فرمانتاسیون های (تخمیرات) با قدرت قلیائی کنندگی که دارد و اصلاح می کند

فلور گوارشی را بوسیله فرمان ها (دیاستازها) و لورهای زندی طبیعی برگزیده اش.

ژیروود Giraud می گوید: انگور یک انتی توکسیک (ضد زهر) اس تو مستقیما این عمل را در جهاز گوارشی معمول می دارد و بوسیله اثرش روی اعمال کبدی باز ضد سمی بودنش معلوم است. (آنچه را کبد با تغییرات بیوشیمیک اصلاح می کند انگور کمک می کند تا عمل دو چندان صورت گیرد برای تغییر یافتن تشکیلات سولفورهای غیرسمی، آنچه حاصل می شود سموم در اثر پوترفاکسیون هاضمه ای: ففل ها، اسکاتول اندول.

ج: اثر انگور روی سیکل ازتی در اعضاء (اینها از خواص حسن و نیکو بودن انگور است که قرآن بآن اشاره فرموده و خواهم گفت)

اسیدهای امینه تقریبا بلافاصله پس از اینکه بسلول رسیدند بوسیله آنزیمهای درونی سلولی با پروتئین های سلول ترکیب شده آنچنانکه غلظت اسیدهای امینه در داخل سلولها همواره در سطح پائین باقی می ماند از اینرو مواد ازتی بصورت روتئین های واقعی ذخیره می شوند.

هنگامیکه ذخائر کربوهیدراتهای بدن کاهش یافت مقدار کمی گلوکز از اسیدهای امینه و قسم تگلیسروی چربها ایجاد می گردد، حدود ۶۰ درصد اسیدهای آمینه بدن می توانند به کربوهیدراتها مبدل گردند.

بطور کلی هیدراتهای کربن در برابر مواد سفیده ای نقش غذای صرفه جو را بازی می کنند (میدانیم هنگام کم شدن آنها

سفیده ایها تبدیل به قند می شوند) و در برابر چربیها رل تحلیل و تثبیت کننده دارند (میدانیم با مصر زیاد قندیها، به چربی بدن افزوده می شود و در عین حال چربیها در قندها می سوزند).

اینها مختصر بررسی بود که از اعمال بدن قبل از دادن رژیم انگور (یعنی در حالت معمولی) معلوم گردید اما آن چه تحقیق شده پس از گذاشتن شخص رژیم انگور (بوسیله مورین **Moreigne** بوده است) پایه و اساس محاسبه بر اندازه های گوناگون و ثابتی است که همانا ۱۵ درصد کالری بطور متوسطی است که بشکل آلبومین ذخیره می شود و این رقم قابل توجهی است.

کروگ **Krug** در آزمایش کاملاً جالبی همان رقم را ۵ درصد بدست آورده و در هر صورت مورین به تحقیق رساند افزایش وزنی را با رژیم انگور با همان کمی که ذکر کرده بدون آنکه از این حد تجاوز نماید.

مراکز درمانی که با انگور معالجه می نمایند در بعضی حالات بتحقیق رسانده اند با دادن مقدار زیاد چهار تا پنج کیل (livre) که منحنی تغییر وزن مراجعه کنندگان چگونه است. این رژیم آزمایشی را یک ماه تا پنج هفته ادامه دادند و نتایج حاصله از روز شروع تا پایان خوب بوده است. وزن یکنواخت محفوظ مانده بود با وجودیکه شکم شل و نرم شده و افزایشی در ترشحات قسمت مربوطه مشاهده گردیده است.

رژیم انگور پشتیبان یا بهتر گفته شود عامل صرفه جو کننده ای برای بدن است در برابر مواد سفیده ای و کالریها را بصورت چربی ها ذخیره می نماید و این کیفیت انگور در برخی

بیماریها که مربوط به نقصان تغذیه تدریجی و کاهش مواد معدنی است گرانبها می باشد.

بیژن Bigen در رژیم انگور خصلت هائی بتحقیق رسانده و از جمله افزایش نسج چربی است در کسانیکه چاق نیستند و برخی این افزایش وزن را به ۴ تا ۶ کیلو در ظرف مدت ۱۵-۲۰ روز رژیم مذکور رسانده اند.

مارسل لابل Marcel Lable نوشته است: رژیم انگور نزد بعضی ها کاهش دهنده و برای برخی افزایش دهنده است و از این جهت بنا بر عقیده بعضی انگور چاقان را لاغر و لاغرها را چاق می کند.

حتی بعضی گفته اند: انواع قندها بجز قند انگور در بدن تبدیل به چربی می شود. (۱)

۲ ازت اوره ناگهانی یک تقلیل محسوس می یابد بموازات ازت مجموع.

د تغییرات گوگردی ادرار:

۱ گوگرد توتال (روی هم رته) بطور مطلق کاهش نمی یابد بلکه حاصل گوگرد توتال به ازت توتال افزایش محسوسی می یابد (گوگرد کاملاً اکسیده و آنچه غیر کامل اکسیده شده وضع مختلفی داند که از بحث ما خارج است) ناگفته نماند که انگور ترشحات صفراوی را افزایش داده و علت اثر را تا وجود تارتر در آن می دانند که بقدر قابل ملاحظه در انگور وجود دارد شیرینی های انگور (گلوکز و لولز) هم عمل کبد را افزایش می دهند و از

جمله عمل تبدیل گلوکز به گلیکوژن در آن عضو و ذخیره اش در همانجاست.

۲ گوگرد ناکامل اکسیده شده که فنومن (حادث حسی) مخصوصی داشته و در نتیجه بدو شکل تظاهر می کند: اولین آن افزایش ترشح صفراوات و دیگر کامل کردن عمل جذب اکسیژن و دفع گاز کربنیک ریه است.

خلاصه اثر انگور بشرح زیر است:

مدراست درجه اسیدیته ادرار را پائین می آورد - اسید اوریک مطلق و نسبی را کاهش می دهد جبران بعضی کاهشهای گوارشی می نماید جلو سرعت تخمیر روده ای را می گیرد و آرام می سازد در برابر مواد ازتی عمل صرفه جوئی و پس اندازی دارد. ملین بوده بیوست ها را درمان می نماید رژیم انگوری را میتوان مدتها بدون اینکه ناراحتی ایجاد نماید ادامه داد افزایش چربی در اعضاء تشدید فعالیت های کبدی و ترشحات صفراوی جبران نقصانهای غذائی که ناشی از کسر مواد کانی صورت گرفته در بیماری سل و بالاخره نشان داده شده اثر انگور روی بسیاری از فعالیت های عضوی اثر تشدید کننده دارد.

ص: ۱۱۵

کتاب سکر شیرینی

اشاره

بعضی از خواص قند انگور

کلمه سکر که در قرآن آورده شده و انک مورد بحث ماست در اغلب تفاسیر به سکریت و مست کنندگی و در چند جا به شهد و شیرینی تعبیر و معنی گردیده است. (۱)

این نکته را باید توجه داشت که ماده شاخص شیر، کلسیم و عنصر نمایان کننده انگور قند ویژه آن گلوکز است که بمناسبت همین تشخیص نام گلوکز را روی قند انگور گذرانده اند.

من به پیروی از هر دو دسته مذکور یک قسمت از کتاب خود را به سکر و شیرینی انگور و خرما (گلوکز) و قسمت دیگر را به عامل مست کننده خرما و انگور (الکل) اختصاص خواهم داد.

با آنکه قبلاً بطور پراکنده به خواص قند انگور باختصار وقوف حاصل نمودید در اینجا مجدد بآنها اشاره می نمایم.

شیرینی های موجود در انگور عبارتند از: گلوکز لولز مانیت و دوسیت که حداقل ۸ درصد و در انگور خوب رسیده ۲۴-۲۵ و حداکثر ۳۰ درصد می باشد و همه جا سخن از قند انگرو مقصود گلوکز آن است.

انگور زمانی خوب رسیده است که گلوکز و لولز تشکیل دهنده

۱- در حقیقت باید کلمه شیرینی را آورد نه شهد.

قندش بوده و هر دو بیک میزان بوده باشند.

۹/۱۶ درصد شیرینی انگور در ناحیه محیطی دانه و ۱۶ درصد در منطقه مرکزی و حوالی هسته ها و ۶/۱۷ درصد در قسمت بین دو ناحیه مذکور وجود دارد.

قند انگور در مجاورت عناصر مفید دیگری که هر کدام نسبتبمقدار قند اندازه معینی دارند سبب می شود اشخاص لاغر راجاق و چاقان را لاغر سازد که چگونگی آنرا شرح دادم.

آنچه فوق العاده اهمیت دارد: انواع قندها بجز قند انگور در بدن تبدیل به چربی می شود که گفته شد.

سفارش متخصصین در بعضی ابتلائات برای انتخاب انگوری که نتیجه بخش باشد این بود که انگور کاملاً شیرینی برگزیده شود و با ارتباط قند انگور با شیرین بودنش میتوان به فوائد مصرف انگور در بیماریها مثلاً در مبتلایان به زخم معده پی برد.

انگور و شیرینی اش چگونه در موارد متعدد التهابات کبدی سودمند خواهد بود شرح داده شد.

قند انگور بسیار سهل الهضم و خود بخود قابل جذب بوده و فعل و انفعالاتی که برای هضم و جذب مواد هیدروکربون ضروری است لازم نداد و از روی همین خواص بزرگش قند انگور را گلوکز نامیده اند.

قند انگور (گلوکز و لولز) چون وارد خون شوند بعلت انرژی تولید کننده ای که دارد و محرک عضلات می باشد عمل تخلیه روده ها را تقویت می کند.

متابولیسم قند انگور

عمده فعل و انفعالات سلولهای بدن برای اینست که نیروهای موجود در غذاها را برای اعمال فیزیولوژیکی سلولها قابل استفاده سازند که اهم آنها عبارتند از: فعالیت های عضلانی ترشح غدد ایجاد پتانسیل های غشائی برای رشته های عصب و عضلانی ساختن مواد در داخل سلولها و بالاخره جذب غذا از لوله های گوارشی.

همه غذاهای انرژی زا (قندها چربیها بیاض البیضی ها) میتوانند با اکسیژن در درون سلولها اکسید شده مقدار زیادی انرژی آزاد نمایند اما همه انرژیهای آزاد شده بصورت حرارت است و چون آنچه سبب حرکت عضلات، تغلیظ محلولها در غدد و ... می گردد حرارت نیست بلکه انرژی مورد نیاز پدیده های فیزیولوژیک سلولها می باشد اینگونه انرژی باید بوسیله دستگاههایی که مسئول اعمال فیزیولوژیک می باشند بصورت فعل و انفعالات دو طرفه تولید شود و این عمل با آنزیم خاص سلولی و سیستم های حامل انرژی انجام می گیرد.

آن انرژی را که گفتیم از اکسیداسیون تدیجی غذاها حاصل می شود در سلولها بصورت ادنوزین تری فسفات در می یابد که ترکیب ناپایداری است و با جدا شدن ریشه هائی از این ماده انرژی آزاد در سلولها پیدا می شود. و حداقل ۹۹ درصد مواد قندی در داخل سلولها بصورت ادنوزین تری فسفات در می یابد.

فرآورده نهائی قندها در لوله گوارش بصورت گلوکز، فروکتوز و گالاکتوز است که قسمت عمده اش گلوکز می باشد.

سه قند مذکور جذب خون سیستم باب شده و پس از گذشتن از کبد در سرتاسر بدن، پخش می گردد ولی قبل از اینکه بوسیله سلولها بمصرف ایجاد انرژی برسند، همگی باید به گلوکز ۶ فسفات یا فروکتوز ۶ فسفات تبدیل گردند. قسمت عمده فروتکوز نیز در سلولهای کبدی به گلوکز تبدیل شده سپس بسلولهای دیگر می رسد.

گلوکز پس از اینکه جذب سلولها شدمیتواند بلافاصله برای آزاد کردن انرژی بمصرف سلولها برسد و یا بشکل گلیکن ذخیره گردد که باز همن گلیکوژنها میتوانند به گلوکز تبدیل گردند.

اکسیداسیون کامل یک منکور گرم گلوکز ۶۸۶۰۰۰ کالری انرژی آزاد مینماید و ایجاد آدنوزین تری فسفات می گردد که گفتیم سبب پیدایش انرژی می گردد. (۱)

قند انگور غذای مغز

مغز نیاز مخصوصی به گلوکز داد و اگر گلوکز بآن نرسد آنطور که شایسته است نمیتواند انجام وظیفه نماید و حتی مواد ترکیبی دیگر هم یافت نشده است که بتواند جانشین گلوکز شود (چون ترکیب گوکز که از کربوهیدراتهاست محتوی کربن و هیدروژن و اکسیژن می باشد)

گلوکز در مغز بسرعت تغییر شکل داده به اسیدهای آمینه مبدل می شود که بیشتر عبارتند از: اسید گلوتامیک اسپاراتات الانین گوتامین و ... که اغلبشان اثر تقویت کننده اعمال عصبی را دارند.

اسیدهای آمینه چه نقشی در اینجا دارند هنوز مورد پژوهش است ولی یا تحریک می نمایند یا عمل را محدود می سازند. اهمیت بیشتر این عمل امروز از این جهت معلوم گردیده که اخیراً دریافته اند نه تنها مغز پستانداران گلوکز را به اسیدهای آمینه مبدل می نمایند بلکه مغز حیوانات اولیه و تکامل نیافته هم این عمل را انجام می دهند (حتی در حلزونها و ملخ ها) و متابولیسم و سوخت و سازها مغز چگونه با گلوکز ارتباط دارد.

قد و قند

یکی از مواد رمصرف بدن قند است و نیز یکی از مواد پرمصرف جهانی نیز می باشد بطوریکه تولید امروزه قند در دنیا بیش از ۱۵ میلیون تن در سال می باشد و در هر گوشه خرابه ای از جهان برویم بساط قند و چای یا قند ... گسترده است ولی قند طبیعی از آن میوه جات است زیرا دارنده مواد دیگری نیز هستند که به جذب قند کمک می نمایند و قند مصنوعی زیانهای به بدن می رساند که در جلد سوم در مبحث مربوط به افطار بآنها مختصر اشاره ای شد.

دانشمندان متوجه شدند از آن روز که مصرف قند در جهان را به ازدیاد گذاشته بهمان نسبت طول قدها نیز رو به فزونی نهاده است.

ضمن بررسی ها معلوم گردید که طول قد اطفال در ۴ ماه اول همان است که در ۶۰ سال پیش بوده و اگر از ماه چهارم به بعد به اطفال ضمن شیر، غذاهای دیگر هم داده شود رشد اینگونه کودکان بیشتر از آنانی است که فقط با شیر تغذیه می شوند و طبق آمار بدست داده قد کودکان در حدود ده سانتی متر بلندتر از هم

سن خود در ۶۰ سال پیش است. همینطور در سنین قبل از بلوغ یعنی بین ۱۱ و ۱۴ سالگی نیز رشد جوانان بطور متوسط ده سانتیمتر بلندتر از همسالان خود در ۶۰ سال قبل می باشد.

رشد‌های زیادی در حقیقت رشد واقعی نبوده بلکه فقط تسریع در رشد است که متوجه شده اند رابطه مستقیمی بین مصرف قند و طول قد وجود دارد، بدین طریق که قند هورمون‌ها را بکار می اندازد. مصرف بند که بالا رفت ترشحات انسولین (هرمون جلوگیری از زیاد شدن قند در خون) زیاد می شود تا غلظت اضافی قند در خون را پائین آورد و بدینوسیله مواد ضد انسولین چندی که مهمتر از همه سوماتوتروپین (هورمون رشد) است تولید می شود و همین هورمون رشد و اثر قند بر ترشحات هیپوفیزند که سبب رشد بیشتر و قد بلندتر می گردند.

اهمیت بیشتر گلوکز

به چگونگی پیدایش ادنوزین تری فسفات اشاره شد و گفتم سلولها میتوانند از کربوهیدراتها چربیها و پروتئین ها مقدار زیادی ادنوزین تری فسفات بسازند از این ماده که منبع انرژی است در مواقع ضروری به آسانی تجزیه روی می دهد و انرژی آزاد و بمصرف می رسد و هنگامیکه انرژی کافی در دسترس باشد همین تکبب باآسانی ساخته می شود. انرژی عظیم حاصله از حتی هر یک از دو پیوند ادنوزین تری فسفات هنگام جدا شدن حدود هفت هزار کالری است.

هنگامیکه اسیدهای آمینه میخواهند ترکیب شوند بر حسب نوع اسید آمینه احتیاج به ۵۰۰ تا ۴۰۰۰ کالری دارند.

بدون انرژی مذکور انقباض عضلانی صورت نخواهد گرفت.

برای افزایش فعالیت حرکت یک ماده از محلولی با تراکم اندک به محلول دیگری با غلظت زیادتر انرژی مذکور مورد نیاز است.

مواد مترشحه قبل از خروج از سلولهای غددی باید متراکم باشند این عمل به انرژی قابل ملاحظه ای احتیاج دارد.

از انرژی مذکور برای عمل هدایتی اعصاب مورد احتیاج می باشد.

قبلاً گفتیم با اکسیده شدن کربوهیدراتها، چربیها و پروتئینها آدنوزین تری فسفات تولید می شود ولی اگر اکسیژن نبود فقط کربوهیدراتها میتوانند این عمل را انجام دهند و انرژی لازم را در ضمن عمل تبدیل ملکولهای گلوکز به اسید پیرویک که هر ملکول گلوکز سه ملکول آدنوزین تری فسفات میسازد در بدن ایجاد نمایند.

حال که باهمیت نقش مواد قندی که منبع خالصش گلوکز (سکر) در خرما و انگور وجود دارد در ایجاد حرارت و مخصوصاً انرژی وقوف حاصل نمودید توجه خواهید فرمود چرا در قرآن باین خاصیت خرما و انگور اشاره گردیده است.

کشیز و انگور

قریب به سیصد سال است حلیه المتقین نوشته شده، کتابی که بیشتر آداب زندگی را از نظر اسلام داد و تا چند سال قبل جزو جهازیه دختران بخت شیعه بود.

با اینکه کتاب مذکور هم از کتابهای قدیمی دیگر مطالب خود را اخذ و نقل کرده از این جهت حلیه المتقین را نام بردم تا به معروفیت آنچه از امام در این کتاب نقل شده وقوفی حاصل و دانسته شود هنوز هم پدر و مادرهای خانواده های مسلمان میدانند که : شش چیز حافظه را کم می کند و یکی از آنها خوردن گشنیز می باشد.

تحت عنوان «قند انگور غذای مغز» نوشتم: مغز نیاز مخصوصی به گلوکز دارد و اگر گلوکز بآن نرسد آنطور که شایسته است نمیتواند انجام وظیفه نماید و حتی مواد ترکیبی دیگر هم یافت نشده است که بتواند جانشین گلکز شود و گلوکز در مغز بسرعت تغییرشکل داده به اسیدهای آمینه مبدل می شود که بیشتر عبارتند از اسید گلوتامیک و ... که اغلبشان اثر تقویت کننده اعمال عصبی را دارند...

یادم است که هر سال نزدیک بامتحانات قرص های اسید گلوتامیک میخریدم و برای بهتر و بیشتر درس خواندن من و بسیاری از دوستانم روزانه یک الی دو قرص می خوردیم و اثرات خوبی می دیدیم.

از یک طرف چشمم به اسید گلوتامیکی افتاد که با بودن گلوکز در مغز میتواند اعمال اصبی را تقویت کند و از طرف دیگر بیادم آمد که امام فرموده است گشنی حافظه را کم می کند گفتم نکند گشنیز قند خون را پائین آورد؟!!

آزمایشگاه کوچک غیر تحقیقاتی در دسترس داریم از چند نفر ابرواسیون گرفتم و بدین نتیجه رسیدم که خوردن روزانه

سه چهار استکان آب گشنیز اثر درمانی بسیار خوبی بر بیماران دیابتی دارد.

چه خوب است در بعضی موارد صرفنظر از تحقیقات و تتبعاتی که ملاحظه می فرمائید از نوک قلم بر اوراق منعکس می گردد موفق شوم به بررسی های آزمایشگاهی هم پردازم ولی نه زمانی است نه مکانی، زمان از این لحاظ که حتی کار نویسندگیم باید در ساعات فوق العاده مخصوص و حیرت آور باشد تا بشغل اصلی خللی وارد نیاید و نه مکانی از این جهت که گوشه آزمایشگاهی که بتواند درد مرا درمان و سؤالاتم را پاسخ دهد نیست از اینرو بررسی در این مورد «اثر گشنیز بر گلوکز» را به حقیقین دانشگاهی می سپارم و اگر باز مواردی پیش آمد حواله خواهم نمود. (۱)

البته توجه فرمودید که چگونه اسلام بسادگی اشاره به کم شدن حافظه با خوردن گشنیز نموده و چسان کسانی که بسخنان آنان اعتماد و ایمان داشتند در طول زمان از نعمت فهم بجای بی مایگی مغز حتی برای ساعتی محروم نماندند.

اشتباه نویسنده و شاهکار قرآن

بطوریکه ملاحظه فرمودید در اغلب مطالب نام انگر به تنهایی ذکر شده و حال آنکه اشخاص مبتلا به یبوست مزاج باید انگور را با پوست و هسته بخورند و در رژیم های سخت چون پوست

۱- خوردن آب گشنیز تازه که تلخ بوده با افزودن چند قطره آب لیمو خوشمزه شده، توصیه میشود بیماران قندی پیاده روی و مخصوصاً حرکت دادن دستها را فراموش نفرمایند.

بعضی از انواع انگورهای گس دارای مقدار زیادی تانن می باشد و سبب ایجاد یبوست می گرد بعلاوه در سوء هاضمه ایها و آنها که ترشی معده اشان زیاد است بهتر است از آب انگور استفاده کرد ولی فراموش نشود که گفتم بر سطح داخلی پوست دیاستازی وجود دارد که سبب قابل هضم شدن مواد سلولزی میگردد.

اشتباهی که تاکنون روی داده اینکه هیچ رعایت حق اختلافی که بین غذا و طعام (خوراک) وجود دارد نشده و بسا غذا را بجای خوراک و یا خوراک را عوض غذا آورده ام و حال آنکه بین مردم عامی و عادی هم معلوم است که طعام و غذا با هم فرق دارد چنانچه می گویند: ماست خوراکی است که غذائیتش کم است و غذائیت کره بیشتر می باشد.

مهمترین وجوه اختلاف بین طعام و غذا بدینقرار است: مخلوطی از مواد خوردنی و نوشیدنی خوشمزه یا مفید و ازم که میل و اشتها را تحریک می نماید.

آنچه با داخل شدن و اضافه شدن بدن بتواند مانع تحلیل رفتن بدن و یا جبران آن شود.

موادی که با از دست دادن خاصیت مخصوص خود بوسیله بدن موجود زنده جذب می شود بدون آنکه موجود زنده روی آن اثر شیمیایی و یا اثر قوه ای غیر طبیعی باقی نگذارد همه تعریف از خوراک می باشد.

اما غذا کلمه ای است مربوط به روانشناسی و فیزیولوژی: موادی که بتواند موجود زنده را تغذیه نماید بدون آنکه

از معده بگذرد و عمل هضم روی آن اثر نماید.

غذا نتیجه تغییرات مواد خوراکی است برای استفاده فیزیولوژی بوسیله جهاز هاضمه.

غذا عبارتست از مواد شیمیائی که برای سلامت و فعالیت های بدن موجود زنده ضروری می باشد (غذا مانند آب و نمک طعام). (۱)

حال که باشتباه نویسنده پی بردید که چه بسیاری نام غذاها را در چند جلد بجای طعام آوردم (یا برعکس) حتما یک مرتبه متوجه قرآن شدید که آیا در آن کتاب کریم قضیه از چه قرار است؟

اول باید از شما پرسید: آیا متوجه بودید که طعام و غذا را عوضی و بجای یکدیگر نوشته ام؟ اگر متوجه بودید چرا بالتماسها و استدعاهایم توجه نفرمودید که چندیم مرتبه نوشتم چاپ اول جلدها برای اینست که مورد انتقاد و اصلاح اهل نظر قرار گیرد و برای چاپهای بعدی باینجانب اطلاع داده شود و هنوز کسی در این باره تذکری نداده است با آنکه از استقبالی که برای خواندن آنها بعمل آمده راضی هستم.

و اگر متوجه بوده اید که اشتباه در کار است تصور کنم تا اینجایش را نخوانده بودید که قرآن، و لو کان من عند غیرالله لوجدوا فیه اختلافاً کثیراً (سوره نساء) اگر از جانب غیر خدا بود اختلاف زیادی در آن دیده میشد و حال آنکه چون وحی الهی است دقت فرمائید تا کجا مطالب علمی را موشکافی کرده و روشن ساخته است!

دانش جدید تغذیه وقتی به آب و نمک طعام که کاملاً جذب می شود غذا نام می نهد بلافاصله مینویسد هوا که جذب میشود جزو

غذا نیست. (۱)

ولی اگر تا اینجایش هم را خوانده باشید نمیدانید چه باید کرد و چگونه بین این مطالب باید تلفیق نموده و طعام و غذا و هوا را در تقسیمات تغذیه ای وارد ساخت و اینک از قرآن بشنوید:

اولاً- اسمی از غذا در قرآن نیست زیرا علاوه بر اینکه با امور تکوینی (جز برای شناسائی و معرفت و علم که سرانجام به خداشناسی می رسد) کاری ندارد یعنی اگر میفرماید قل سیروا فی الارض فانظروا کیف بدء الخلق (سوره عهکبوت) در زمین گردش علمی کنید تا با نگاه علمی بچگونگی آغاز خلقت وقوف یابید تنها برای متوجه ساختن به علم بیولوژی و تحریک جهت تحصیل علم و در نتیجه خداشناسی ات و هیچ پیامبری هم نیامد تا در امور تکوینی دخالتی مخصوص کرده مثلاً بگوید تا قبل از بعثتم اگر ضربان قلبها در دقیقه ۷۲ بود از این ببعد باید ۸۲ باشد یا نحوه شروع خلقت اگر بطور تحقیق چنان بود از این به بعد باید چنین تصور شود و بهمین نحو قرآن با غذا سروکاری نداشته و اگر داشت تنها برای این بود که آدمی در تحصیل علم تغذیه و غذا و چگونگی سوخت و ساز کوشا و محقق گردد.

آیا قرآن جنبه غذائیت خوراکیها را فراموش کرده است؟

قرآن در چند مورد به طعام اشاره کرده که دو موردش مورد بحث قرار گرفت یکی آیه فلینظر الانسان الی طعامه و توجه به جوبه کیفیتی خوراک که مصل در جلد سوم شرح داده شد و دیگر آیه فلینظر ایها ازکی طعاما که مربوط بقضیه اصحاب کهف می باشد که چون از خواب بیدار شدند یکی را انتخاب کردند که

برود از دکانی طعام برایشان بخرد که از هر لحاظ رعایت بهداشت و تزکیه خوراکیها را نموده باشد و این آیه را نیز در جد دوم مفصل ذکر کردم.

در جلد چهارم در تقسیم بندی غذاها گفتم غذای حلال، طیب، حرام، خبیث، حسن و ... چیست و توجه خوانندگان را باین نکته جلب نمودم که طعام قرآن می تواند حلال یا حرام باشد وی در مرحله جذب و سخت و ساز بیشتر توجه ها به طیب سازگار بودنش است و آیات چندی نیز بعنوان شاهد ذکر نمودم که چگونه قرآن زمانیکه یخواهد هم جنبه خوراک و هم غذائی هر طعام را حفظ نماید کلمه مخصوص دیگری را ذکر می فرماید؛

آن کلمه چیست؟

همین کلمه است که اعجاز، شاهکار، وحی و الهی بودن مطلب را می رساند، زیرا با ذکر این کلمه نه تنها آب و نمک منظور شده بلکه موضوع مربوط به هوا را نیز حل کرده و همه را تحت عنوان کلمه رزق بیان فرموده و اینطور نشان می دهد که رزق هم شامل غذاست هم هوا و هم خوراک و شرح مفصل کلمه رزق را در جلد چهارم آوردم. (۱)

ص: ۱۲۹

کتاب سکر مستی

اشاره

نصیحت از یک دانشجو

یکی از دوستان روشنفکرم از ساعت معهودی که خود پذیرفته شد بجمعیت ما به پیوند دیرتر رسید و عذر خود را در حالیکه همه به سخنش گوش می دادیم چنین بیان نمود: بعجله می آمدم به فلان نقطه خیابان که رسیدم چند دانشجو ایستاده بودند، یکی از آنان بنا بر الفت قدیم صدایم کرد. چطوری، کجا می روی و ... آقای دکتر ... هم مشروب نمی خورد! عجب. باور می کنم دکتر تحصیل کرده با این همه طراوت مغز گلویزش از می خشک بماند مگر نمیداند اگر در خوردن مشروبات الکلی زیاد روی نشود زیانی نداشته سودمند هم خواهد بود!

با آنکه دکتر دوست ما با الکل سر و کاری نداشت با شنیدن مطالب مذکور چیزی نگفت زیرا همه او را می شناختند که اگر ساعت فراغنی یابد به آن که اقرب من جبل الوریث است پناه می رسد و هرگز با جام لب به لب و با ساقی دهان بدهان نشده هر چند گفته باشند: هر که لب بر لب جام آرد و حاجت طلبد نرسیده است بکاهش که رسیده است بکام.

هنگام خداحافظی، دانشجو پیغامی نیز بدین مضمون برای دکتر می فرستد: زاهد برو که فرق میان من و تو نیست تو قانعی

بنان جوومن بآب جو. در صورتیکه همه اشکالها از بی علمی است و اختلاف از همین جا شروع می شود که جوانان ما نه معنی زهد را می دانند و نه درباره الکل تحقیق و بررسی دقیق دارند و نه باین مطلب متوجه اند که مدتهاست شعرای ما آنقدر در تقلید از صوفیان قدیم بدون آنکه بدانند مقصودشان از می و ساقی و جام چیست پیشرفته اند که حاضرند برای سرودن یک بیت موزون و مردم پسند در بیوت نبوت نیز به جستجوی خمر و خم پردازند یا ارزشهای معنوی را نیز لگدمال کرده برای مقام والای شراب آدمی را متوجه غل و غش انبیاء عظام نمایند تا آنجا که گویند: باحتیاط پیاله ز دست خضر بگیر مباد کاب حیاتت دهد بجای شراب.

نویسنده از طرف همکار روشنفکرم آقای دکتر که سخنان را شنید و هیچ نگفت مختصر پاسخی دادم که در اینجا به توضیح بیشتری می پردازم.

معنی زهد: مردی گوشه مسجدی برگزیده و صوم وز و ورد شبش افزون بود در خدمت حضرت باقر از او بر اینمنوال تعریف رفت حضرت فرمود مگر نمیداند خدای متعال تمام زهد را در این آیه قرآن جمع نموده است لکیلا تاسوا علی ما فاتکم و لا تفرحوا بما آتیکم (سوره حدید) هرگز بر آنچه از دست شما رود دلتنگ نشود و آنچه بشما رسد دلشاد نگردید (مغرور نشوید).

در اخبار و احادیث نیز تقریباً مشابه آیه فوق فراوان دیده می شود: زهد دوری و احتراز از حرام زهده کمی آرزو و شکر نعمت و پرهیز از چیزهای حرام زهد: یعنی آنچه در دست داری

ترا مغرور و غافل از خدا نسازد و ... (۱)

نتیجه آنکه: هرگاه تلاشی بی نتیجه ماند یا اعتلا و عطایائی بدون انتظار رسید نه آن کسی را از ادامه فعالیت باز دارد و دلسرد نماید نه این وی را به توقع و طغیان در زندگی مست و گرم بدارد و چون معنی زهد چنین باشد نان جوبه زاهد و اهل ایمان ارتباطی نداشته و آنچه مرتبط و مخصوص اهل ایمان است و الطیبات من الرزق قل هیللذین آمنون و پاکیزه های از ارزاق می باشد.

حرمت مسکرات

هر چند کلمه مورد بحث «سکر» از جمله کلمات قرآنی است ولی در این باره محکم ایستاده ام که هیچ آیه ای را مورد بحث قرار ندهم و از آن هم خبر و حدیث راجع به مسکرات چشم پوشم زیرا خوانندگان یا میخواره اند یا نیستند اگر میخواره اند بهمین علت که نسبت بچند آیه قرآن که درباره مسکرات است بی اعتنائید برایشان اسان خواهد بود که به آیات و اخبار دیگر نیز بی اعتنائی نمایند و ذکر آیه و خبر موردی ندارد و در غیر اینصورت باز برای همه کسیکه بدنی نمی کند گفتن اینکه نباید بدی کنی بی مود است فقط برای کسانی که میگویند کجای قرآن صراحتاً حرمت مسکرات را متذکر است میگویم:

وقتی گفتیم زید سرمایه اش با عمرو برابر است و ثروت عمرو مساوی بکر می باشد لاجرم زید و بکر نیز باندازه یکدیگر دارند.

۱- روایت اولی و سومی از حضرت صادق و دومی از حضرت علی و همه از کتاب المعیشه قروع کافی کلینی است.

يسئلونك من الخمر ... اثمهما اكبر ... (سوره البقره ۲۱۶)

قل انما جرم برى الفواحش ... و الاثم ... (سوره الاعراف ۳۱).

خوردن خمر اثم بزرگ است و پروردگار اثم را حرام کرده یعنی چه؟ یعنی انما حرم بی ارخمر و پروردگار خمر را جرام کرده است.

مطلبی با دانشجو

این دفعه ما پیغامی داریم و روی سخنان با آقای دانشجویی است که متأسف بودند چرا شخص تحصیل کرده ای آن هم در عصر تسخیر کرات از شرب خمر روی گردان می باشد!

دانشجوی عزیز: شما هفت سالگی به دبستان و ۱۳ سالگی دبیرستان و ... و احتمالاً هم اکنون که سالهای اول دانشکده پزشکی را می گذرانید کمتر از ۲۵ سال دارید. اولاً بفرمائید اشکال گیری شما از روی احساسات بوده یا عقل و علم؟ اگر احساسات دخالت داشته که ارزشی ندارد و اگر دانشی در کار بوده بفرمائید دوران دبستان یا دبیرستان یا این دو سال دانشگاه کدامشان توانسته اند اینچنین حقایق را برای شما موشکافی نمایند که شما نه تنها به فتوی و تجویز اکتفا نکرده اید بلکه از اینکه مردم گمراهند و قدر و قیمت میخورگی را نمی دانند تأسف خورده و برای تحصیل کرده ها آرزوی فهم و شعور برای درک حقایق در راه صرف شرب خمر نموده اید.

آقای محترم: با این همه علو مقام و جسارت در تعیین تکلیف مسائل حل نشده که گویا در وجود شماست آیت حاضرید آنچه را درباره الکل همی ندو سه سال دانشکده خوانده اید درست در برابر استاد پاسخ دهید.

آیا ممکن است با استادان اجازه بدهید راجع بالکل با شما صحبت کند و در نظریه اتان چنانچه با استاد اختلاف سلیقه ای پیش آمد تجدید نظر بفرمائید؟ گمان کنم شما خام تر از آن باشید که بزرگواری فرموده حتی اجازه صحبت کرن بر خلاف نظریه اتان را بکسی بدهید! معلوم است شما چه فکر کرده و فتوی داده اید!

شما وقتی می بینید کسانی که قدم بمه گذارده اند میخوراگی دارند شما همینکه میخوانید کسانی چون حافظ و خیام و ... از می و ساغر تعریف می کنند شما چون میخوانید که بدن نیازمند بمقداری الکل است یا نتیجه سوخت و سازهای بدنی بالاخره در مرحله ای مخصوص الکل می باشد هر سه را ردیف کرده با فهم و علم خود آنها را سبک سنگین نموده و نتیجه گیری بدون چون و چرا و بلابر گشت می نمائی: مشروبخواری که چیزی نیست اندک مصرفش نیز سودمند است.

میخوارگی تکنولژیست ها

پیشرفت فوق العاده دنیای غرب در علم و بویژه تکنیک سبب جلب نظر همگان بویژه جوانان گردیده است اما حساب تسخیر ماه و صنعت و تکنیک از ادب و اخلاق و مذهب جداست.

هنگام پرتاب سفینه تسخیر کنندگان ماه عده ای از سیاه پوستان گرسنه بعنوان اعتراض در میدان پرتاب اجتماع کرده بودند.

نازی ها که در زمان خودشان بنظر مردم فوق العاده پیشرفته بودند کوره های آدمسوزی داشتند.

کانگسترها، انتحارها، هروئین ها و ... در کشورهای مترقی بیشتر از سایر ممالک است از اینرو حساب تکنیک ا کوره آدمسوزی جداست و بهمین منوال تسخیر ماه هیچ ارتباطی با میخوارگی ندارد و آنچه باید وجود داشته باشد اینکه انسان آسمانها را مسخر سازد نه اینکه خود مسخر الکل گردد.

اگر به کلیسا رفته و کشیش رادیده اید که در پایان وعظ و دعا، خرده نانهای خیس شده در شراب را بدهان مقدسان میگذارد که: شراب خون عیسی و نان گوشت آن حضرت است و با این عمل تصور می فرمائید خوردن شراب در دین آنان حلال و بلکه صواب و ثواب می باشد چنین نیست و در کلیه کتابهای آسمانی شرب خمر حرام گردیده است کما آکه با تحریف در اناجیل باز موارد زیادی که شرابخوارگی را حرام دانسته و مصرفش را نهی می نماید.

وای بر آنانی که صبح زود برمی خیزند تا در پی مسکرات بروند و شب دیر می نشینند تا شراب ایشانرا گرم نماید و در بزمهای ایشان عود و بربط و دف و نای و شراب می باشد (باب ۵ آیه ۱۱ کتاب اشعای نبی)

وای بر آنانکه برای نوشیدن شراب زود آورند و بجهت

ممزوج ساختن مسکرات مردان قوی می باشند (باب ۵ آیه ۲۲ کتاب اشعیان نبی)

و لکن اینان نیز از شراب گمراه شده اند و ازمسکرات سرگشته گردیده اند هم کاهن و هم نبی ازمسکرات گمراه شده اند و از شراب بلعیده گردیده اند از مسکرات سرگشته شده اند و در رویا گمراه گردیده اند و در داوری مبهوت گشته اند زیرا که همه سفره ها از قی و نجاست پر گردیده و جائی نمانده است (باب ۲۸ آیات ۷-۸ کتاب اشعیاء نبی)

شراب استهزاء میکند و مسکرات عربده می آورد و هر که بآن فریفته شود حکیم نیست (باب ۲۰ آیه ۱ امثال حضرت سلیمان)

وای از آن کیست و شقاوت از آن که و نزاعها از آن کدام و زاری از آن کیست و جراحتهای بی سبب از آن که و سرخی چشمان از آن کدام؟ آنانیر است که شرب مدام می نمایند و برای چشیدن شراب ممزوج داخل می شوند بشراب نگاه مکن وقتی که سرخ فام است حینی که حبابهای خود را در جام ظاهر می سازد و بملایمت فرو می رود اما در آخر مثل مار خواهد گزید و مانند افعی نیش خواهد زد چشمان تو چیزهای غریب را خواهد دید و دل تو چیزها را کج تنطق خواهد نمود و مثل کسیکه در میان دریا می خوابهد خواهی شد یا مانند کسی که بر سر دکل کشتی میخسبد و خواهی گفت مرا زدند لیکن درد را احساس نکردم. مرا زجر نودند لیکن نفهمیدم پس کی بیدار خواهم شد همچین معاودت می کنم و باردیگر آنرا می طلبم.
باب ۲۳ آیات ۲۹ و ۳۰ امثال حضرت سلیمان)

آنگاه از شراب و مسکرات پرهیزد و هرگز شراب و

هرگز مسکرات را ننوشند و هیچ عصیر انگور ننوشند (باب ۶ آیه ۳ سفر اعداد).

انوح مادر شمشون مجاهد اسرائیلی بدین نحو ترقیم یافته والان با جذر باش و هیچ شراب و مسکری منوش و هیچ چیز نجس مخور و تو می بینی که شراب و سایر مسکرات را با نجاسات مثل بول و غایط و گوشت سگ و خوک قرین کرده محققا آنها نجس در حرامند پس مسکرات نیز نجس در حرام خواهند بود ... (سفر داوران باب ۱۳ آیه ۴).

زنا و شراب شیره دل ایشانرا می رباید (باب ۴ آیه ۱۱ کتاب هوشع نبی)

زیرا که در حضور خداوند بزرگ خواهد بود و شراب و مسکری نخواهد نوشید و از شکم مادر خود پر از روح القدس خواهد بود (باب اول انجیل لوقا آیه ۱۵)

پس خود را حظ کنید مبادا دلهای شما از پر خوری و هستی و اندیشههای دنیوی سنگین گردد و آنروز ناگهان بر شما آید (انجیل لوقا باب ۲۱ آیه ۳۴)

زیرا هر کس عشاء خود را مقدم میدارد و یکی گرسنه و دیگری مست می شود. (باب ۵ آیه ۱۸ رساله پولکس).

در وقت آمدن به خیمه مجمع شراب و مسکرات مخورید مبادا عقل شما زایل گشته فرق در میان مقدس و غیر مقدس و طاهر مگذارید ۰ باب ۱۰ آیه ۸ الی ۱۱ سفر لاویان(۱)

۱- نقل از رساله کوچک که نویسنده آن آقای میرزا محمد صادق فخر الاسلام. چاپ ربیع المولود ۱۳۲۹ در مطبعه میرزا علی اصغر، تهران.

تصور کنم نقل چند مطلب از کتابهای عهد قدیم و عهد جدید (کتاب مقدس) کافی بود.

عقائد نصاری امروز درباره مسکرات

(الف) دلیل بهتر و مهمتر از این نیست که در اول همین جلد وردم که: هر چه رساله دکترای دیدم قبل از سال ۱۹۳۵ درباره انگور ضمن تعریف از خواص شراب با تمسخر و استهزا چنین مطلبی را داشت: این تنها اسلام است که از مزایا و خواص شراب چشم پوشیده و آنرا بر پیروانش حرام و ممنوع ساخته است و حتی بعضی از آنها آیه انما الخمر و المیسر و ... را نقل کرده بودند.

رساله های تا تقریباً سال ۱۹۵۰ کم و بیش ساکت و حالت بینایی را داشت اما از آن تاریخ تا امروز هر نوشتجات بود تقیبا همه از شرابخواری مذمت کرده و دستور اسلام را در این باره مستحسن شمرده بودند. بموازات این روش پزشکان خارجه رفته یا بسیاری اطباء دیگر به تقلید از آنان در سالهای قبل در دادن الکل و تونیک ها به بیماران دست بازتری داشتند و بتدریج از تجویز الکل برای درمان کاسته شد تا امروز بوضعی که می بینیم و در نهایت نقصان قرار و بحداقل تجویز درآمده است.

(ب) در برابر آنهمه اعمال تبلیغاتی که از طرف کلیساها برای تشویق بمیخوارگی بعمل آمده و می یاید: هم شراب را بجای خون عیسی بمردم می دهند خونی که بعقیده آنان ریخته شد برای آمرزش جمله خلایق و شرابی که با معجزه حضرت عیسی و مادر بزرگوارش بوجود آمد (در باب ۲ انجیل یوحناست که حضرت

در اوائل بعثت باتفاق حضرت مریم و حواریونش بعروسی قانای جلیل که مجلس شراب یهودیها بود دعوت شد که ناگهان دیدند شراب تمام شد. شش قرح سنگی بزرگ در آنجا بود که برای شستن دست یهودیها گذاشته شده بود. حضرت فرمود آنها را پر از آب کردند و آنها را مبدل به شراب بسیار قوی نمود و این معجزه اولش بود)

با تلاشهای کلیساها و کوششهای متعصبین در راه نگهداری جنبه صواب و صلاح معجزه حضرت مبنی بر اینکه شراب خون عیسی و یا در حداقل خواص از معجزات آن حضرت است و باوجود آنهمه تبلیغاتی که برای تشویق بمیخوارگی از بعضی زوایای اجتماع بعمل آمده و می آید بالاخره امروز نتایج حاصله بصورت زیر درآمده است:

۱ انجمن ملی مبارزه با الکلسمدر آمریکا است که مدیریت آن با خانم مارتی مان بوده و در ۷۴ شهر شبکه های رایگان برای درمان افراد الکلی بوجود آورده است و انجمن های دیگر که نام بردنشان لزومی ندارد.

۲ مبارزه طبیعی و خودبخودی با الکلسم بوسائل مختلف است چنانچه طبق آما رسمی سازمان ملل متحد، مصرف انواع اب میوه تازه در سراسر جهان در ظرف ده سال اخیر ۴۰۰ برابر شده ... در اتحاد جماهیر شوروی سال بسال طبق برنامه منظمی درصد الکل را درودکاهها و شرابها و حتی آبجو کم کرده و مشروبات لوکس تقلیدی فقط برای صادرات ساخته می شود.

۳ میگساری که روزگاری موضوع طنز نویسی و یا درام

نویسی بود امروز بیشتر در چهارچوب واقعیت های آزمایشگاهی، بیمارستانی، درمانی و روانی قرار گرفته است.

۴ هیچ پزشکی از بیمارش می پرسد آیا نان خورده ای آیا گوشت می کرده ای...؟ ولی همه سؤال می کنند از الکل و تریاک و ...

۵ کدام غذائی مورد شک رار گرفت تا اینکه همه کتاب درباره زیانهایش نوشته شد جز الکل و چه دانشمندی غذائی را نشان داد که بحث بر سر این بوده باشد که آیا اندک خوردنش هم زیان دارد یا نه؟

میخوارگی حافظ ها و خیامها

برخی چنین پنداشته اند که بسیاری از سخنوران نامی بویژه کسانی چون حافظ و خیام و ... تمام اوقات خود را با شاهدان بازاری در گوشه میخانه ها بسر برده و در پای خم خمیرست و خراب افتاده در یکدستان جام می نانب و در دست دیگر زلف کج یار بوده و زبانشان چز به بدگوئی مؤمنان و سرزنش متقیان در دهان نمیچرخیده و منتها آرزویشان این بوده که پس از مرگ جسدشان را در تابوتی از چوب تاک بگورستان برده با شراب بشویند و بجای تلقین و فاتحه، زیبارویانی بیایند و دست در آغوش یکدیگر بر تربتشان می بریزند و طرب نوازند و رقص کنند! اجازه بفرمائید بچند علت فقط از حافظ صحبت کنم: اشعار خیام کمتر و تقریبا متحصر بر باعیاتی چند است بعضی از رباعیاتش منسوب بدیگران است آنقدر لطافت شعری و انتخاب کلمات مناسب که در اشعار

حافظ بکار رفته در رباعیات خیام دیده نمی شود خیام اصلی چه گفته و رباعیاتش کدامند کاملاً معلوم نیست در صورتیکه حافظ یکی و خیام چندین نفر در تاریخ ثبت نام شده اند مطالب کافی و اطلاعات ما به اندازه ای از زندگانی شاعرانه خیام باقی نیست که بتوان کاملاً مورد بررسی قرار داد و مهمتر از همه آنکه خیام جبی مسلک بوده و لازم بشرح نیست در این باره چیزی نوشته شود، زیرا کسانی که خودشان را همه کاره می دانند یا آنان که خویش را عروسک پشت پرده ای می شمارند که در میان انگلستان قضا و قدر میچرخند هر دو می توانند بخوبی نیاز مبرم خود را به عقاید طرف مقابل احساس کنند تا به حدی که اگر کتابهای اولین دانشگاه و آخرین پیامبر هم اینک از غذاست نه تنها انسان در کارهای دیگرش میان جبر و تفویض قرار دارد بلکه در تغذیه اش نیز باجبار خلقت تکوین و اختیار آفرینش تشریح داشته شده و قرآن باو می گوید در این امر نیز بین جبر و اختیار قرار دارد بدین معنی که گویا دستور می دهد ای اهل ایمان یازده ماه سال را از بهترین غذاها بخور (و الطیبات من الرزق قل هی للذین آمنوا) و یک ماه را اندکی امساک کن (کتب علیکم الصیام ... شهر رمضان...) که در حقیقت یازده ماه باجبار باید خود و یک ماه را با اختیار مطیع در طرز تغذیه باش و در هر امری انسان همانند مسئله تغذیه اش بین جبر و تفویض قرار دارد که خواهم گفت و در هر حال مشابه نسبت اجبار و اختیار در تذیه که تکوین عظمت و قدرت بیشتری دارد همیشه و همیشه وسعت دامنه اجبار فوق العادگی داشته و میدان اختیار در برابرش کوچک می نماید و احاطه قدرت پروردگار را به اختیار کسی که در خلقت مثل یا مثل او آفریده شده چشمگیر

بوده و هست.

علوم تکوین غذاست و تشریح دواء، تکوین آدمی را بر پا و زنده نگه می دارد تا هماهنگ سایر آفریده شدگان بسوی هدفی معلوم و کل یجری الی اجل مسمی گام بردارد اما تشریح دستگاه زدودن سموم ظاهری و باطنی و در نتیجه عامل تحرک و شتاب بسوی هدف که جز کمال و سعادت چیزی نیست می باشد. تکوین همچون سکر است و تشریح رزقا حسنا تکوین همان انگوری است که رزق بحساب می آید و تشریح آن قسمت از انگور بلکه آن قسمت از رزق که حسن و نیکوست تکوین یازده ماه نیکو و طبیعی خوردن است و تشریح یک ماه را ارتباط مخصوص با غذا داشتن.

بهر صورت اجازه فرمودید در میان سخنوران نامی حافظ و خیام را بمناسبت اینکه علی الظاهر به می و جام و مغان پیوستگی بیشتری دارند انتخاب کرده و بین این دو نفر نیز حافظ را برگزینم،

قبلاً بگویم: کتابهای چندی در این باره نوشته و با ثبات رسانده اند که مقصود حافظ و خیام و شاعرانی دیگر از می و جام و ساقی نه آب انگور است و نه ظرف شراب و نه کسیکه ظرف شراب را بدست خراباتیان میدهد و ما هم همین را باختصار ثابت خواهیم کرد ولی از آنجا که جوانان کشورهای اسلامی فعل "هر چه را مسترها و مسیوها بگویند درست و پسندیده تر از گفتار و نظریه آقاین و شیخ ها محسوب می دارند، بعلاوه ممکن است گفته شود نویسندگان اسلامی از روی تعصب خواسته اند بزرگانی چون حافظ و خیام ر تپس تر نطخیر به جرگه و دسته خود وارد سازند از اینرو حتی نامی واستنادی از کتابهای مسلمانان نخواهم نمود.

عنوان شمس الدین خواجه حافظ را از این جهت انتخاب کردم که قبل از هر چیز خوانندگان را متوجه اوضاع دینی خاندان حافظ بنمایم که پدرش کلمه دین را (شمس الدین) و خودش حافظ قرآن (حافظ) را و مردم خواجه و خود ساخته را برایش انتخاب کردند و سپس از رابطه بین «دین الهی حافظ قرآن خواجه مردم» با «پیر مغان می ساقی» سخن بگوییم. هر چند قول نویسنده نیز مانند مسلمانان دیگر است ولی جد مادری خودم مرحوم مدرس را می شناسم که در علم و ورع و تقوی در اعلی مرتبه بوده وی سر سلسله دودمان مدرسی هاست که د بساری از شهرهای ایران و عراق پراکنده اند، قبرش در وادی السلام نجف و بر سنگ قبرش این رباعی که از اوست نقش می باشد: جهان جام و فلک ساقی اجل می خلاق باده نوش مجلس وی خلاصی نیست اصلاً هیچ کس را از این جام و از این ساقی از این می.

وی که در حال نزاع گفته بود: پروانه شمع شب فروزم سرگشت و شب رسید روزم و جان بجان آفرین تسلیم نمود با احتمال رباعی فوق را که برای سنگ قبرش در اواخر عمر سروده و بالاخره بدون می و جام و ساقی نیستا آنهمه علم و زهدی که داشت اشعاری در این باره سروده که هر کس بخواند یقین خواهد کرد قصدش از می چیزی جز شراب انگور نیست و حال آنکه سوگند: لبی هرگز بمسکرات نبرده و شاید جام می را ندیده باشد. چند بیت

از آن مرد خدا نقل می شود:

از آن شیری که در پستان تاک است*** اگر با کودکی نوشم چه باک است

هر که لب بر لب جام آرد و حاجت طلبد*** نرسیده است بکامش که رسیده است بکام

فرزندانش نیز که اغلب شعری سروده و تقریباً همه روحانی و متقی بوده اند باز بهمین منوال اشعاری دارند غبار مدرسه گر تیره کرد رویم از اول هزار شکر که آخر باب میکده شستم. (۱)

شمس الدین خواجه حافظ در جوانی با تحصیل حکمت لغزید و دچار تردید و انکار بود. با تحصیل حکم عملی پس از اینکه بسن مخصوص رسید اشعارش بدو دسته تقسیم شد. یکدسته مربوط به دوران جوانی و لغزندگی و انکارش و دسته دیگر وابسته بدوران رشد و حکمت عملی و توجهش.

البته دیگر سخن از کتابهای خارجیهاست و ربطی بمسلمانان ندارد و آنان رامعرفی خواهم کرد.

اینک بچگونگی دو دسته بودن اشعارش اشاره می شود:

پیر ما گفت خطا بر قلم صنع نرفت (آفرین بر نظر پاک خطا پوشش باد: که در اینجا خلقت را محصول خطای خدا دانسته و پیرش را آفرین میگوید که از خطای خدا چشم پوشی و صرفنظر می نماید.

نیست در دایره یک نقطه خطا از کم و بیش که من

۱- در کتابهای متعددی به نام تاریخ یزد - تذکره سخنوران یزد و ... میتوان بسیاری از آنها را دید.

این مسئله بی چون و چرا می بینم: در اینجا که بمرحله کمال رسیده میگوید بدون چون و چرا ایمان حاصل کرده ام که در دستگاه خلقت حتی یک نقطه خطا وجود ندارد. بدون شک حافظ در دوران جوان علائق مادی زیادی داشته و: عراق و شام گرفتنی بشعر خود حافظ بیا که نوبت بغداد و ملک تبریز است، گوید همینطور زیبارویان را خواسته و هم شیر تاک را که گوید: شاهدان در جلوه و من شرمساز کیسه ام بار عشق و مفلسی صعب است می باید کشید.

حافظ از تهیدتی و مفلسی خود که سبب شده عشق را تحمل کند شکوه دارد:

شهری است پر کرشمه و خوبان ز شش جهت***چیزیم نیست ورنه خریدار هر ششم

ولی در دوران دیگر، دورانی که گویند خودپرستی و تظاهر نداشته و حتی بنابر عقیده بعضی جزو فرقه ملامتیون در آمده بوده است می گوید:

ولی تو تالب معشوق و جام می خواهی***گمان مدار که کار دگرتوانی کرد

و در اینجا فهمیده است که لب معشوق و لب جام بوی اجازه نخواهد داد که دست بگردن سعادت یا کار دگری در آورد و اشعار دیگری بهمین منوال که چند سطری بدون شرح آورده می شود:

حافظ از چشمه حکمت بکفت آور جامی***تا که از لوح دلت نقش جهالت برود

مستی عشق نیست در سر تو***رو که تو مست آب انگوری

دلا ز نور ریاضت گر آگهی یابی***چو شمع خنده زنان ترک سر توانی کرد

خرم دل آنکه همچو حافظ***جامی ز می الست گیرد

بهیچ روی نخواهید یافت هشیارش***چنین که حافظ ما مست باده ازلی است

هر آن خجسته نظر کز پی سعادت رفت***بکنج میکده و خانه ارادت رفت

صبح خیزی و سلامت طلبی چون حافظ***هر چه کردم همه از دولت قران کردم

هر گنج سعادت که خدا داد بحافظ***از یمن دعای شب و ورد سحری بود

و اشعار فراوانی در این زمینه که نمیتوان آنها را با هم سازگار کرد مگر آنکه گفت مقصود ای می و جام چیزی دیگری بوده است چنانچه حافظ ملائکه را می بیند که در میخانه می زنند و در حال مستی آب حیات می خورد در جام جم می نگرد ولی هرگز زبان آلوده ندارد با میگساران بزمهائی دارد ولی پاکدامنی را از دست نداده استو بالاخره گوید:

کس بامید وفا ترک دل و دین مکناد***که چنانم من ازین کرده پشیمان که میرس

یا:

روز در کسب هنر کوش که می خوردن روز***دل چو آینه در رنگ ظلام اندازد

شاعران دیگر

هر چند جای تردیدی باقی نیست که مقصود حافظ یا شعرای دیگر از می آن آب انگور مست کننده نیست ولی برای اطمینان قلب کسانی که انتظار دارند از سخنوران نامید دیگر نیز در این باره اشعاری بشنوند چند بیتی آورده می شود:

از مولوی:

از شراب شوق جانان مست شو***کانچه عقلت میبرد شر است و آب

مست و بنگی را طلاق و بیع نیست***همچو طفل است و معارژف و معتنی

هر که مرداری خورد یعنی نبیند***شرع او را سوی معذوری کشید

پس تو را خود عقل کو و هوش کو***تا خوری می ای تو دانش را عدو

روت بس زیباست نیلی هم بکش***ضحکه باشد نیل بر روی حبش

در تو نوری کی در آمد ای غوی تا که می نوشی و ظلمت جوشوی

از ناصر خسرو:

گر تو خود مجنونی از بی دانشی پس خویشتن***چون بمی خوردن دگر باره همی مجنون کنی

ص: ۱۴۸

از جامی:

دشمن هوش است می ای هوشمند*** دوست را مغلوب دشمن کم پسند

زانهمه می خواری و خرم دلی*** حاصل تو چیست جز بی حاصلی

حکیم سنائی

مسلم کن دل از مستی مسلم*** دمامد کش قدح اینجا دمامد

نه از آن می که زان مستی فزاید*** از آن می ها که از دل می کشد غم

حریفان همه یکرنگ و دلشاد*** چو بسطامی و ابراهیم ادهم

جنید و شبلی و معروف کرخی*** حبیب و آدم و عیسی ابن مریم

می شوق ملک نوش از حقیقت*** که تا گردد دل و جان تو حرم

خاقانی:

خاقانی ار بیاده کشد دست بدتر است*** از ابرهه که پیل کشد جنگ کعبه را

نظامی:

نپنداری ای خضر فرخنده پی*** که از می مرا هست مقصود می

از این می همه بیخودی خواستم*** بدان بیخودی مجلس آراستم

مرا ساقی آن وعده ایزدی است*** صبح از خرابی می از بیخودی است

و گرنه با یزد که تا بوده ام*** به می دامن لب نیالوده ام

گر از می شدم هرگز آلوده کام*** حلال خدا باد بر من حرام

اوحدی مراغه ای:

بت پرستی ز می پرستی به*** مردن عاقلان ز مستی به

مست نادم شوم به هوشیاری*** تو ز مستان طمع چه میداری

آب زمزم گرت کند سر مست*** گر شرابست و گر طعامست آن

آب زمزم گرت کند سر مست*** رو بشوی از حلال بودن دست

باده نوشندگان جام الست*** نشوند از شراب دنیا مست

شعراى دیگر که اگر بذکر نام و شعرشان پردازم صفحاتى چند پر خواهد شد.

آیا توجه فرمودید که چگونه شاعران نامی خود را از بد نامی آلودگی بمی دور میساخته اند و چسان تلاش میکردند که

انتخاب کرد که پیروان عشق مجازی، در زندگی عاشقانه با آنها سر و کار دارند. یک عاشق مجازی هدش رسیدن به معشوق و کامیاب شدن از وصل اوست و برای این که بتواند درد هجران را تحمل کند متوسل به می می شود و بعد از نوشیدن می، و سرمست شدن خود را نزدیک معشوقه تصور می نماید عاشق مجازی برای اینکه می بنوشد به می‌کده می رود یا اینکه قدم به خرابه هائی می گذارد که در آنجا عده ای از افراد بی خانمان جمع می شوند و می می نوشند و اسم آن خرابه ها (خرابات) شد. پیرمفروش که در اکثر بلاد ایران یک زردشتی بود در عشق بیش از جوانان عاشق تجربه داشت زیرا مرحله جوانی را عقب سر گذاشته بود و میتوانست جوان عاشق را راهنمایی نماید و باو بگوید که از چه راه میتواند به وصال معشوق برسد. در می‌کده ها و خرابات کسانی بودند که برای سرگرمی مشتریان یا برای سرگرمی خودشان چنگ می نواختند و دف می زدند و میفروش برای اینکه مشتریان را جلب نماید یک یا دو ساقی گل‌عذار را در میخانه بخدمت مشتریان میگماشت تا وظیفه ای مانند وظیفه زنها را در کاباره های امروزی بانجام برسانند و مشتریان را تشویق به می نوشیدن کنند بعد از اینکه جوان عاشق در می‌کده شراب مینوشید و صدای چنگ را می شنید و ساقیان گل‌عذار را میدید و مست میشد بیاد معشوقه می افتاد و از میخانه خارج می شود و راه سرای معشوقه را پیش می گرفت بامید اینکه شاید بتواند او را در آن محله ببیند و وقتی بانجا می رسید چون

مست بود سرش به دیوارها تصادم می کرد و تصور می نمود که دیوارهای کوی معشوق با او دشمن هستند و سرش را می شکنند.

ذوالفنون مصری تمام این اصطلاحات را که مربوط است به عشق مجازی وارد تصوف کرد و یک فرهنگ اصطلاح شناسی برای تصوف نوشت و در آن معنای هر یک از اصطلاحات را وضع کرد. صوفیان دیگر که بعد از ذوالفنون مصری آمدند بالاخص آنان که شاعر بودند اصطلاحات تصوف را در قالب اشعار، تلطیف و تہذیب کردند و معنای آنها را وسیع نمودند.

وضع اصطلاحات صوفیانه از طرف ذوالفنون مصری طوری مورد استقبال صوفیان دیگر قرار گرفت که بزودی آن اصطلاحات در سراسر دینای اسلامی معروف گردید و شعرای متصوف فارسی زبان صوری اصطلاحات مزبور را با مهارت بکار بردند که تصوف علمی شد مانند علم کیمیا، مرموز و غیر از کسانی که صوفی و عراف بودند کسی نمی توانست بفهمد که صوفیان چه می گویند و منظورشان از می و معشوق چیست.

آیا اندازه نگهداری در میگساری زبان آور نیست؟

الکل پرکالری، الکل نیرومند، میکروب کش که در حد اعتلای، خون مسیح بودنش، هیچ تردیدی نبود امروز بآنچنان ضعف و ناتوانی افتاده که طرفدارانش در تلاشند که تمام صفحات سنندیده قدیمش را در حداقل اندازه بگنجانند و در اینصورت خون حضرت مسیح اگر زیاد باشد زیان آور است و اندکش سودمند! ولی همین اندک هم باگذشت زمان بتدریج کاهش می یابد تا زمانیکه حتی کشیشان محترم هم اقرار نمایند که شان حضرت عیسی از این نسبتها بدور و خوردن حتی یکقطره مایع مست کننده ممنوع است.

چه تصادف عجیبی است، همین آقای هانری کوربن که اسمشان را بردم چندین مسافرت بایران کرده و با علامه طباطبائی نویسنده محترم تفسیر المیزان بحث ها نموده (۱) و شنیده شد نوبتی با مرحوم آیت الله بروجردی ملاقات و در ضمن بحث سوالش باینجا می رسد: با آن که مقدار ناچیز الکل مست کننده نیست چرا اسلام آنرا حرام ساخته است، ایشان بدینمضمون جواب دادند: یکی چند قطره برایش اندک است و دیگری یک شیشه! و این جواب عالمانه کافی سات که گفته شود چون استعدادها مختلف و عامل زیادت طلبی که در الکل است نیرومند و بدون گذشت می باشد تعیین مقدار حداقل برای چیزی که نه غذاست و نه موارد سلامتی دواکار، کاملاً غیر علمی بشمار می رود.

یکی از همکاران روشنفکر گفت: بچه منظور مقدار کمی الکل نوشیده می شود؟

اگر برای هوی و هوس و عشرت طلبی است که همان مقدار جزئی هم چون بمنظور فوق باشد حتی یکمرتبه درست نیست و اگر همان اندک خوردن تکرار گردد اثراتی تقریباً شبیه زیاد خوردن دارد چون مراحل سوخت و ساز و مصرف همان است که گفته اند یکی از علل پیدایش تشمع و سیروز کبد علل کوچکی است که مدتهای مدید ادامه یابد. و اگر به منظور دارو یا مایع نافع نوشیده می شود اولاً هیچ دارویی مدتهای مدید مصرف نمی شود و اگر طبق تجویز پزشک متدینی بود آن هم خوردنش اشکالی ندارد.

صرفنظر از اینکه میدانیم مقدار کمی از الکل از راه معده نیز جذب می شود و همین اندک نیز سوخت و ساز غذائی ندارد و ناچیز مقداری هم اگر باشد هرمون انتی دیورتیک رامهار مینماید و ادرار زیاد می شود و قطره اش خورده شود و وارد خون باشد در انعقاد نطفه اثری می گذارد و ...

برای نمونه مقاله ای را از نشریه دانشکده پزشکی (مجله طب عمومی سال هشتم شماره اول) نقل می نمایم:

تا سال ۱۹۶۵ عقیده کلی بر این بود که هیپوپروتئینمی (کمبود مواد بیاض البیضی خون) و بدی تغذیه عامل اصلی استحالته چربی و بالاخره سیروز کبدی در مسمومیت بالکل می باشد ولی مطالعات و تجربیات بعدی نشان داد که تجویز رژیم غذائی پروتئین دار بمقدار کافی حساب شده هم نمی تواند مانع استحالته چربی کرد در اشخاص معتاد به الکل بشود و این افراد هم دیر یا زود مبتلا به استئاتوز کبدی می شوند. لابد باین نکته توجه فرمود:

در قاموس نصارا، همانکسانی که چون بماء رفته اند میگساری اشان و احتمالاً آدم سوزیشان هم از روی علم است مدت‌ها میگساری در رأس و اعتلا قرار داشت تا بحدیکه خون یکی از پیامبران محترم اولوالعزم را به شراب نسبت می دادند (یا خدای نکرده برعکس) ناگهان دست قدرت کلیسا که روزمندترین انگیزسیون ها و محاکم تفتیشی بود از سر علم و گاليله ها کوتاه شد و در نتیجه بزودی قدرت مذهبی از نیروی دانائی و علم جدا و هر کدام برای رفتند.

از زمانیکه علم در یک طریق و مسیحیت در راه دیگر افتاد بتدریج از احترام مشروبات الکلی کاسته شد تا بالاخره چنان شد که از ۱۹۶۵ ببعده دانستند. یعنی اگر سابقاً میگفتند: سوء تغذیه + میگساری = تشمع و استحال کبدی. امروز می گویند رژیم خوب غذایی + الکل = استحال + تشمع کبدی و صبر کنید طولی نمی کشد ساقی تاج افتخا خودت را به خم انداخته جام بر سر نهاده از خرابات خارج شده به عالم انسانیت می پیوندد.

اسپریتس ولیبر (Spritz Liber) با مطالعه کبد تعداد زیادی وش معتاد شده به الکل ملاحظه کردند که رژیم غذایی پروتئین دار مانع استحال چربی کبد نمی شود ولی شدت ضایعات بستگی بمقدار پروتئین رژیم غذایی دارد.

چون عقیده عده زیادی از متخصصین بر این بود که دادن پروتئین زیاد کبد را از اثرات سمی الکل محافظت می کند در

یکی دو سال اخیر دانشمندان مطالعات خو را در این باره ادامه دادند.

رابین ولیبر (Rubin Ch Liber) موفق شدند بطور تجربی برای اولین بار در انسان تغییرات هیستوپاتولوژیائی کبدهای مسمون شده با الکل را بوسیله میکروسکوپ الکترونیک رؤیت نموده و تغییرات شیمیائی داخل سلول را در آنها شرح دهند.

دانشمندان فوق الذکک آزمایشات خود را روی اشخاص داوطلب بشرح زیر انجام دادند:

۱ سن اشخاص داوطلب بین ۳۰ الی ۵۰ انتخاب شد.

۲ از هر دو جنس بطور مساوی افرادی تحت آزمایش قرار گرفتند.

۳ دقت کافی بعمل آمد که داوطلبین هیچگونه سابقه بیماری کبد و مصرف الکل بمقدار زیاد نداشته باشند و حتی از داوطلبین خواسته شده بود که ۲ الی ۵ ماه قبل از بستری شدن در بیمارستان هیچگونه الکلی مصرف نکنند.

۴ رژیم غذائی داوطلبین در مدت بستری شدن ۳۶۰۰ کالری در نظر گرفته شد که ۲۵٪ آنرا پروتئین ها (یعنی بیش از دو برابر احتیاج بدن و پروتئین توصیه شده در رژیم غذایی استاندارد) و ۲۵٪ دیگر کالری را مواد چربی (در حدود نصف مقدار توصیه شده جهت اثبات فرضیه لیدهای آندوژن) و ۵۰٪ کالری باقیمانده بوسیله مواد نشسته ای و الکل تأمین می شد.

۵ به داوطلبان همه روزه تا ۱۲ روز مقداری الکل باین ترتیب داده می شد که در ۴ روز اول الکل تجویز شده ۲۴٪

کل کالری بود و س از ۸ روز مقدار الکل به ۴۲٪ کل کالری لازم می رسید.

نوع الکل، اتانول ۹۵٪ که رقیق شده و در ۶ وعده به داوطلبین داده می شد.

۶ از داوطلبان قبل از تجویز الکل و بعد از آن بیوپسی کبد بعمل می آمد و حتی در بعضی از بیماران در روز دوم و در برخی دیگر در روز هشتم آزمایش نیز بیوپسی سومی از کبد بعمل می آمد بعضی از داوطلبان حتی پس از یکماه بعد از قطع کامل الکل حاضر به چهارمین بیوپسی نیز شدند.

۷ تغییرات شیمیایی کبد از نظر لیپیدها با متد فولش (folch) و از نظر تری گلیسریدها با روش سیندر (Synder) تعیین و احتساب می شد و پس از آن مقدار پروتئین های بافت کبدی بعد از جدا کردن لیپیدها تحت مطالعه قرار می گرفت.

در ضمن در ساعات مختلف روز مقدار الکل سرم خون داوطلبین اندازه گیری می شد.

۸ بافتهای کبدی پونکسیون شده، اول بوسیله میکروسکوپ معمولی و سپس با میکروسکوپ الکترونیک تحت مطالعه قرار می گرفت.

نتیجه مطالعات

البته توجه فرمودید که در اینجا مقدار الکل مصرف شده چه اندازه بود و بعد از دو روز بیوپسی کبد یعنی بیوپسی کبدی که ناچیز ا کلی بان رسیده است.

۱ - تغییرات شیمیائی: بطور کلی در تمام موارد پس از

تجویز الکل که مقدار آن در سرم خون هیچوقت از ۱۲۰ میلی گرم در صد تجاوز نمی کرد (این مقدار فقط سبب یک مستی خفیف و انوری مختصر می شود) مقدار لیپیدها و تری گلیسریدها در بافت کبدی افزایش قابل ملاحظه ای را نشان می دهند. افزایش تری گلیسریدها بطور متوسط هفت برابر طبیعی بود ولی این افزایش یک ماه بعد از قطع کامل الکل از بین رفته و مقدار تری گلیسریدها و لیپیدها بمقدار طبیعی برگشته بودند. وزن بدن داوطلبین در مدت آزمایش تغییر قابل ملاحظه ای را نشان نداده بود.

۲ تغییرات آسیب شناسی: اخیراً استحالته چربی کبد را بادر نظر گرفتن مقدار چربی بچهار گروه (۱+۲+۳+۴) تقسیم کرده اند. پیشرفته ترین درجه استحالته +۴ است که در آن علاوه بر ارتشاح وسیع چربی کیست های چربی نیز در بافت کبدی دیده می شود. در بافت کفژبیدی پونکسیون شده درجات مختلف استحالته چربی وجود داشت و جالب آنکه پس از قطع کامل الکل بمدت یک ماه و پونکسیون مجدد کبد تغییرات فوق الذکر از بین رفته و ساختمان طبیعی کبد دوباره مشاده شد ولی در بعضی از لامها تا مدتی ارتشاح سلولهای بزرگ چربی از نوع سلولهای غول پیکر دیده می شد که منش. بافت همبندی داشته اند.

۳ تغییرات سلولی در مطالعه با میکروسکوپ الکترونیک: در حال طبیعی در سلول کبد رشته هائی بصورت دستجات موازی با هم بنام R.E.R همچنین توده های نامنظمی بنام S.E.R در میان میتوکندریها وجود دارد که مجموع این دو سیستم R.E.R و S.E.R را سیستم اندوپلاسمیک رتیکولوم مینامند بطور کلی تغییرات سلولی مطالعه

شده رابطه مستقیمی با مقدار چربی انباشته شده در بافت کبد دارد.

حتی در نمونه هائیکه دو هفته بعد از قطع الکل تحت مطالعه قرار گرفته شد اثری از این رشته ها دیگر دیده نشده بود. در سیستم S.E.R نیز تغییرات قابل ملاحظه ژای بوجود می آید بدین معنی که در این سیستم حوضچه هائی که پر از چربی اس بوجود می آید و بالاخره میتوکنندری سلولهای کبدی نیز تغییر شکل و حجم یافته و حتی تبدیل به یک نوع غیر طبیعی و بزرگ بنام مگاتوکنندریا می شود که در داخل بعضی از آنها انکلوزیونی از اجسام کریتالین دیده می شود. در مراحل پیشرفته دژنرسانس موضعی سیتوپلاسمیک بصورت از بین رفتن سیستم آندوپلاسمیک دیده می شود که منجر به نکروز سلولی می گردد.

تفسیر مطالعات:

با در نظر گرفتن آزمایشهای فوق الذکر چنین بی می آید که الکل علیرغم تجویز رژیم غذایی پر پرتین و کم چربی سبب استحاله چربی کبد می گردد که اگر ادامه پیدا کند منجر به تغییرات مهم نسج کبدی و بالاخره نارسائی آن می گردد ولی با مطالعاتی که تاکنون روی حیوانات آزمایشگاهی شده باید این حقیقت را در نظر گرفت هک نارسائی کبدی در نزد اشخاصیکه سابقهمصرف الکل دارند در مدت خیلی کوتاهاتر از افرادی که سابقه مصرف الکل ندارند بوجود می آید اما درباره آنچه راجع به مقدار چربی رژیم غذایی داوطلبینی نوشته و ادعا شده که رژیم کم چربی سبب تخفیف استحاله کبد می شود، باید گفت که در آزمایشهای اخیر خلاف این گفته ها ثابت شده و چنانچه در بالا متذکر

شدیم رژیم غذایی داوطلبان از نظر چربی فقیر بوده و چربی فقط ۲۵٪ کل کالری غذای داوطلبین را تشکیل می‌داده و این حداقل چربی توصیه شده است که در رژیم غذایی وجود دارد (مقدار چربی رژیم غذایی مردم ممالک متحده آمریکا که استاندارد می‌باشد ۴۴٪ کل کالری را تشکیل می‌دهد) ولی با وجود رژیم غذایی کم چربی و پر پروتئین در عمل و مطالعات فوق دیده شد که الکل ضایعات اضمحلی که شرح آنها در بالا گذشت بوجود می‌آورد، نکته قابل توجه این است که مقدار معین الکل در اشخاص مختلف موجب تغییرات یکنواخت و مساوی نمی‌شود در بعضی اشخاص ضایعات کبدی زیاده‌تر و در بعضی کمتر است. و چنین بنظر می‌رسد که سابقه اعتیاد اشخاص بالکل از نظر شدت و انتشار ضایعات کبدی اهمیت داشته باشد. یعنی میزان تغییرات سلولی کبد بستگی باعتیاد قبلی داوطلبین بالکل دارد.

آیا خوردن کمی الکل ضرری ندارد؟

با آنکه میتوان مدارک دیگر آورد که: خوردن الکل. حتی بمقادیر ناچیز زیان دارد(۱) اما به بحثی جالب می‌پردازیم

۱- مثلا- از کتاب ۶۷۶ دانشگاه بنام بهداشت عمومی روستائی تألیف آقای دکتر سید محمود زوین، صفحه ۶۸ میگوید: شواهدی موجود است که الکل به مقادیر کم نیز در کوتاهی عمر عامل مؤثری میباشد ... و یا توجیهی که توسط دوست روشنفکرم بعمل آمد و در چند برگ قبل گفته شد و

و همه الهام از قرآن کریم می گیریم:

قبل از هر چیز باید گفت: همه میدانند، حدودی قند، اندازه ای اسیداوریک، مقدار کلسترول در خون وجود دارد که حدود همه کاملاً بررسی شده حد اقل و حداکثری برای آنها تعیین گردیده که اگر از آن حد و حصر تجاوز کرده کم یا بیشتر باشد غیرطبیعی است.

این هم هست که: قند یا اسید اوریک یا کلسترول یا ... همینکه از حداکثر تجاوز کرد بلافاصله آدمی را خبر نمیکند و چه بسا بر حسب اتفاق معلوم شده که بیماری بعثت ناراحتی دیگر مراجعه کرده و تصادفاً معلوم گردیده مثلاً قندش بالاست یا اسید اوریکش یا ...

الکل نیز از جمله عناصری است که وجودش در خون ضروری و حتمی می باشد و مقدار حد اقل و حداکثرش معلوم است و این مقدار بوسیله غذا باید تأمین شود و میشود و هیچ نیازی بخوردن الکی که سوخت و ساز غذایی ندارد اما الکل خون را افزایش می دهد نیست.

حال چنانچه کسی با توجه باینکه الکل فوی وارد خون می شود مقدار کمی از آنرا بخورد این قبول است که الکل خونش بالا می رود و در عین بالا- رفتن ممکن است همانگونه که بیمار مرض قندی یا اسید اوریکی خود متوجه بیماریش نشده با ناچیز الکل هم حالت مستی روی ندهد! آیا قبول دارید که زیادت

الکل از حداکثر در خون بدون اینکه آثار زیادت یعنی مستی ظاهر گردد یکنوع بیماری است؟

ولی مقصود ما چیز دیگری است و آن الهامی است که گفته شد از قرآن خواهیم گرفت.

آیات مربوطه به الکل را پهلوی هم نوشته بودم یک مرتبه متوجه شدم چند جا بعنوان مسکرات از آنها نام برده شده میفرماید نزدیک نماز مروید در حالیکه سکاری و مست هستید، یا سکر در آیه مورد بحث و ... و در چند آیه بجای مسکرات کلمه خمر را آورده با اندک تأملی متوجه علت و این نکته علمی و اعجاز قرآن شدم.

یک نکته علمی از قرآن

وقتی روی سخن قرآن با مردم است و دستورات امر و نهی و تشریفی در کار یا همینکه می خواهد بقرینه در برابر رزق حسن و نیکو روزی ناپاک و ناپسند بیاورد کلمه سکر و سکاری و مستی و مسکرات را ذکر می فرماید یعنی برای معرفی شخص مست کلمه مذکور را می آورد اما همینکه مطلب را بمیدان مبارزه با دانشمندان رها می کند و به بیان جنبه علمی و تحقیقات آن می پردازد کلمه خمر را ذکر می فرماید تا از این کلمه حتی بتوانیم بفهمیم چرا باده نوشی حرام و ممنوع شده هر چند یک قطره بوده باشد؟

اینک توجه فرمائید: خمر یعنی پوشاندن و مستور کردن خمار روسری زنان و آنچه سر زنان را می پوشاند خمیر بدین مناسبت که روی آنها می پوشانند و ...

اصولاً دین مقدس اسلام زیربنائی دارد و روبنائی، اسکلتی

دارد و شاخ و برگهایی، اصولی دارد و فروعی. همانطور که در اعتقادات یا معاملات یا ... ریشه ها و شاخه هائی را ملاحظه می کنید مکتب ادب و اخلاق را نیز دارای اصلها و فرعهای بلکه دارای فرمولهای کلی و انشعابات می باشد مثلاً یک فرمول کلی است که می گوید:

هر سخنی یا عملی باعث تفرقه کلمه و پراکندگی مسلمین و موجب سلب اعتماد و اطمینان از یکدیگر گردد بر زبان آوردنش نارواست از غیبت، تهمت، دروغ و... (۱)

در مسئله مورد بحث نیز فرمول کلی اسلامی چنین است: آدمی هم عقل دارد هم احساسات، همینطور که باید فلان غده ی ترشحش مهار کننده ترشح غده دیگر باشد یا اعصاب سمپاتیک و پاراسمپاتیک باید تعادل یکدیگر را نگهدارند و یکی تند کننده است و دیگری کند کننده، و هر زمان خواست یکی تندی کند، کند بمیدان آید و چون کندی خواست تنبلی پیش آورد تند کننده دخالت کند عقل و احساسات نیز در وجود آدمی در برابر یکدیگرند با این تفاوت که همیشه باید احساسات بوسیله عقل کندرل شود و لازم است با تحصیل علم روز بروز بر عقل و کمال افزود و دامنه احساسات را نیز بطرز مخصوصی بموازات عقل جلو آورد و با سپردنش به دست مراقبت و نظارت عقل تکمیل کرد. احساساتی که به روح و روان آدمی نشاط می بخشد و عقلی که روابط احساسات و روح و نشاط را عاقلانه می کند.

اینک با ذکر مقدمه فوق: هر آشامیدنی یا خوردنی یا شنیدنی

یا ... که عقل را در برابر احساسات ضعیف گرداند یعنی حالت تعدیل بین عقل و احساسات را بهم بزند آنچنانکه احساسات جلو و پرده و ستر خمر قرار گیرد و باصطلاح قرآن خمر مستوری شود اسلام آنرا حام گردانیده و بزودی خواهید دید که اگر مسکرات همین کار را می کنند از نوشیدنیها گوشت خوک همین کار را می کند از خوردنیها ساز و طنبور و آواز همین کار را می کند از شنیدنیها مخصوصا آواز زنان تا آنجا که قرآن می فرماید و لا یخضعن بالقول فی طمع الذی فی قلبه مرض (سوره احزاب) زینهار بانازک و نرمی با مردان سخن مگوئید مبادا آنکه دلش بیمار (هوا و هوس) است بطمع افتد.

از اعضای زنان همینکار را می کند از دیدنیها که اندک دیدارش جلو آمدن احساسات است و شدیدتر شود تا آنجا که نبی گرامی فرماینند دو ثلث عقل زایل گردد (و روی انه اذا قام ذکر الرجل ذهب ثلثا عقله) (۱) و از این جهت این نام «خمر» را بمشروبات الکلی اختصاص داده اند (با آنکه مستور کننده عقل همانگونه که گفته شد زیاد است) که در خبری فرموده اند کلید همه زشتیها و گناههاست و زودتر و بهتر احساسات را جلو عقل و پرده آن قرار داده آنرا

۱- جامع السعادات نراقی جلد ۲ چاپ نجف صفحه ۱۰. و نبی گرامی به وجه تشابه بلکه به شرکت موسیقی و زنا اشاره کرده میفرماید: الغنا رقیه الزنا - موسیقی مقدمه نزدیک شدن مرد و زن است (کتاب جامع الاخبار) و قرآن مجید هم به کلمه سکر و مستی در مورد قوم لوط مربوط به همین مسئله اشاره فرموده: لعمرک انهم فی سکرتهم یعمهون (سوره الحجر).

می پوشاند و خوردن حتی یک قطره الکل که سوخت و ساز غذایی ندارد سبب جلو آمدن یک ذره احساسات و ناچیز طربی در برابر عقل خواهد گردید.

باز از قرآن

وعدده داده بودم نه از قرآن بگویم نه از روایات و اخبار زیرا برای باده نوشان که چند آیه مربوط به میگساری را نپذیرفته اند آیات دیگر هم بهمان سرنوشت خواهند بود و اگر اهل ایمانند که یاد گرفتن شکایات نماز برای کسیکه هرگز در نماز شک نمی کند واجب نیست ولی هم اکنون از قرآن است برای کسانی که در برابر قرآنند و می گویند: پروردگار هم راجع به منافع خمر اشاره ای فرموده است و کار باده نوشی بچنان سختی که می گویند نیست!

دو جمله در قرآن است ... قل فیهما اثم کبیر و منافع للناس ... و اثمهما اکبر من نفعهما در این دو جمله کلمات اثم کبیر و اکبر منافع و نفع نظر شما را جلب م کند از اینرو توجه فرمائید! اثم: حالتی است در عقل یا در موجود خارجی که سبب می شود انسان برای رسیدن به خیرات عقب افتاده گردد.

کبر: بر حسب اعتباری که یکی یا چیزی در برابر دیگری کوچک باشد آنرا بزرگ گویند و د مقام مقایسه در همه نوع سخن و مطلبی از اعداد، اعتبار، اسم ذات و معنی و ... بکار برده می شود.

نفع: در برابر ضرر (منفعت و ضرر) آن چیزی است که

وسيله رسيدن بخير مي باشد يا آنچه در خود خير است.

اگر ميخواهيد مقصود مرا بدانيد به دانستنيهاي زير عنایت فرماييد.

۱ اثم در برابر براست (تعاونوا على البر والتقوى و لا تعاونوا على الاثم و العدوان سورة المائده) بايد شما بيکديگر در نيکوکاري و تقوى کمک کنيد نه بر گناه و ستمکاري ...

۲ نفع در برابر ضرر مي باشد (قل لا املك لنفسي نفعا و لا ضرا سورة اعراف) (اي رسول ما بمردم) بگو که من مالک نفع و ضرر خویش نیستم...

۳ در آیات: اثم در برابر نفع آورده شده نه در برابر بر يا ضرر.

۴ در جمله اول کلمه کبير و در دوم اکبر ذکر گردیده.

۵ در جمله اول پس از اثم کبير کلمه منافع است و در دومی کلمه نفع.

نتيجه: از آنجا که الكل منافعى للناس دارد و مردم نفعهائی بر آن مترتب می دانند از قبيل: نفع داروئی: نفع مالیاتی و عوارضی و تجارتي نفع آزمایشگاهی و ... پس از کلمه اثم کبير در آیه اول کلمه منافع را آورده ولی برای اینکه نشان دهد اگر نزد للناس کلمه منافع برای خمر وضع می شود نزد پروردگار اوضاع چه قرار است و زنه طرف اثم را خیلی سنگین کرده کلمه اکبر را بآن می افزايد ولی منافع را که جمع است مبدل به نفع که مفرد است می گرداند تا بدین وسيله ضمن تحقير موضوع را به ناچيز منفعتی که خم در بر داد اشاره شده باشد. (نزد خدا اثم! کبر

و نفع و نزد مرد اثم کبیر و منافع است).

آیا میتوان همانگونه که آشنائی بکلمات: کبر نفع داریم درباره اثم نیز اطلاعاتی بیشتر کسب نمائیم؟ آری باز از قرآن با توجه بآیه (انما یرید الشیطان ان وقع بینکم العداوه و البغضاء سوره المائد) شیطان قصد دارد بوسیله قمار و شراب میان شما عداوت و کینه برانگیزد که کلمه اثم که در یک آیه سمبل خمر است در اینجا عداوت و بغضاء جانشین آن کلمه «اثم» شده است.

حایب عداوت و بغضاء را معنی کنیم تا معنی کلمه اثم بهتر دانسته شود و باز مدرک از قرآن می آوریم:

(تعاونوا علی البر و التقوی و لا تعاونوا علی الاثم و العدوان سوره المائد) (معنای آن در چند برگ قبل گذشت).

در این صورت تقوی به کسی گفته می شود که دارای ترمزی و وقایه ای است که میتواند هنگام گناه آنرا بکار برده خود را از پرت شدن بدره خطا و لغزش محفوظ بدارد، عدو و عدوان به کسی گفته می شود که اصلاً ترمز ندارد یا ترمزش بوسائلی که مستور کننده و خمر عقلند و احساسات را بر عقل غلبه می دهند (۱) کار نمی کند و بطور کلی عدو به تجاوز کار گفته می شود. (۲)

بغض ضد حب است و آن حالتی است که : نفرت آور می باشد

۱- از این مطلب معلوم میشود حرف عوام تا حدودی درست است که عرق خورها لوطی هستند زیرا احساساتشان بر عقلشان زیادت است.

۲- باز به ارتباط موسیقی و عدوان با توجه به اینکه کلمه زور در قرآن به موسیقی معنی شده توجه فرمائید.

نسبت بچیزی که قبلاً بآن رغبتی بوده است و کسیکه احساساتش بر عقلش پوشاننده شد بالاخره دوستان صمیمی را از خود متنفر می سازد.

با توجه به اینکه بر واثم وسعت معنوی فوق العاده داشته و باز تقوی و عدوان در آیه برای اهمیت هر دو تکرار شده باین نکته وقوف حاصل می گردد که جنبه عداوت و تجاوز کاری باده گساران فوق العاده تر می باشد همانگونه که پروردگار حکیم آنرا قبل از بغض ذکر فرموده است.

نتیجه آنکه: بنا بر آنچه قرآن می فرماید، اگر منافعی للناس و برای مردم درباره خمر تصور می شود نفعی است که اثم در برابرش اکبر و بزرگتر می باشد. اثمی که عداوت و بغضاء را با خود دارد و همه در یک جمله خلاصه می شود که اثم از هم پاشنده اجتماع است و نفع للناس و برای مردم از انرو نباید و الطیبات من الرزق قل هی للذین آمنوا را فراموش کرد و حتی بجای کمه نفع برای پایمال کردن حق و حقیقت کلمه منع را برخ همگان کشید!

چه خوش گفت رموس کرنیک در صفحه ۲۶ کتاب خود (Isoxieomanies) که:

Mahamet Avait Eompris Les Dangers De L. Alcool Et Le Coran En Tnterdit, L'v Emploi.
Ansse Touet. Bon Musulman N' En Absorbe Jamais

یعنی محمد پیغمبر اسلام بخطررات الکل توجه داشته و در قران نوشیدن آن منع شده است و مسلمانان حقیقی هم هرگز

مشروب نمی نوشند. (۱)

الکل عامل زیادت طلبی

اینکه قبلاً گفتیم عمل اکل یکی هم این است که زیادت طلبی دارد و مرتب میل را شدیدتر و رغبت را وافرتر بااستعمال الکل بیشتر می نماید امروز جزو بحث های بسیار مهم در زمره علل اعتیاد بالکل درآمده و اگر آیت الله بروجردی باین نکته توجه و پاسخشان به پروفیسور کوربن جالب بوده است نباید جنبه علمی این مطلب را از یاد برد که:

عده ای بر این عقیده اند که: با خوردن مشروب در بدن شخص تغییراتی پیدا می شود که در دفعات بعد شخص را بطرف الکل بیشتر می کشاند.

برخی معتقدند: علت اعتیادات حالات روانی اشخاص است که آنها را بسوی الکل سوق می دهد و چون بدن حالت فرعی در برابر الکل قبلی می گیرد باید مرتب به آن افزوده شود (شرائط خانوادگی و اجتماعی هم منظور است).

علاوه بر اینکه قدرت عامله زیادت طلبی الکل شناخته شده و مورد پذیرش دانشمندان است جسته گریخته به مواردی برمی خوریم که علاوه بر مسلمانان که معتقد به حرام بودن خوردن جرعه اشیم باشند نصارا هم جرئت ن و شهامت بخرج داده خوردن حتی یک قطره خون حضرت مسیح! را ناپسند دانسته اند:

۱- نقل از سخنرانی آقای دکتر محمود بلیغ در انجمن دانشجویان اسلامی اصفهان.

۱ دکتر هانس لوکز نورگر روانشناس معروف در کنگره ای که در شخر مونیخ تشکیل شده بود ضمن سخنانش گفت: حتی یک جرعه مشروب هم برای رانندگان خطرناک است (۱). اخیراً اظهار می دارند الکل خون چون بحد معینی که ناچیز هم ات برسد راننده میل پیدا می کند که خود را به ماشینی که از دور در برابرش ظاهر می شود بکوبد و با او تصادف کند)

۲ معمولاً وقتی صحبت از مواد غذایی طبیعی می شود یعنی مقصود آن چیزی است که ساخته و پرداخته در طبیعت موجود است مانند سبزیجات و میوه جات. این هم فراموش نشود که مواد غذایی همینکه از صورت طبیعی خارج شد برای بدن ضرر دارد. قند طبیعی که در میوه جات است برای بدن سودمند و قند مصنوعی مضر است و چرای آنرا گفته ام و بهمین علت که: در طبیعت تحت هیچ عنوانی الکل طبیعی یافت نمی شود پس اطلاق کلمه طبیعی بر روی الکل بی مورد است. (۲)

۳ مسمومیت ها مخصوصاً الکلی بودن پدر و مادر نوزاد را با نیروی حیاتی ضعیف بعرضه زندگی وارد می کند، مسمومیت الکلی بی اندازه زیان بخش بوده بعضی اثر شوم آنرا در موقع انعقاد نقطه بهمان اندازه دانسته اند که کسی از چند سال پیش معتاد بوده است. (۳)

۱- اطلاعات روزانه ۱۴ آذر ۱۳۴۱.

۲- از آقای دکتر باستان استاد دانشگاه مجله تندرست شماره ۱۲ سال ۱۸.

۳- صفحه ۲۴ جلد اول کتاب آقای دکتر رضاعی استاد دانشگاه رشته بیماریهای روانی.

۴ الکل بمقدار کم و متوالی حتی بشکل شراب بر کبد اثر می نماید. (۱)

۵ الکل بهتر است بکلی استعمال نشود. (۲)

۶ کالویسنی که یک نوع آلپوسی یعنی سبورئیک نمی باشد و مویزی است در اثر استعمال الکل اگرچه بمقدار کم باشد پیش می آید.

۷ استعمال الکل اگرچه کم باشد در ریزش مو، نوعی که پیری زودرس میتوان گفت مؤثر است.

۸ مهم اینجاست که اگر بجای مواد قندی مقداری الکل که از حیث کالری مساوی با آن باشد به شخصی که عادت بالکل نداشته باشد داده شود در روزهای اول مقداری از آلبومین های بدن از بین می رود (۳) روزهای بعد هم که می شود جزو معتادین! و از بین رفتن آلبومین را در روزهای اول در نتیجه سمیت الکل می دانند.

۹ آنچه فوق العاده است مقایسه آزمایشگاهی و عملی قدرت ضد سمی فشرده انگور است با شراب که بزودی از آن بحث خواهد شد.

۱۰ از چهارده هزار حادثه اتومبیل در استان نوردراین و ستفالن بررسی بعمل آمد و معلوم شد جوانان حتی با خوردن یک کیلاس آبجو سریعتر از سالمندان تخلف می نمایند و مقدار بسیار

۱- صفحه ۹۶ بهداشت تغذیه و نسل آقای دکتر صدیق انتشار ۲۳۳ دانشگاه.

۲- تمرکز قوای دماغی صفحه ۸۷.

۳- انتشارات دانشگاه شماره ۲۳۳.

کمی الکل در خون جوانان (۵/۰ در هزار) ارداده و عقلشان را از دستشان خارج و نتیجه بررسی چنین بوده است: هر گاه در خون راننده تا ۴/۰ در هزار الکل موجود بود تصادفات شدیدتر و خطرناکتر بوده است.

۱۱ دکتر ملوین کنزلی در هشتمین کنگره جهانی مبارزه با الکل و الکلیسم که سال قبل (۱۹۶۹) در نیویورک تشکیل شد گفت: حتی مصرف کم الکل می تواند ضایعات مغزی بسیاری را سبب شود. دکتر کنزلی که بر سازمان تحقیقاتی دانشکده پزشکی کارولینای جنوبی ریاست دارد در ضمن سخنانش چنین گفت: بعضی ها چنین گمان کرده اند که اگر فقط در مجالس باصطلاح لبی تر کنند گرفتار اعتیاد میشوند یا الکل در آنان ضایعات مغزی بوجود نمی آورد در حالی که تحقیقات وسیعی که در این زمینه شده نشان می دهد که مشروبات الکلی حتی بمیزان بسیار کم سبب اختلال در کار سلولهای مغزی می شود. در همان کنگره دانشمندانی دیگر و از جمله دکتر رایموند پنیگتون سخنرانی نموده و به اثر سوء حتی مقدار کم الکل بر انسان اشاره ای نمودند و در اینجا شما را بیاد انتخاب شگفت انگیز قرآنی می اندازم که قبلاً هم گفتم از اعجاز است که بجای مسک در قرآن کلمه خمر انتخاب شده که معنی پوشیدن مغز و عقل را می دهد و امروز که معلوم گردیده حمله و اثر الکل قبل از هر چیز روی مغز است باین انتخاب با دیده تحسین می نگریم. (در تبیان ضمن تفسیر آیه و لا توتوا السفهاء اموالکم) از امام ششم نقل شده که: ان السفیه شارب الخمر و من جرى مجراه که سفیه شرابخوار است یا کسانی که ردیف اویند بلکه

کسانی که بنحوی مغزشان خمر و پوشیده شده و سفیه شده اند).

رابطه ای بین الکل و مواد سه گانه اصلی غذایی

الکل در بدن تا حدی خاصیت سوختنی نیز دارد یعنی بلافاصله اکسیده می شود ولی بدن نمی تواند آنرا ذخیره کند و نه با آن نسجی بسازد و فقط تا حدودی میتواند از مصرف مواد چربی و هیدروکربونه و پروتئین بعنوان مولد کالری صرفه جوئی نماید و در حال ذخیره نگهدارد اما در مقابل الکل خواصی دارویی و سمی دارد که در سایر طبقات مواد غذایی موجود نیست. بنابراین با آنکه بمعنی محدود و خاصی میتوان الکل را ماده غذایی مولد کالری نامید ولی در عوض نه لازم است نه مطلوب. (۱)

چند سؤال درباره الکل

چگونه با خوردن الکل غم از دلها برود؟

الکل محرک نیست بلکه تخذیر کننده است، دستگاه تفکر بدن را دستخوش رخوت و کندی می کند و موجب می شود مغز نتواند پیمهائی را که از حواس می گیرد بدرستی تعبیر و تفسیر کند. الکل سبب در هم ریختگی افکار، آشفتگی خیال و بهم خوردن قدرت هم آهنگ سازنده اعمال و عکس عملهای عضلات بدن می شود. وقتی مغز خوب کار نکرد و اثرات حواس زائل گردید

غمها و رنجها که در حقیقت انعکاس کار حواس در دستگاه ضبط بدن است حدت خود را از دست می دهند و در نتیجه یک حال کاذب سرخوشی و بی غمی به شخص دست می دهد.

چرا الکل شخص را بکارهائی غیر منتظره وا می دارد؟

الکل از قدرت بازدارنده طبیعی که در ذرات مغز نهفته است می کاهد و بهمین جهت از شخص کارهائی سر می زند که در هوشیاری کامل از وی دیده نمی شد.

آیا الکل به آرامش اعصاب کمک می کند؟ چون الکل موجب تقلیل عکس العملها در برابر محرکات خارجی می گردد تا حدودی به آرامش اعصاب کمک شده است ولی وقتی آثار الکل برطرف گردید و ریشه های ناراحت بای بود هجوم آنها بیشتر و ناراحت کننده تر می گردد.

آیا الکل لاغرها را چاق می کند؟

الکل سریعتر از مواد غذایی ببدن انرژی می رساند و مودر مصرف قرار م گیرد. وقتی الکل مصرف می شود بدن مصرف انرژی حاصله از سایر مواد غذایی را به بعد موقوف می سازد و سبب فربهی می گردد (نوعی چاقی کاذب!)

آیا الکل برای رفع عطش سودمند است؟

الکل اثر معکوس دارد، و تنها آب در الکل است که رفع عطش می کند زیرا الکل سبب می شود آب موجود در سلولهای بدن بفواصل بین سلولها رانده می شود و در نتیجه عطش بروز کند!

آیا سریع نوشیدن الکل در پیدایش مستی دخالت دارد؟

آری چون سریع نوشیدن برده پوشی ناگهانی عقل و ...

می باشد زودتر از آهسته نوشیدن سبب مستی می گردد.

شرح مختصری از زیانهای الکل در اعضای بدن

الکل و کبد: کبد عضو حساس، قلعه بزرگ دفاعی بدن بوده و امروزه چنین دریافته اند که از شاهکارهای آفرینش بدن است زیرا سلولهای آن با نظم و ترتیب خاص ۳۲ عملی را که بعده دارند بخوبی انجام م دهند: کبد صفرا می سازد برای هضم غذا کلیکوژن سازی و تنظیم قند خون رابعده دارد لیازین میسازد برای جلوگیری از انعقاد خون ماده انعقادی نیز برای جلوگیری از خونریزیهای احتمالی می سازد تبدیل آمونیاک مسموم کننده به اوره دفع سموم و تحلیل آنها به مواد کم خطرتر ساختن انتی کریها تریاق ضد میکروبها و ... که امروز ۳۲ تای آن شناخته شده همه از اعمال کبدی است.

عضو مذکور در برابر الکل در ابتدا تغییرات جزئی و تجمع چربی نشان داده سپس خرابی سلولهای کبدی همراه با پدیده های مرگ سلولهای اماس یافته و افزایش سلولهای مزانشمی است. سپس فیروز و تغییرات لوبولی پیشرفت می نماید. با تغییرات نسجی کبدبر ورید باب که خون گوارشی را بکبد می رساند فشار وارد آمده و خون در آن پس زده و از اینجا تمایل به خونریزی در کبدیها مشاهده می شود (ناگفته نماندن مراحل تغییرات نسجی کبدی همان پیدایش سیروز است).

دستگاه گوارش: افزایش بزاق گشاد شدن عروق معده و

پیرو آن ترشح زیاد سبب اختلال در هضم معدی شده و اگر الکل غلیظ باشد پیسین منعقد شده و عمل دیاستازها متوقف می گردد و در نتیجه وقفه گوارشی و ورمهای معده و روده بوجود می آید.

وقفه گوارشی هر غذائی که با الکل خورده شود موجب تخمیرات غذائی و در نتیجه سبب ترشحات اضافی صفراوی و عکس العمل بعدی آن (کم شدن صفرا) می گردد.

کسیکه مدتها الکل خورده معده اش سخت و سفت و مخاطش چین دار و پر خون و در انتهای بزرگ معده زاش زخمهایی است که سرانجام ایجاد گاستریت پارانشیماتوز می نماید.

روده کوچک از اول پر خون شده دارای دانه هائیم شود صفاق چربی بیشتری در ان جمع شده مستعد ابتلا- به عفونت بخصوص بیماری سل می گردد.

دستگاه تنفسی: چون قسمتی از الکل از راه تنفس دفع می شود مقاومت ریه ها را کم و انها را مستعد پذیرش عفونتها می سازد.

دستگاه عصبی: بعلت میل ترکیبی شدید الکل با چربی ساختمانی نسوج عصبی ابتدا اعصاب را تحریک و سپس فلج می سازد.

مقدار کم الکل باعث انقباض و زیادش موجب ازدیاد حجم مغز و ضخیم شدن پرده های مغزی می شود که گاهی صفحات آهکی در روی آنها تشکیل می گردد و زمانی پرده ها بیکدیگر متصل می شوند. در اثر جذب آب بوسیله دنباله رشته های عصبی و سرایت تدریجی آن بمغز و مخچه و بصل النخاع و نخاع فلج هائی

ایجاد می نماید. درد اعصاب و پلی نوریت ناراحتی حس بینائی بویژه دوبینی ضایعا تسمعی از جمله آثار الکلیسم است.

ضایعات موضعی: الکل در موضع خود نکروز ایجاد می نماید و جوش خوردن زخمها را به تعویق می اندازد.

در عضلات التهاب و در عضلات مخطط پیش از پیدایش نوریت با افزایش الیاف فیبر و فساد بوجود می آید و در بین الیاف عضلانی فواصلی پر از چربی و الیاف اسکروز تشکیل م شود و عضلات خاصیت ارتجاعی خود را از دست می دهد توسعه فضای داخلی استخوانها و نرم و شکننده گردیدن مغز استخوان و دیرجوش خوردن شکستگیهای استخوانی از عوارض الکل است.

دستگاه ترشچی و الکل: دژنراسانس یا استحاله چربی کلیه و بعقیده برخی نفریت مزمن توام با اطروفی و صفر آن در الکلیک ها وجود دارد. بعد از نوشیدن الکل بطور موقت عطش زیاد و ادار افزایش می یابد.

الکل در شیر، لشف، بزاق، ترشح لوزالمعده، صفرا، مایع نخاع و نطفه وارد و از راه خون مادر به جفت و بچه هم می رسد.

غدد ترشح داخلی: ترشح غدد فوق کلیوی را افزایش داده و در نتیجه آدرنالین خون زیاد می شود ولی پس ازچندی آدرنالین خون کاهش می یابد. در تیروئید ابتدا پرخونی و سپس علائم نساجی که دلالت بر نارسائی آن است بوجود می آید. در هیپوفیز هم ابتدا فعالیت زیاد و بعدا عدم کفایت ظاهر می گردد، غدد تناسلی در مرد و زن نارسا شده و به تحلیل می رود. عاقر شدن و عقیم گردیدن (مرد نتواند و زن نتواند تولید مثل کند) در الکلیسم زیاد است.

الکل و خون: الکل آب خون را جذب می کند و گلبولهای قرمز خون بالا می رود و بزرگ شده قسمتی از هموگلوبین خود را از دست می دهد و شکل گلبولها تغییر می کند و مقدار اکسیژن آزاد شده در الکل اثر کرده آنرا باسید استیک و استاد دو سود تجزیه می نماید که خاصیت قلیائی خود را کم کرده اسیدوز بوجود می آید.

گلبولهای سفید هم افزایش یافته و منوکلئوز تولید میشود خاصیت افسونین و میکرب کشی گلبولهای سفید کم می گردد.

در عروق کوچک اسکلوروز و سختی بوجود می آید. (۱)

الکلیسم حاد و مزمن

چون در بسیاری از کتابها به تفیل از آنها بحث شده علاقمندان میتوانند مراجعه نمایند.

سرنوشت الکل در بدن

۱/۵ الکل مستقیماً از جدار معده و بقیه از جدار امعاء وارد دستگاه گردش خون می گردد.

الکل در دستگاه گوارش تغییری نمی کند و همینکه وارد خون شد سرعت وارد بافت ها و اعضای دیگر می گردد و سعی می نماید بطرف سلولهای که تراکم الکلیشان کمتر است برود (خوب توجه بفرماید الکل بجائی می رود که در حالت طبیعی تراکمی از آن ضروری نبوده است).

۱- زیانهای نوشابه های الکلی.

دو درصد الکل بوسیله کلیه ها و ریتین دفع و بقیه در انساج کاملاً اکسید شده تولید آب و گاز کربنیک می نماید

میزان سوختن الکل در بدن به نسبت ۱۰ سانتی متر مکعب در ساعت و تقریباً ثابت می باشد یعنی هر چه الکل بیشتر باشد مدت لازم برای سوختن بیشتر است.

الکل بدون تغییر در ورید باب و تمام شعریه ها کبد و حتی در مخ یافت می شود و در ابتدای مستی حدود ۲ میلی گرم در سانتی متر مکعب خون و یک میلیگرم در سانتیمتر مکعب ادرار وجود دارد.

هنگام دفع الکل از بدن قسمتی از به آلدئید تبدیل می شود.

آثار الکل در بدن

فیزیولوژیست های سابق الکل را مهیج (Stimulant) و امروز آنرا مخدر (Narcotique) یعنی باعث رکود مشاعر میدانند و می گویند حالت وجود و فرحی که تصور می شود پس از صرف مقدار معتدلی الکل احساس می شود مربوط به از کار افتادن مراکز علیای دماغی است که در برابر مراکز پائین تر نخاعی رل مهارکننده داند و در این حالت بقل متجددین ازدانشمندان در اثر از کار افتادن مراکز بالا باعث آزاد شدن مراکز پائین شده و شخص خود را مقید برعایت موازین اخلاقی و اجتماعی نمی بیند و تسلیم هوی و هوسهای خود می گردد (۱) و بقول قرآن یعنی بزبان الهی و آسمانی بجای کلمه مقید کلمه

مستور کننده و خمر آورنده و عقال را بجای قید از پای باده نوش باز می دارد. موج کلمه مهار و عقال باشید که هر دو یکی است و دانش روز الکل را ضد مهار مراکز مخصوص مغز و قران آنرا ضد قال و خمر عقل می شمارند و این خود معجزه ای است.

از اینرو تحریمک الکلی شبیه به از کار افتادن ترمز اتومبیلی است که در جاده سرازیری در حرکت باشد (این عین جمله کتاب منتشر شده دانشگاه است که اثر الکل را شبیه به عمل از کار افتادن ترمز کرده و ما در چند برگ قبل هنگامیکه عدوان را معنی کردیم گفتیم عدوان در برابر تقوی و ضد وقایه که همان ترمز باشد می باشد).

شرح یکی از آن آثار

درجه تحریک الکل بستگی دارد بمقدار الکلی که بمراکز دماغی و نخاعی می رسد و ایک حالت خوشی مطبوع شروع می شوت که در آن واقعیات ناراحت کننده زندگی از نظر محو می گردد.

مراکز علیای دماغی مربوط به حافظه، توجه، تفکر، قضاوت، خودداری قبل از سایر مراکز تحت ت.ثیر الکل قرار می گیرند.

مراکز نظارت بر حرکات و اعمال حسی در درجه دوم متأثر می شوند و واکنش های عضلانی و حسی را مختل می نمایند.

مراحل مختلفه تصاعدی تأثیر الکل در واکنش عصبی به نسبت ازدیاد تراکم مقدار آن در بدن که بانسبت مقدار دفع شده در ادراک قابل قیاس است از قرار زیر می باشد: (۱)

کمتر از ۱mg الکل در CC۱ ادرار = واکنش عصبی معقول و آرام.

از ۱-۲mg الکل در CC۱ ادرار = شادی توام با شیطننت

از ۲-۳mg الکل در CC۱ ادرار = ارتکاب اعمال نفرت آور و قبیحه

از ۳-۴mg الکل در CC۱ ادرار = از دست دادن تعادل و هذیان

از ۴-۵mg الکل در CC۱ ادرار = سقوط روی زمین در اثر گیجی

از ۵ mg الکل در CC۱ ادرار = امکان مسمومیت و مرگ.

بهرصورت مقدار بسیار ناچیز الکل هم اثر نامطلوب را خواهد داشت.

الکلیسم

الکلی که بعنوان باده و نوشابه مصرف می شود محلول متغیری است از الکل اتیلیک **Ethylouie** و مقداری آلدئیدها **Aldehydes** و اترهائی **Etheres** که طعم و مزه خاصی به آن می دهند که از ۱ تا ۶۰ درصد در انواع مشروبات الکلی میزانش ممکن است بوده باشد.

الکلیسم یعنی زیان ناشی از خوردن الکل و اسانس هائی ه بآن می افزاینند مانند افسنطین و ...

زهر الکل به تنهائی ایجاد کننده عوارض نیست بلکه غیر مستقیم نیز بدن را آماده پذیرش ابتلائاتی چند می نماید.

مسئله الکلیسم از این قرار ک ه مورد بحث جنبه های متعدد بهداشتی، اقتصادی، فلسفی و اجتماعی قرار می گیرد امروز اهمیت خاصی پیدا کرده است و در تمام موارد مذکور آنچه بعد از

جنگ بین الملل اول قدرت تخریبی خود را بدولت فاتح و نیرومند امریکا نشان داد که مجبور گردید پس از چندی یعنی در سال ۱۹۳۲ قدغنی را که در مصرف مشروبات الکلی بصورت قانون در آورده بر دارد و آزاد گرداند و تنها نیروی ایمان در میان مسلمانان و بسیاری از بوئادیان بود که توانست بر قدرت الکلیسم فائق آید.

بدست آوردن الکل

الکل که معمولاً الکل اتیلیک می باشد از تخمیر مواد قندی بدست آورده اند. مواد قندی نباتی که تخمیر پذیرند: گلوکز لولوز بوده و قندهای دیگر: ساکارز و مالتوز ابتدا تبدیل و بعد تخمیر می گردند.

قندهای میوه جات از اینرو که عامل تخمیر با خود میوه موجود است قابل تخمیر بوده ولی برای تخمیر محصولات گیاهی دیگر (غلات) باید مخمر اضافه نمود (آبجو).

صد کیلوگرم قند ۵۸ لیتر الکل ۱۰۰ درجه می دهد ولی بدین سبب که الکل جاذب الطربه شدیدی است و همیشه از بخار آب هوا استفاده جذبی می نماید هرگز الکل خالص باقی نامده و الکل موسوم به الکل خالص معمولاً ۹۶ درجه بیشتر نیست.

همینکه هنگام تخمیر شیره های قندی درجه الکل به ۱۶ درصد رسید عمل تخمیر متوقف می شود از اینرو مشروبات تخمیری که تقطیر نشده اند (شراب) درجه الکلشان از ۱۶ درصد تجاوز نخواهد کرد.

مشروبات الکلی

بر چند نوع است:

۱ - مشروبات تخمیری طبیعی که عامل تخمیر با خود میوه همراه است مانند شراب انگور که معمولاً از ۶ تا ۱۰ درجه الکل دارد و هرگز درجه الکل آن از ۱۵ تجاوز نمی کند مگر آنکه الکل به آن بیفزایند.

۲ - مشروبات تخمیری مصنوعی که عامل تخمیر به آن می افزایند مانند آبجو و درجه الکل آن بین ۳-۴ و حد اکثر ۹ می باشد.

۳ مشروبات تقطیر شده مانند عرق که ۳۰-۶۰ درجه الکل دارد.

۴ لیکورها که درجه الکشان بین ۲۰ تا ۴۰ می باشد و دارای مقداری قند و مواد معطر و رنگین است. (۱)

چرا الکل مسموم کننده است؟

مدتها باین تصور که چون الکل تولید کننده کالری در بدن است و ه گرمش ۷ کالری حرارت ایجاد می کند آنرا غذا می دانستند ولی بعدها آنرا با افزودن تدریجی اتلکل به آبیکه ماهی های کوچک در آن بودند و اطلاع به زهر آگینی اش، دانستند که الکل برای موجودات سمی است.

شواهدی موجود است که الکل حتی بمقادیر کم نیز

۱- انواع اپرتیف که حاوی اسانسائی است و کوکتیل که مخلوطی از مشروبهاست از انواع آنها محسوبند.

در کوتاهی عمر عامل مؤثری می باشد. (۱)

باید دانست از آنجائیکه شدت مسمومیت نسبت باشخاص و طرز زندگی آنها و موقع صرف نوشابه و میزان درجه نوشابه تغییر می نمایند بطور کلی مقدار استمال الکل را بدون وارد ساختن زیان بسلامت، نمیتوان معین نمود و از ان بابت مقیاسی در دست نیست. (۲)

دانستنیهای چند از میگساری

از ذکر هزینه های ناشی از میگساری خودداری می شود: عوارض الکل هنگام کار عوارض الکل در تصادفات و رانندگی عوارض جسمی الکل هزینه بیمارستانی عوارض روحی الکل هزینه بیمارستانی طلاقهای ناشی از میگساری حرائم و جنایتت باده نوشی و ...

در بعضی از کشورها مانند عربستان سعودی آب جو بدون الکل ساخته می شود.

آمار گران شوری از بررسی هائی که درباره سالخوردگان یعنی کسانی که بیش از ۸۰ سال دارند بعمل آورده اند نتیجه این بوده که بیشترشان معتاد به الکل نبوده اند.

در حدود ۲۰۰ ناشر و کتابفروش و بیش از ۶۰۰ مشروب فروشی در پایتخت کشور تشیع «تهران» وجود دارد. در سال ۱۳۴۷

۱- نقل از صفحه ۶۸ کتاب ۶۷۶ انتشارات دانشگاه که شرحش گذشت کما آنکه در این قسمت استفاده کلی از کتاب مذکور شده است.

۲- نقل از صفحه ۶۸ کتاب ۶۷۶ انتشارات دانشگاه که شرحش گذشت کما آنکه در این قسمت استفاده کلی از کتاب مذکور شده است.

تعداد ۳۹ کارخانه تولید مشروبات الکلی در ایران وجود داشت (غیر از چهار کارخانه الکل کشی) در تهران ۲۰ مرکز پخش عمومی مشروب و ۶۰۰ کافه رستوران و حدود ۸۵۰ باب اغذیه فروشی که ۶۰۰ باب آنها مشروب می فروشند و ۵۰ هتل مختلف که مشروبات خارجی عرضه می دارند وجود دارد که مصرف تقریبی هر سال ۲۵ میلیون بطری آبجو و ۱۱ میلیون بطر «ودکا» است (این قسمت برای توجه کشور اسلامی به غرب گرائی در مورد الکل و عدم توجهش به غرب درباره خواننده و کتاب آورده شد).

الکل بوسله شیر مادر بکودک می رسد و تغییرات تباه کننده الکل اثراتی بر نطقه پدر دارد که ممکن است سبب پیدایش کودکان کودن و مصروع و ... گردد.

۹۲-۹۸ درصد الکل پس از جذب در جگر می سوزد.

الکل میتواند تا ۶۵ درصد از کالری لازم برای نگاهداشتن حرارت بدن را ایجاد نماید و در نتیجه مقداری از غذائی که خورده می شود بمصرف سوخت بدن نمی رسد بلکه بصورت چربی در بدن ذخیره و باعث چاقی میگردد.

در ۱۹۵۳ دکتر سولی لدرمان Sully Ledermann با در دست داشتن ۳۵۰۰ افسروایون مربوط به بیماران سرطانی که از سال ۱۹۴۳ بوسیله سرویس بهداشت همگانی جمع آوری شده و در آن با دقت مقدار مصرف دخانیات و مشروبات الکلی هر یک از آنها اندازه گیری شده بود توانست ثابت کند که گذشته از دخانیات، الکل نیز رابطه مستقیمی با پیدایش سرطان دارد.

هیچگونه اختلاف قابل توجهی بین الکل (مشروباتی که

حاوی مقدار زیادی الکل هستند) و شراب (که مقدار الکلش کم است) بنظر نمی رسد. (۱)

خطر استعمال الکل و کشیدن سیگار مساوی حاصلضرب خطر حاصله از نوشیدن الکل تنها و خطر حاصله از استعمال دخانیات تنهاست. طبق تحقیقات (R. W. Parnell) افراداند و مرق (چاقان) تمایل بیشتری بباده گساری دارند و اکتومرفها (لاگران) کمتر و افراد عضلانی (مزومرف) در حد وسط بودند.

گروهی از پزشکان میدلند اعلام داشتند که الکل نیروی بینائی را ۲۳ الی ۷۵ درجه کاهش داده و قدرت انبساط و انقباض مردمک را به حدود ۱/۳ می رساند.

مطالب بسیاری از الکل

بحث های روان شناسی الکل و اقتصاد کشور الکل و بهداشت الکل و آمار بیماران الکل و ضایعات روحی الکل و صرعی ها حالات روحی الکل ها الکلسم ارثی رابطه سرطانها و الکل حملات هذیانی الکل ها الکل از نظر اجتماعی الکل و جرم شناسی الکل و تصادفات الکل و اشعاری که درباره آن گفته شده و دهها موضوع دیگر و حتی اخبار و احادیث فراوانی که درباره شرب مسکرات داریم همه را باید آورد ولی این جلد گنجایش آنها را نداشته و ضمنا چندین کتاب و رساله و جزوه در این باره در دسترس همگان است از اینرو صرفنظر می گردد.

۱- از لاسمن مدیکال که ترجمه آن در مجله پزشکی خانواده شماره نهم درج شده.

آبجو

باختصار اطلاعاتی در این باره آورده می شود.

آبجو از تخمیر الکلی نوشابه ای که دارای گیاه رازک و سمنوی جو خالص است و به اندازه ۳۰ درصد وزنش سمنوی غلات دیگر را دارد و با مواد نشاسته ای و قند گلوکوز) نیز آمیخته است فراهم می گردد.

تاریخچه آبجو

(۱)

سه هزار سال قبل از میلاد در کلد و آشور آبجو را می شناختند در مصر قدیم مصرف می شده طوائف گل آران مینوشیده اند. در قرن ۱۴ با گیاه رازک آمیخته شده و در قرن ۱۹ به تهیه صنعتی آن پرداختند.

ترکیبات آبجو

۱ گلو سیدها ۴۰-۵۰ گرم ماده قندی و دکستین که در انواع مختلف آبجو فرق دارد.

۲ مواد از ته بسیار اندک.

۳ مواد چربی ابدان نیست

۴ الکل ۳-۵ درصد که در آبجو تیره بیشتر از روشن است.

۵ مواد معدنی ۲-۳ گرم در لیتر.

۶ کلسیم در هر ۱۰۰ سانتیمتر مکعب ۶-۱۲ میکروگرم.

۱- برای اطلاع به تاریخچه مشروبات و دانستنیهای دیگر به کتاب مضرات الکل از آقای ابوالقاسم فیوضات مراجعه فرمایند.

۷ آهن ۱-۳ میکروگرم و منیزیم و فلئور بسیار ناچیز.

۸ ویتامین های آبجو: ویتامین های B اسید نیکوتینیک ویتامین PP پیریدوکسین بیوتین و اسید فولیک و اینوزیتول.

آبجو بهمان نسبت که الکل کمتری دارد زیان داشته و تمام احکام مذهبی مترتب بر مسکرات شامل آن می باشد و بهیچ عنوان فرد مسلمان اجازه ندارد آنرا بنوشد.

چند تفاوت بین غذا و الکل

از غذا (پروتئین، قند، چربی) بصورت قند یا چربی در بدن انبار می شود در صورتیکه الکل در بدن ذخیره نشده و در همان حال باقی می ماند تا زمانیکه بسوزد.

الکل میتواند تا ۶۵ درصد از کالری لازم برای نگاهداشتن حرارت بدن را ایجاد نماید و در نتیجه مقداری از غذای خورده شده بمصرف سوخت بدن نمی رسد بلکه بصورت چربی در بدن ذخیره می شود.

الکل را نمیتوان غذا دانست چون فاقد هر گوهه فرمان های ضروری برای جذب بدن است.

ماده ای را میتوان غذای بدن نامید که در اثر تجزیه به قند تبدیل شود ولی الکل یک قند تجزیه شده است و بهیچوجه قند نمی شود.

هر چقدر مواد قندی بخوریم بوسیله کبد بمقدار لزوم و همیشه بانظم و ترتیب معین گلوکز وارد خون می شود و با زیادتر خوردن مواد قندی، قند خون بالا نمی رود ولی هر چه الکل بیشتر بخوریم بیشتر وارد خون می شود.

غذاها بمحض ورود بدن تا زمان دفع، لحظه لحظه تغییراتی یافته، مخصوصاً هر زمان یک بوئی از آنها استشمام می شود یعنی دگرگونیهای ساخت و سازی دارد ما الکل تا زمانیکه یک ذره اش در بدن است بوی الکل می دهد و از دهان استشمام می گردد.

۹۸ درصد الکل در بدن می سوزد یعنی بهمان درجه که مواد قندی اغذیه معمولی سوخته می شود از اینرو بلحاظ بیوشیمیکی الکل در ردیف اجسام قابل احتراق قرار می گیرد بنابراین ارزش غذایی ارزش احتراقی است اما اینکه آیا میتواند از نظر فیزیولوژیک جانشین مواد غذائی حقیقی مانند چربی و قند گردد، مورد قبول دانشمندان نیست و عقیده همگانی است که اولاً الکل غذای بدی است زیرا در بدن نه چیزی می سازد و نه چیزی را مرمت می کند لذا مانند گوشت و نان غذا حاسب نمی شود دیگر اینکه الکل غذای مصنوعی است یعنی مانند دیگر غذاها محصول گوارش معدی و روده ای نیست وبهمان شکل که وارد بدن می شود داخل خون می گردد. سوم اینکه الکل غذای گرانی است از این جهت که با وه مساوی یک لیتر شراب ۹ درجه ۷۳۵ کالری حرارت می دهد و یک کیلو قند ۳۹۰۰ کالری از اینرو گفتم الکل نوعی غذای فیزیولوژیک است صحیح نیست بعلاوه که الکلیک ها کار کمتری انجام می دهند و در آزمایشات متعدد که کارگران را بدو دسته تقسیم کرده اند مشاهده شده، چهار پنج روز اول آنان که الکل صرف نموده بودند با حرارت ترکار می کردند ولی پس از مدت مذکور همیشه کار غیر الکلیک چشمگیر بود.

از الکل کلمه ای

جسمی داریم و جانی.

جسم ما خوراک می خواهد: پروتئین ها، چربی ها، قندی نشاسته ایها و ... روح و جانمان نیز خوراکی دارد: عقل با علمی که بدست می آورد احساسات با هنر و زیباییهایی که احساس می نماید الکل خوراک جسم که حساب نشده و گفتم چرا غذا محسوب نمی گردد؟ با عقل و خوراک عقل، یعنی علم هم که سر سازگاری نداشت، فقط الکل می تواند رابطه عاقلانه بین عقل و احساسات را بهم بزند و دست آنها را از یکدیگر بیرون آورده احساسات را خمر و مستوری عقل گرداند!

خوردن قرص های خواب آور با الکل موجب مرگ می شود

زیاد خوردن الکل در همه کس سبب نمی شود که به خواب سنگینی فرو روند بویژه در بعضی کارگران قضیه برعکس بوده پس از نوشیدن الکل خواب از چشمشان دور می شود و آنان به قرصهای خواب آور متوسل می شوند.

پژ. هشیهای علمی اخیر عمل مذکور را بسیار خطرناک دانسته فواحش بعضی نقاط برای سرقت، قرصهای خواب آور در مشروب مراجعین می انداختند و باعث مرگ آنان می شدند و قضیه برخی قتل ها بدین طریق معلوم گردید.

پنی سیلین و الکل

الکل بکلی پنی سیلین را خنثی می سازد و در نتیجه بدون اینکه بیمار بداند مرض به پیشروی خود ادامه می دهد.

نیترو گلیسرین و الکل

مخلوط شدن نیترو گلیسرین که در معالجه انژین صدری بکار می رود با الکل موجب اختلالات روانی می گردد.

تیرآمین و الکل

داروهای نوع تیرآمین اگر با الکل مخلوط شوند حالات تهوع و سردرد و تنگ نفس بوجود می آورند.

داروهای مرض قند و الکل

با هم کردن داروهای ضد دیابت از دسته سولفونیل ها با الکل سبب پیدایش تهوع و سرخی پوست می گردد.

انسولین و الکل

اخیرا علائم بالینی و اختلال بیوشیمییک هیپوکلسمی الکل بمیزان قابل توجهی مورد مطالعه قرار گرفته است در صورت تمام شدن ذخیره گلیکوژن کبد یعنی در حالتیکه هوموستاز کربن هیدرات بر ایحفظ گلوکز پلازما بستگی به گلیکوژنر

دارد خوردن یا انفوزیون اتانول گلوکز پلاسما را کاهش می دهد. بنابراین افراد معمولی که بمدت ۷۲-۴۸ ساعت گرسنگی کشیده اند بیماران مبتلا به تیروتوکسیکوز، دیابت با هیپوگلیسمی کنترل نشده و ستونمی و افراد با کاهش کار کورتیکوسورنال بخصوص مساعد اثر هیپوکلسمیک الکل می باشند. یک گروه بدون بیماری کبدی یا اندوکرین نیز هستند که بدون گرسنگی قبلی مساعد اثر هیپوکلسمیک الکل می باشند. مطالعات انجام شده در این افراد نشان داده که هیپوکلسمی در این عده به گلوکاگون پاسخ نمی دهد و با افزایش ترشح انسولین همراه نیست.

مطالعات جدید نشان داده که الکل تشکیل گلوکز را از اسید آمینه و مواد پیشگام دیگر مهار میکند.

اثر هیپوکلسمیک الکل در بیماران مرض قندی تأیید شده و الکل اثر هیپوکلیمی انسولین را تشدید می نماید و باعث اختلالات عصبی دائمی می گردد. تجویز الکل ضمن تست تحمل انسولین چنین معلوم گردیده که مرحله برگشتی گلوکز را تغییر می دهد و ... (۱)

دانستنی هائی چند از الکل

الکل و تریاک روی منتهای ظریف سلول (میتوکندری و کندریوکت) اثر کرده آنرا خراب می کند و از کار می اندازد و عمل ساختمان (Syathese) سلول خوب انجام نمی گرد، سلول کوچک می شود.

در مرحله اول ابتلا بذات الریه که ریه یک احتقان و تورمی

دارد کمتر اتفاق می افتد مریض بمیرد مگر اینکه یا مبتلا به میوکارдит باشد یا مبتلا به الکل.

آبله خونی که شکل بدخیم آبله است بیشتر در الکلیک ها دیده می شود.

بعضی شرایط سلولهای منی را بطور موقت یا قطعی از کار می اندازد و از این قبیل است اثر طولانی و مکرر اشعه مجهول و الکلیسم.

الکل و اورتان از اکسیداسیون و سوخت و ساز بدنی جلوگیری می کند. (۱)

الکل در بیدار کردن اولسر معده و اثنی عشر مؤثر است.

پروفسور فورنیه Pro.Fournier گوید استعداد زنده ماندن اطفال معتادین بالکل در زمان نزاری کم است.

الکلیک ها برای عمل جراحی تحمل کمتری دارند.

حصبه در بیماران دیابتی و الکلی خطرناک است.

الکل عامل مؤثر مساعد کننده برای عود یرقان. ویروسی است.

هیپاتونفریت خونی با حالت تیفوئیدی در تب راجعه که از اشکال سخت است در اشخاص ضعیف و الکلیک بیشتر دیده می شود.

آبسه آمیباز کبدی نزد نژاد سفید و آن هم مردان که بیشتر الکل می خورند بیشتر دیده می شود.

آمیب بمنزله دانه و الکل بمانند آب است.

در بعضی مسمومیت ها بویژه با الکل اختلال دید رنگ سبز وجود دارد.

فسفر و ارسنیک و الکل سه سم قطعی برای کبد شناخته شده اند.

قحط و غلا اعتیاد بالکل خستگی و واماندگی افراطهای جسمی و روحی آبستنی های مکرر و تب های طولانی پس از زایمان عواملی هستند که زمینه را برای ایجاد یرقان و خیم آماده می سازند.

احتقان فعال کبد در نتیجه اعتیاد بالکل پرخوری، اختلالات غذائی، کم حرکتی و انزواست.

یبوست که از جمله تظاهرات تمدن است بععل زیاد مانند خوردن غذاهای غیر طبیعی، کم خوردن مواد وشه و سبزیجات و تبدیل کردن آب به الکل بخصوص شراب است.

اولادان دوبلای خانمانسوز الکل و سفلیس استعداد ابتلا به ضعف اعصاب و جنون پیدا می نمایند.

یکی از چیزهایی که مثانه را مستعد آماس می سازد الکل است. در زنان مشروبخوار خارش فرج مشاهده شده و خارش فرج یکی از علل مستعد کننده ابتلا به سرطان است.

الکل موجود پدید آمدن اولاد غیر طبیعی می شود،

بعضی مواد در برابر الکل حساسند مانند ویتامین های B بخصوص B^۳ و B^۴ که با جذب مکرر الکل منشأ پلی نوریت هائی می گردد همینطور مواد دیگری است حساس نسبت به الکل یکی از آنها آشیانامید کلسیک است که حتی جذب مقادیر طبیعی آن در کارگرانی که با آن جسم در تماس هستند ایجاد عوارض مسمومیت بخصوص احتقان خون در صورت می نماید (کنفرانس پرفسور رنه فابر در تالار ابن سینا ۳/۲/۱۳۴۵)

مهندس فرانس نخست وزیر فرانسه گفته بود فرانسه باید

مشروبات الکلی نخورد زیرا شراب برای خوردن نیست و برای فروختن است. (۱)

بجاست این مطلب را نیز که یکی از دوستان روشنفکرم بآن توجهی داشت نقل کنم که الکسس کارل در کتابش (۲) می گوید با آنکه تماس فرانسویان با علم زیاد است ولی چون مشروب زیاد می خورند کمتر جایزه نوبل می گیرند.

الکل سوخت و ساز مرتبی ندارد اگر بمقدار پنجاه الی صد سانتیمتر مکعب مخلوط با آب و بدون هیچگونه غذائی مصرف شود ۹۰ تا ۹۵ درصد آن در بدن می سوزد و تبدیل به آب و اسید کربنیک می گردد، اگر همین مقدار در چند نوبت در وسط غذا میل شود ۹۸ درصد آن در بدن سوخته و مبدل باب و اسید کار بونیک می شود.

سمیت الکل بچند عامل بستگی دارد:

۱ چیزهایی که برای زیاد کردن طعم یا عطر یا تقلب بکار می برند.

۲ الکل های اضافی چنانچه الکل اتیلیک که از شراب گرفته می شود کم ضررتر و بعد به ترتیب الکل سیب تفاله انگور غلات چغندر و بالاخره الکل سیب زمینی از همه زیان بخش تر است.

۳ موادی که علاوه بر الکل در آن وجود دارد: الدیدها اسیدها اسانسها.

۱- اطلاعات ۳۷/۲/۳۰.

۲- صفحه ۱۲ راه و رسم زندگی.

۴ وجود الکلهائیکه وزن ملکولیشان بیشتر از الکل اتیلیک می باشد.

۵ طرز مصرف آنها که معده خالی باشد یا نباشد با غذا باشد یا خیر دائم یا متناوب میل شود.

۶ زمینه و استعداد: عصبی ها صرعی ها کبدنارسا دستگاه گوارش ضعیف و ...

آنچه انسان از خوردن الکل تصور می کند حالت خوشی باو دست می دهد خوشی نیست زیرا الکل محرک نیست بلکه تخدیر کننده بوده وبا خوردن الکل چون رفلکسها و اعمال ارادی کند می شود جوهر تنبلی و یوف گفتن همه چیز دنیا، زندگانی را بنظرها خوش می آورد.

نوشابه های الکلی تقطیری مانند عرق از مواد معدنی و عناصر حیاتی محرومند.

در الکل قدرت مواد غذائی پلاستیک که شرح آنها را در جلد چهارم دادم وجود ندارد.

الکل منعقت کننده مواد بیاض البیضی موجود در سلولهای عضلات است و در اینجال بدن برای رقیق کردن آبی که عضلات از دست داده اند بدفاع برخاسته بدن الکل دیده عطش پیدا می نماید.

استعداد پذیرشی نژادها در برابر داروها یا زهرها و حتی غذاها متفاوت است مثلاً ایرانیان در برابر امتین کمتر ناراحتی نشان نمی دهند و حساسیتشان در برابر دیژیتالین کمتر از اروپائیان است در عوض مقاومت بدنشان در مقابل الکل خیلی کمتر و گاهی به نصف اروپائیان می رسد.

دردسری که برای بسیاری پس از صرف الکل عارض می گردد بعلت از بین رفتن میکروبهای مفید امعاء که ایجاد کننده ویتامین B می باشند و بوسیله الکل کشته می شوند و در نتیجه میکروبهای آزاردهنده رشد می کنند می باشد.

در کف پا یا زیر یکی از انگشتان پای الکلیک ها ممکن است زخم مقاومی پدید آید.

تعریف از مشروبات الکلی

بندرت ممکن است در ده سال اخیر که تحولات علمی فوق العاده بوده بیکتایی که از خوردن مشروبات الکلی تعریف کرده باشد برخورد کرد، در کشورهای اسلامی و از جمله ایران قبل از ده سال هم مطالبی درباره خواص مشروبات الکلی نوشته نشده و اگر شده جنبه داروئی داشته ولی از آنجا که روزگاری مد شده بود فرنگ رفته ها برای اثبات متمدن بودن و پیشرفته شدن انفرادی خودشان از همه کار آنان تقلید نمایند مشروبخواری و گاه نیز قلمفرسائی در بزرگواری و خواص شفابخش مشروبات الکلی دیده می شود.

هر چند برای رد نظریه های یکی دو نر از طرفداران الکلیجات! کافی است مطلب قبلی خود را دو مرتبه تکرار کنم: کسانی که باروپا می روند سری به کتابخانه ها بزنند مخصوصا کتابخانه های دانشگاهها، و برساله های دکترای آقایان دانشجویانی کههدر باره انگور یا شراب نوشته شده نظری بیندازند، آنچه چشمگیر است: بطور متوسط در رساله های قبل از جنگ بین الملل

دوم از خون حضرت مسیح، شراب، تعریف شده و از اینکه مسلمین از این حظ عظیم، بی بهره اند دلسوزی بعمل آمده است ولی بتدریج از رساله های بعدی تعریف از شراب رخت بر بسته و در این اواخر تقریباً تمام رساله ها پس از مذمت مشروبات الکلی اسلام و بودا را بخاطر ممنوع ساختن از صزرَف الکَل ستایش نموده اند. شاید تنها کتابی که در ایران نوشته شده و درباره میگزساری قلمفرسائی کرده و بیداد نموده راهنمای نَعذیه قسمت اول است که بقلم آقای دکتر ... برشته تحریر درآمده و خودشان چاپ و تقدیم به هفتمین کنگره پزشکی نموده ولی از انتشاراتدانشگاه نیست، ایشان پس از اینکه از کلیه جوشانده ها یک صفحه و نصف صفحه مطالبی درج کرده از صفحه ۲۳۸ الی ۲۷۶ را به شراب و الکَل اختصاص داده و از جمله برای رفع خستگی از صفحه ۲۵۹ تا ۲۶۳ را بقول خودشان «این بود ذره ای از دریای بیکران دیوان اشعار شعرای بزرگ ایران که در وصف می و خواص آن آمده است. بزرگانی که این اشعار را سروده اند. بجنگ افکار عمومی رفته جان خود را بر کف گرفته اند زیرا: از نظر مذهب اشامیدن مشروبات سکرآور منع گردیده است، متعصبین عده ای از شعراء را تکفیر کرده اند، گروهی را محترم شمرده منتهی می و شرابی را که در اشعارشان آمده به شراب الست تعبیر کرده اند، در حالی که منظور تمام شعرا بدون استثناء شراب ساده، شرابی که بمقدار کم جان می دهد و غم از دل می برد بوده است نه چیز دیگر پورانکاره صدر اعظم فرانسه راجع به شراب می گوید شراب بکسیکه آنرا می آشامد سلامتی و خوشحالی ارزانی می دارد...» در نعت از الکَل

مرقوم داشته اند.

اما اگر اجازه فرمائید دلایل میگساری شعرا را که آقای دکتر ... ذکر کرده اند از هر کدام نمونه ای بنویسم.

از سعدی: بیار ساقی دریای مشرق و مغرب که دیر مست شود هر که می خورد بدوام (از اینقرار دیر مست شدن مروط بداشتن دو چیز است: دریای مشرق و مغرب و مدام خوری و نتیجه همه اینکه الکل دارای برگترین خواص است)

از رودگی: زان می که گر سرشکی اندر چکد به نیل صد سال مست باشد از بوی او نهنگ. آهو بدشت اگر بخورد قطره ای از آن غرند شیر گردد و نندیشد از پلنک. (باز هم در تعریف الکل همین بس که بویش نهنگ نیل را مست و قطره اش آهو را شیر بی اندیشه از پلنک می کند)

از انوری: ... خرد زال را پیرسیدم حالتی را چه حیلست و چه فن گفت افراسیاب دهر شوی گر بدست آوری از آن دو سه من. (و اگر چار من باشد رستم!)

از فردوسی: می لعل خور خون دلها مریز تو خاکی چو آتش مشو تند و تیز. می لعل گون خوشتر است ای سلیم ز خونابه اندرون یتیم (از اینقرار که می حلال و شفابخش از خونابه اندرون یتیم خوردن بهتر است پس وقتی که می گویند: الغیبه اشد من الزنا این معنی را می دهد که زنا بسیار پسندیده اما غیبت بد است!)

از حافظ: از قال و قیل مدرسه حالی دلم گرفت یکچند نیز خدمت مشوق و می کنم (خدمت حافظ برعکس آقای دکتر بوده است یعنی حافظ از اول مدرسه و قیل و قال و آخر سر می و

معشوق اما دیگران در جوانی مدرسه ای با سرپرستی می و معشوق داشته و در آخر عمر در رف نشستن. (۱)

نویسنده چون شاگردجناب آقای دکتر بوده ام برای ایشان جابی یا ردیه ای نخواهم گفت فقط کافی است گفته شود: هر کس محضر درس ایشان را درک کرده یا از سخنرانیهایشان مستفیض شده جوابی برای خودش دارد!

ترکیبات شراب

در هر لیتر شراب بطور تقریب بقرار زیر است:

آب ۸۵۰ ۹۵۰ گرم

الکل اتیلیک ۵۰-۱۲۰ گرم (بر حسب درجه تخمیر) و الکل های دیگر (۱۰ گرم پریلیک ۵۵ گرم بوتیلیک ۲۷ گرم امیلیک ۱۰/۰ گرم کاپریلیک ۸۱٪ آناتیلیک و ۱۰ کیلو گرم لکل اتیلیک در هر هکتولتر شراب با الکل ۵/۱۲ درجه)

چند اسید فرار: اسید استیک و ...

چند آلدئید: الدهید اتیلیک

چند اسید غیر فرار: اسد تارتریک اسید مالیک اسید سیتریک اسید سولسفیك.

چند الکل چند اتمی که شیرینی شراب مزبور باینهاست:

۱- اخیرا در یکی از جلسات قمار بازان یزد پیر مردی قلبی میکند یکی از جوانان او را بلند کرده در رف اطاق میگذارد و تا آخر بازی نتوانسته از رف پائین بیاید تا نزدیک صبح او را پائین آورده پراکنده شدند.

گلیکول ایزوبوتیلیک گلسرین مانیت (ممکن است باشد).

ترکیبات قندی: بنتوزان دکستران صمغ پکتین. تانن (مازو یا مازوج).

ناچیزی مواد ازته (۱-۶ گرم در لیتر) در صورتیکه در آب انگور چند برابر است که شرح داده شد.

فسفر گوگرد کلرور برمور یدور ارسنیک آهن و مس، سیلیس آهک و منیزیم ویتامین های (۱) B۲ (CB۱)

درمان بیماریها با الکل

بعضی پزشکان برای الکل ارزش دارویی قائلند و آنرا در دوره بعضی بیماریها مانند ذات الریه یا بیماری کاشکتیزان (ضعیف کننده) مفید و مؤثر می دانند. ثولی تجربه ثابت کرده حیواناتیکه به انان الکل می دهند مقاومتشان کاسته می شود و از لحاظ تجربیاتی که شده استعمال الکل بعنوان دارو بیشتر پایه اش بر تفنن و ذوق پزشک است تا بر موازین علمی (۲) و برای شناختن پرفسورها و پزشکانیکه مخالف تجویز الکل در بیماریها هستند میتون به تفسیر جواهر القرآن طنطاوی قسمت مربوط به آیه خمر مراجعه نمود.

۱- کسانیکه درباره تخمیر و ترکیب شراب انگور طالب اطلاعات بیشتری هستند به رساله دکترای امیل پی ند Emil Peynaud از دانشکده علوم بردو در سال ۱۹۴۶ مراجعه نمایند.

۲- جزوه تدریسی آقای دکتر جواد آشتیانی استاد دانشگاه.

بحثی جالب از مشروبات الکلی

بطور کلی پژوهشگرانی که در اطراف مشروبات الکلی بررسی کرده اند بدو گروه تقسیم می شوند:

گروهی که معتقدند الکل و مشروبات الکلی یک کاربوران **Carburant** ناقصی بیش نیستند زیرا این عامل مولد حرارت برای ترمیم بافتها، جهت تأمین انرژی برای کارهای عضلانی و جهت مقاومت در برابر سرما کوچکترین اثری ندارد و مضافاً این که باستناد تعریف کلی برای سموم که گفته ژاند (هر جسم خارجی که در زندگی سلولی اجاد اغتشاش نماید و یا تعادل زندگی سلولی را مختل ساخته و بر هم زند سم می باشد) این تعریف را درباره مشروبات الکلی نافذ می دانند زیرا وجود الکل از یک سرف و وجود مواد حاصله در مسیر اکسیداسیون کامل از طرف دیگر و بالاخره مواد حاصله از اکسیداسیون ناقص و مواد حاصله در اثر اغتشاش متابولیسم بدن یک حالت هومال **Humoral** مشخص الکلیسم را ظاهر می سازد.

پائین آمدن ذخیره قلیائی در خون بنام اسیدوز **Acidose** بهم خورد رابطه بین کلسترول و اوره در خون و بالاخره اغتشاشاتی که در سلولهای هیپاتیک (جگری) و سایر سلولهای عضلانی ایجاد میشود از دلایل این گروه می باشد.

گروه دوم عده زیادی از متخصصین هستند که پرفسور ترمولیر **Termolieres** و کاره **Carre** از این دسته می باشند بدلائل علمی قسمت عمده نظریات دسته اول را تأیید می نمایند فقط انرژی

حاصله از اکسیداسیون مشروبات را در غلظت کامل محدود و تحت شرایط کاملاً بررسی شده در بعضی موارد قابل مصرف می دانند معذکک خطرات و عوارض بعضی از مشروبات را در روی انسان و بالاخص در روی افراد بیمار یا افرادی که کمبود مواد غذائی داند کتمان نمی کنند و نتیجه حاصله از کار آنان چنین است:

۱ اکسیداسیون الکل در بدن تقریباً بطور کامل صورت می گیرد.

۲ انرژی حاصله از این اکسیداسیون بعنوان دفاع در مقابل برودت قابل مصرف نیست.

۳ انرژی حاصله از این اکسیداسیون برای کارهای عضلانی قابل مصرف نمی باشد.

۴ انرژی حاصله در سلولهای انسانی و حیوانی برای تجدید ترکیبات سلولی کهاند و ترمیک می باشند میتواند مفید واقع شود و در واقع متابولیسم بازال را تغییر نمی دهد. (۱)

اینکه ذکر شد بحث جالب م باشد از اینجهت بود که تمام پژوهشگرانی که درباره الکل تحقیقای دارند بدو دسته تقسیم شدند و هر دو دسته با ثلائل کافی و محکمی بالاخره الکل را از ردیف غذا طرد و خارج ساختند و بجای اینکه شرح بیشتری بدهم انتظار تجدید نظری در ان باره مخصوصاً از کسانی که به سوخت و سازهای غذائی و اصطلاحات مربوطه اش واردند دارم و انتظار بیشتر باینکه بدانند سه طایفه اند که زود دچار تزلزل شخصیت

۱- اقتباس از سخنرانیهای تقدیم شده به دوازدهمین کنگره پزشکی رامس از طرف انستیتو خوار بار و تغذیه ایران.

می شوند مشروبخواران، قماربازان، معتادین بمواد مخدر یعنی حاضرند بمحض آشنایی با یکنفر شروع کنند به رنجهای زندگی را شمردن و جهت وی اظهار آنچه از گله های زندگی کردن که نباید کردن و قرآن کریم را بنگر از همان کلمه ای که در مورد نام گذاری آنچه حلال و حرام است بکار برده می توان علت یا حکمت حلال بودن یا حرام نمودن را دانست چنانکه بجای کلمات مشروب و مسکر کلمه خمر را آورده تا دانسته شود ماده مورد بحث خمار و پرده پوش عقل است و در نتیجه متزلزل کننده شخصیت و بطور غیرمستقیم نشان دهنده اینکه الک در نطق قرآن نه غذاست نه دوا بلکه تنها بعنوان مایعی پائین آورنده سطح عالیه تفکر و خمار و پوشاننده طراز عالمانه تعقل ساخته می شود.

حال که دانستید اگر خمر خورده شود قمار زده گردد آلت فعل شود عقل خود را بعقب می ژکشد به نکته جالب زیر توجه فرمائید: ملاحظه فرمودید پروردگار در قرآنش بمطالب ذیل اشاره فرمود:

خمر وقمار رجس و اثمند اثم از محرّمات است بین عقل و علم تناسب مستقیمی برقرار است (و مایعقلها الا العالمون)

اینک به آیه ۱۰۰ سوره یونس توجه فرموده همه را (این آیه و چند آیه قبل که مضمونشان هم اکنون نوشته شد) صغری کبری نمائید تا نتایج زیر بدست آید: آیه چنین است و يجعل الرجس علی الذین لا یعقلون (قرار داده می شود رجس بر کسانی که تعقل ندارند) و نتیجه بسیار عالی و جالب اینکه یک جا خمر را بجای مشروبات الکلی بکار برده و اینجا خود خمر را چنین

معنی می فرماید که نوعی بی عقلی است و مهمتر آنکه وعده می دهد با پیشرفت عقل بلکه علم زیانهای قمار و شراب معلوم و استعمال و آلودگی با آنها معدوم خواهد گردید (دقت فرمائید) زیانی که شاید هنوز بشر به آن وقوف حاصل نکرده است.

شراب و انگور در کتابهای قدیمی پزشکان اسلامی

بفارسی انگور و بعربی عنب و به ترکی ازوم نامند بهترین آن شیرین و نازک پوست بزرک دانه کم تخم است در آخر اولی گرم و تر و در غذائیت بهترین میوه ها و بغایت مسمن بدن و معدل امزجه.

غلیظ و صاف کننده خون و مولد خون صالح و جهت افزودن پیه کرده و رفع مواد سودی و احتراق خلط نافع و مصلح گال سینه و شش و مضر معده رطبه و ریحی و مصلحش زیره و رازیانه و مضر سده جگل و سپرز و قولنج ریحی و مصلح آن تخم کرفس و ملین و مورث تشنگی و مصلح آن سکنجبین و غذاهای ترش اس تو آب سرد بعد از انگور بغای مفسد آن و مورث اتسقاء و تبهای عفن است و باید بعد از چیدن بدو روز تناول نمایند و مابین دو طعام خورده شود و دانه آن در دوم سرد و خشک و مولد ریاح و مضر معده و امعاء و سوخته آن جهت جراحات و جلای باصره و رطوبت چشم نافع و پوست آن مورد ریاح و بسیار بطیء الانحدار است و انگور نارس و عفص مایل بسردی و کثیف است و روغن انگور که مکرر آب و ثفل آنرا با روغن زیتون جوشانیده صاف کرده باشند و یا در آفتاب پرورده باشند بغایت محلل اعیا و مسخن و ملین جلد است.

زیب در طب قدیم

زیب را بفارسی مویز گویند و بهترین آن پرگوشت کم دانه بزرگ مقدار است و دانه بیرون کرده را منقی نامند و در آخر اول گرم و در اول تر و مصحح خلط غلیظ و محلل باعتدال و جالبی معده و امعاء و محرک باه مبرودین و موافق قصبه ریه و مسمن و مقوی جگر و جهت سرفه بلغمی و امراض گرده و مثانه و قرحه امعاء با گل گاوزبان و خرما سبز جهت خفقان مجرب دانسته اند و با حسن لبان جهت رفع نسیان و با سرکه جهت یرقان مجرب و چون بجای دانه در هر عددی فلفلی جا داده مداومت نمایند جهت سردی گرده و تقطیر بول و سنگ گرده و مثانه بی عدیل و چون با انیسون پخته و مهر گرداب آنرا با روغن بادام بنوشند جهت سرفه مجب و ضمادش با پیه حیوانات جهت تحلیل اورام و گشودن دمل و قلع ناخن متخلخل و با آرد باقلی و زیره جه ورم انثیان و با شراب جهت قروح شهیدیه و جدری و عفونت مفاصل و جوششها و سرطان و غانقرا یا که مفسد عضو است مفید و با جاوشیر جهت نفرس نافع و مضر محرورین و مصلحش سمنجبین و میوه های ترش و خشخاش و مصر گرده و مصلحش عناب و قدر شربتش اتاسی در هم و نوعی که بی دانه است و کشمش نانید بهترین آن سبز و زبون ترین آن سیاه است و همه آن لطیفتر از دانه ژدار و مبهی و با قوه مسهله و آب نقیع و مطبوخ آن که با فانید بقوام آورده باشند جهت سرفه و مواد سینه نافع و منقی صوت است و ضماد آن بازعفران و زرده تخم مرغ و عصفه جهت گشودن دمل و تحلیل صد است و کوبیده آن با صبر جهت

کچلی سر مجرب است و در جمیع افعال دیگر مثل مویزدانه بیرون کرده و کنار (بضم نون) آن محرق خون و مصلحش مذکور شد.

جمار و دل خرما

جمار را بفارسی پنیر خرما گویند و آن را در اعالی درخت و موضع طلع و قلب النخله گویند سفید و شیرین و قریب بطعم شیر است در اول سرد و خشک و مقوی معده و قاطع اسهال و جهت غلبه صفرا و لاغری کرده و غلیان خون و نفی الدم و درد سینه و سعال و رفع ضرر نیبذ و رفع خمار و قی صفراوی و صاف کردن آواز و منع تحلل ارواح و جذب حرارت غریبه از بدن و ضماد آن جهت گزیدن زنبور نافع و مضر شش و مولد ریاح و بطیء النزول و مصلحش عسل و خرما و زنجبیل پرورده است.

یک نکته علمی از نبی گرامی: حال که مصلح جمار دانسته شد خرما و عسل و زنجبیل است و اطلاعات مختصری هم از طلع و مرحله اول شروع پیدایش خرما حاصل نمودید بدانید که نبی گرامی هر وقت می خواستند طلع یا جمار تناول فرمایند آنرا با تمر و خرما کاملاً رسیده می خوردند: كان النبي يا كل الطلع و الجمار بالتمر.

النیبذ

اسم عربی جمیع مسکرات مایعه است بغیر خمر و هر یک بنامی مخصوص اند و فقاع قسمی از آن است که از آب انار و سایر

میوه ها و حبوب ترتیب دهند و آن مقدار که بگذارند بجوشد و مسکر گردد و هر گاه مدتی بگذارند آنرا مصنع نامند و از جمله نیبذ است و مجموع نیبذ معرق خون و خبخر و مضعف دماغ و مکدر حواس اند و اقسام آن از مویز و خرما و عسل و دوشاب و کشر و جو و برنج و ذرت و ارزن و سنجد و امثال آن ساخته می شود، و طریق عمل آن نزد متقدمین آن است که هر چه از مویز و خرما و سنجد و اثمار یا بسه باشد انجیر را در ده مثل آن آب یکشبهانه روز خیسانیده بجوشانند تا به نصف رسد پس صاف آنرا بجوشانند تا ثلث آن بسوزد و بعد از آن در ظرف کرده سر آنرا محکم نموده تا پنج شش ماه بگذارند و نزد متأخرین آب پنج مثل آن و جوشانیدن بقدر نصف است و هر چه از حبوبات سازند باه این مقدار بجوشانند که با آب یکسان گردد با دو سه مثل آن شیرینی که خواهند مثل شکر و عسل و مانند آن آمیخته بعد از یک هفته صاف کند و بعضی بجهت تقویت و اصلاح آن از مفرحات و مقویات مانند جوزبوا و دارچینی وزعفران و عود و غیر آن از هر یک پنج درهم بازای هر ده رطل در پارچه بسته از اول جوشیدن تا آخر صاف کردن اضافه می نمایند و هر چه از عسل و شکر و امثال آن ترتیب یابد با سه مثل آن بجوشانند تا ثلث یا نصف آن بسوید و هر چه آب نیشکر و امثال آن باشد بدون آب بجوشانند تا ثلث بسوزد و بدستور جهت تقویت آن اگر خواهند بدستور مذکور ادویه مناسبه اضافه کنند.

نیبذ الزییب: بفارسی مویز آب نامند، در دوم گرم و در اول تر و مولد خون متین و مفتوح سدد وهاضم و مسمن بدن و مقوی معده است و چون قدری عسل اضافه کنند مدربول و محلل

ریاح و محرک باه و منقی سینه و ریه و مسخن گرده و مثانه و سریع الاستحاله بسود او مفسد دماغ و مغلظ اخلاط مولد استسقااست و چون حماما در حین جوش اضافه نمایند جهت جوع بقری و تقویت بدن و هاضمه مفید است.

نیبذ العسل: شراب عسلی است در سیم گرم و در دوم خشک و محلل اخلاط غلیظه و خفف رطوبات و حافظ صحت مبرودین و مقوی حواس و جهت امراض بارده مثل فالج و رعشه نافع است و چون بطریقی که مذکور می شود ساخته شود افضل از خمر دانسته اند عسل ده جزو نان خشک یکجز و جوزبوا عشر نان بسباسه قرنفل از هر یک نصف عشر نان زعفران سدس عشر مجموع را در آب بجوشانند تا اثری از آن نماند پس صاف نموده بقدر عشر آن عسل تازه اضافه کرده بجوشانند تا ثلث آن بسوزد.

نیبذ الشکر: شراب شکری است لطیف تر از مویز آب و بگرمی آن نیست ووافق ناقهین و سوداوی است و آنچه از آب نیشکر سازند محرق اخلاط و مولد صفرای کراشی و زناجری دانسته اند.

نیبذالتمر: شراب خرمائی نامند گرم و خشک تر از مویزی و ملود سودا و جذام و خنازیر و سرطان و موافق پیران است و هر چه از بر و بلح سازند در اول گرم و در دوم خشک و بهتر از خرمائی و قابض و مقوی معده و مدربول و بعد از مویز آب بهتر از سایر نیبذهاست.

نیبذ الدبس و السیلان: شراب دوشابی است که از شیر خرماسازند و در افعال مثل شراب خرمائی است.

نبیذ الازر: بفارسی نورا گوین و در مصر مزر گویند و آن شامل نبیذ ذرت و ارزن و جو و گندم و سائر حببات اس تو آن حابس طبع و نیکو کننده رخسار و محرک اشتها و بسیرا مست کننده و قاطع باه و چون عسل اضافه کنند محرک آن است و مورث سل و مضر ضعیف الابدان و مصلحش ماهی تازه است و آنچه از جو ترتیب دهند نفاخ و بی تفریح و مسهل و مدر و مفسد باه و هاضمه است.

نبیذ الفواکه: شرابی اس تکه از اب میوه بعمل می آورند مثل توت شیرین و سیب شیرین و امثال ان بهتر از نبیذ حبوب و مسکر و سریع الفساد و نفاخ و مصلحش عسل و ادویه حاره خوشبوست. (۱)

خمر

مراد از خم در شرع مایخمر العقل است یعنی آنچه عقل را بپوشاند و در عرف از مطلق آن شراب انگوری مراد است که آب انگور صاف را در خم درون بزفت اندود کرده مدتی در آفتاب و بعد از آن در سایه گذارند و غر انگوری را نبیذ و اصناف آن بحسب افعال زیاده بر ششصد و شصت قسم می شود و چون خردل داخل کنند بدو جوشیدن خم می شود و شیرین می باشد و با زعفران باعث شدت سرور و تقویت جگر و دل می گردد و اگر با دانه انگور باشد قابض می شود و ریحانی آن است که خم را بعد از اندودن بزفت و یا بقیر

۱- برای جلوگیری از پر گوئی فقط مطالب تحفه المؤمنین تألیف نجیب محمد مؤمن حسینی نوشته شد و از خم از مقداری مطالب صرف نظر گردید.

و موم بعود و کشته بخور کننده و در آب انگور مورد و مصطکی و به شیرین و سیب بقدری اندازند و بعد از آفتاب گذاشتن ظرف آن در مزین دفن کنند و آنچه بر آن ششماه نگذشته باشد مسطار نامند و بفارسی دلابی گویند و چون آب انگور را بجوشانند تا ربع آن بسوزد و در خم کنند آنرا جمهوری گویند و بیمزه غلیظ را قهوه نامند و آن قاطع باه است و شرابی که از یکسال تا دو سال گذشته باشد عتیق گویند و آن در سیم گرم و در دوم خشک است و قدیم آن که زیاده از دو سال است تا چهل سال پیوست آن در سیم و تازه ای که مسطار است در دوم گرم و ترازو شش ماه تا یکسال در آخر دوم گرم و مائل برطوبت است و اولی آن است که بعد از جوشیدن اقل تا سه ماه نگذرد استعمال نکنند و قوی ترین اقسام زرد عتیق رقیق و ضعیف ترین همه تازه سفید است و رقیق آن سریع النفوذ و مفتوح و غلیظ آن دیرهضم و کثیرالغذا و مقوی اعضاء و شیرینی آن ثقیل و غذائیه آن غالب و ترش شیرین آن مفسد هضم و مضر عصب و مورث توحش و قسم قابض حمر حابس طبع و باعث خشونت سینه و دباغه معده و قوی الخمار و تلخ آن جالی و مفتوح و هاضم و سیاه آن دیرهضم و مولد سودا و سرخ خشبوی آن که عبارت از ریحنی است معتدل و بهتر از سائر و مصدع است و بدبوی آن مصدع و مورث امراض مهلکه و مشمس آن که در آفتاب راسنیده باشند و بعد از جوشیدن به سایر نبرده تند و سریع الانحدار و با تفریح بسیار و مولد تبهای حاره و امراض حاره و مطبوخ آن که جمهوری باشد غلیظ و مسخن و منضح و مقوی عصب و مصدع است و مدقون آن که خم آنرا در

زمین دفن کرده باشند و اصلاً در آفتاب نگذاشته باشند غلیظ و دیرهضم و متعفن و مولد تبهای مزمنه است و ...

(ناگفته نماند این قسمت از کتابهای قدیم را برای مقایسه آوردم که اسلام را با زمان حاضر و از طرفی با زمان تألیف کتاب یا توجه به سابقه ۱۵ قرن اسلام به سنجش درآوردید).

ص: ۲۱۵

کتاب رزقا حسنا رزقی نیکو

اشاره

انگور را از این جهت رزق حسن می دانیم که علاوه بر طیب و سازگار بودن یعنی داشتن حالت و قدرت خشایندگی و افزایش فضولات و هزرها را هم از بدن دور می کند.

برای کشت انساج در آزمایشگاهها دو عمل اساسی انجام می گرد یکی آنکه غذا می رساند دیگر که فضولات را از محیط کشت جدا می سازد و در نتیجه سلولها میتوانند رشد نمایند، سلولهای بدن نیز در صورتی میتوانند رشد طبیعی و عادی را داشته باشند که غذا باندازه برسد و دفع فضولات بدرستی انجام گیرد، ریه گاز سمی و کلیه ها آب مسموم و روده ها فضولات غذائی و ... را از بدن دور می سازند اما چه بسیارند غذاهائیکه محیط روده ها را نمی توانند خوب پاک نمایند یا مهمتر آنکه خود باعث افزایش شیاطین (میکروباها) یا زهرها در بدن می باشند.

انگور علاوه بر آنکه عمل سبزیجات را انجام می دهد که در جلدهای قبلی شرح دادم چگونه باکتیها و سموم را از بین می برد خود دارای قدرتی میکروب کشی خاصی بوده و هم تنفس را برای دفع گازهای سمی مساعد می سازد و هم کلیه ها را کمک نموده مدر می باشد و هم ... و بزودی آنها را شرح خواهم داد.

فراموش نشود همانگونه که قبلاً اشاره شده خرما و انگور از این لحاظ هم که از دست های آلوده تقلب کنندگان دورند نیکو و حسند.

قدرت میکروب کشی انگور تازه

صرفنظر از اینکه مدت‌ها روی خاصیت میکروب کشی فراورده های الکلی انگور زحمت ها کشیده شده است پرفسور رشه این تکنیک را مطرح ساخت: انگور را مدتی با آب استریل شست بعد ده دقیقه در آب استریل گذاشت و دو مرتبه آنرا تجدید کرد. با فشار مختصر ضد عفونی شده ای هک ده دقیقه طول کشید و دو کیلو انگور انتخاب شده بود فشرده را در بالن ضد عفنی شده مناسبی ریخت، قسمت آبکی را پس از دا کردن هسته ها ابتدا از فیلتری روی شیشه ای (Peille) بعد روی یک قطعه گاز عبور داده سپس پاستوریزه می کند. چند قطره بدست آمده را مورد بررسی قرار می دهد تا به استریل بودنش یقین حاصل نماید بعد اعمال مفصلی انجام می دهد از مراقبت درجات حرارتی که آب انگور را در آنها می گذارد و رعایت PH های مخصوص و انتخاب ظروف شاهد و تعیین مقدار و تعداد میکروب در هر قسمت معین و برگزیدن سوش و نوع مخصوصی از میکروب که مفصل بوده و ذکرش لایم نیست و از همه مهمتر اینکه بر روی آب انگور سفید و آب انگور قرمز هر دو آزمایش بعمل آمده و نتیجه چنین است:

با توجه به اینکه در اینحالی که آزمایش انجام گرفته PH محیط انگور قرمز بین ۹/۲ و ۸۷/۲ بوده (۹/۲ بر حسب

نسبی شاهد) پس از گذشت ۷۲ ساعت تابلو زیر بدست آمده و نتیجه چنین بوده است و در اینجا در ساعات مختلف نتیجه را نشان می دهد.

اینک تابلو (۱)

باسیل ابرت***پارا**A**پارا**B باسیل کولی

۱۵ دقیقه +***+***+***+***+***+***

۳۰ دقیقه +***+***+***+***+***+***

۴۵ دقیقه +***+***+***+***+***+***

۶۰ دقیقه +***+***-***+***+***+***

۷۵ دقیقه +***+***-***+***+***+***

۹۰ دقیقه +***+***-***+***+***+***

۱۲۰ دقیقه +***+***-***-***-***+***

۲۴ ساعت +***-***-***-***-***+***

۲۸ ساعت -***-***-***-***-***+***

۵۰ ساعت -***-***-***-***-***+***

تابلو (۲):

وپریون کلریکشیگا

۴ ساعت +***+***+***+***+***

۵ ساعت +***+***+***+***+***

۶ ساعت +***+***+***+***+***

۷ ساعت +***+***

۲۳ ساعت +***-***

۲۸ ساعت +***-***

۵۰ ساعت -***-***

اما تهیه شده از انگور سفید با اسیدیته، $\text{PH}_{2/3} =$

و ... که ۷۲ ساعت ادامه و مرتب نتیجه برداری شد در تابلو (۳):

ابرت *** پارا *** A پارا *** B کلی باسیل *** و پریون و با *** شیگا

۱۵ دقیقه ***+***+***+***+***+***+***+***+***+***+

۳۰ دقیقه ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۴۵ دقیقه ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۱ ساعت ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۱ ساعت ۱۵ دقیقه ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۱ ساعت ۳۰ دقیقه ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۱ ساعت ۴۵ دقیقه ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

۲ ساعت ***-***-***-***-***-***-***-***-***-***-

بعد آزمایش را با اسیدیته، $\text{PH}=3$ انگور قرمز انجام داده تابلو (۴) را دادند و سپس بجای آزمایشهای قبلی مقدار انتخاب شده را پنج سانتی کوب انتخاب کرده تابلو (۵) بدست آمد و همین اعمال را با انگور سفید انجام داده تابلوهای (۶) و (۷) را نوشتند.

آنگاه به آزمایش نوع سوم پرداختند با همان روش قبلی یعنی ابتدا با $\text{PH}=9/2$ انگور قرمز سپس با انگور سفید و $\text{PH}=6/2$ و بالاخره با برداشت پنج سانتیمتر مکعب و ... تابلوهای ... و (۱۲) بدست آمد که اگر همه را بیاوریم چندین برگ را پر خواهد کرد و برای خوانندگان جالب نبوده و در صورت لزوم میتوانند از اینجا آنها را بطلبند.

نتایج حاصله اینک:

۱ انگور واجد قدرت میکرب کشی پرارزشی می باشد از

اینجهت که خوراک بسیار لذیذ و عالی است و در عین حال کشنده میکروبهائی هم می باشد که با محل ورود خوراک (روده ها و معده) سر و کار دارند و ملاحظه نمودید انواع آنها چه بودند.

۲ عمل میکروب کشی طبیعتاً بکندی انجام می گیرد مشروط به اینکه شماره میکروبهای مربوطه زیاد نباشد.

۳ خاصیت میکروب کشی فشرده انگور سفید اندکی حساستر از انگور قرمز روی گروپ باترهای کلی تیفیک می باشد.

۴ باسیل شیگا در برابر انگور سفید و قرمز مقاومت عجیبی دارد بدون آنکه علت آن هنوز معلوم شده باشد.

قدرت ضد سمی فشرده انگور

در قدیم به خاصیت ضد سمی شراب در مواردی چند اشاره شده ولی هم اکنون در مقام مقایسه ضد سمی فشرده انگور و شراب برآمده و آنها را برای درمان مسمومیت های چند (اکسید دو کربن استرکنین اسپارتین) مورد آزمایش قرار داده اند.

برای آزمایش مسمومیت ناشی از اکسید دو کربن کبی و جهت آزمایش مربوط به استرکنین خرگوش و برای اسپارتین نیز خرگوش حیوان انتخابی بوده است.

در آزمایش اول گاز را بتدریج و کم (۲۰-۳۰ دقیقه) می دهند. کبی (خوکچه ندی)های یکوزن و یکنوع انتخاب می شوند. بر یکی ۲۰ سانتی کوب انگور تازه فشرده شده تزریق می نمایند و برای دیگری شراب قرمز الجزایری ۱۱ درجه و یک عدد نیز بعنوان شاهد انتخاب می گردد. ربع ساعت پس از تزریق سه

حیوان را زیر پوشش جامی دهیم (سرپوش ۱۵ لیتری) مسمومیت کمتر از ۲۰ دقیقه و بیشتر از ۴۵ دقیقه نخواهد بود. بعد هر سه را در هوای آزاد قرار می دهیم آزمایش روی حیوان انجام شده (یعنی روی ۴۵ کپی) یعنی به ۱۵ عدد تزریق شراب و به ۱۵ عدد تزریق فشرده انگور و ۱۵ عدد بعنوان شاهد انتخاب شدند. و در آخر ملاحظه گردید ۱۵ خوکچه شاهد همه مردند و از آنها که شراب تزریق شده بود ۱۰ عددش و از تزریق شدگان انگور ۸ عدد مردند.

آزمایشات بعدی هک روی خرگوش انجام گردی تقریباً مشابه آزمایش ذکر شده بود که از ذکر آنها خودداری می گردد.

عمل داروئی انگور و فشرده انگور

برای اینکه نتایج آزمایشات بهتر معلوم گردد مراکز درمانی ضمن انتخاب انگور رسیده و تازه برای تشخیص و چگونگی ار انگور بر بیماریها آنان را به سه دسته تقسیم کرده اند:

۱ کلیویها گاستروانتستینالها (معدی روده ای ها) کبدیها که در درجه اولند.

۲ رماتیسم های مزمن بیماریهای عفونی نقرس سل دیابت و غیره.

۳ بیماریهای دیگر که شرح داده خواهد شد.

اثر انگور بر بیماریهای کلیوی

چون فشرده انگور را با شیر زن یا شیر بعضی حیوانات دیگر مقایسه نمائیم آنچنان ترکیبات نزدیک بیکدیگری دارند که میتوان نام انگور را شیر نباتات نامید:

با خاصیت مدر بودن انگور بعلت شیرینی و نمکهای معدنی که دارد عمل مخصوص دفع کلرورها را مشخص می سازد و بهمین علت میتوان انگور را در نفریت های حاد و مزمن تجویز نمود.

ادرار بیماران با تجویز انگور همانند زمانیکه رژیم لاکته بآنان داده می شود برقرار می گردد.

در اینجا میتوانیم چند ابرواسیون را بعنوان مال بیاوریم و چگونگی بهبودی مطلق یا نسبی آنان را با رژیم انگوری ذکر نمائیم ولی وردنشان لازم تشخیص داده نمی شود از اینرو بذکر فقط بیمار چندنفری از آنان می پردازیم: نفریت مزمن نزد ۲۳ اله ۱۰ ساله ای که پس از ابتلا به مخملک هماتوری داشته و بحالت نفریت مزمن رسیده بوده است انژین و البومینوری طولانی در تعقیب آن در ۶ ساله کاردیورنالی که ۹۵/۲ اوره در لیتر خون داشته همچنین در کاردیوپاتیهای دیگر سیستیت ها سیستیت های مزمن نارسائی های کلیوی اکتسابی یا ارثی و ...

انگور در التهابات معدی روده ای

انگور رامیتوان در بعضی حالات مرضی دستگاه گوارشی تجویز کرد از جمله:

سوء هاضمه: انگور بشکل رژیم مخصوص تجویز سودمند واقعی در سوء هضم های هیواستتیک است اما زمانی که قدرت حرکتی معده کاهش یافته یا ترشح آن کاسته گردیده انگور نمی تواند عمل قابل توجهی انجام دهد.

زخم معده: انگور انتخاب شده باید تازه و خیلی شیرین باشد و این چندین سال است توسط لوپر **Loeper** پیشنهاد شده و علت آنرا چنین می داند که شیرینی زیاد انگور در این رژیم سبب کاهش اسیدیته و ترشح معده می گردد. اما خوردنش قبل از غذا در حالیکه شکم خالی است یادر وسط غذا ممنوع بوده زیرا سبب تحریک معده جهت بیشتر کردن ترشح می باشد بلکه دستور چنین است که بعد از غذا انتخاب شود ۱۰۰-۲۰۰ گرم و در زمان هضم غذا بین ساعت اول و چهارم بهمان مقدار یک مرتبه یا چند مرتبه میتوان خورد.

زخم اثنی عشر: سریانی **Seriani** ابرواسینهای چندی در این باره دارد بلکه در ناراحتیهای گوارشی رژیم انگوری را زیاد آزمایش کرده است. در نتیجه از تحقیقاتش چنین بر می آید که استعمال میکرده انگور سفید خالص را درو از غذا زمانی که دردها پیش می آمده است ولی با این رژیم نه هرگز درد زیاد شده و نه عوارض دیگری هرگز بودجود آمده (از قبیل: اسیدیته

التهاب معده و غیره) نزد بیمارانی که اسید زیاد داشته یا نرمواسید بوده اند. در بعضی حالات برعکس دردهای متوقف شده را تحریک می کند و نظم معمولی را در روزهای بعد حتی دگرگون می سازد اما در آن حالت ها که انگور عمل سازگاری انجام می دهد مانند الکالن های مسکن معمولی است که گذرنده اند و دردها را موقتا ساکت می سازند.

جذب انگور هنگام غذا نه هرگز عوارض زخم اثنی عشر را افزایش می دهد نه هرگز بیداد می کند درد و رنج را نزد بیمارانی که در حال آرامش و سکونند و میتوان روزانه بمقدار ۵۰۰-۱۵۰۰ گرم از آنرا خورد چه انگور سفید و چه انگور قرمز..

انگور سازگار است در آنجا که برای درمان التهابات دستگاه گوارش انتخاب می گردد. مارک و مارتین **Marc Et Martin** مورد استعمال انگور را چنین خلاصه کرده اند:

ملین منظم کننده اعمال گوارشی کشنده میکروبها مدر تحریک در مدفوع سازی کم کردن مقاومت کلی باسیل ها شستشو دهنده کلیه ها و مثانه یک درناژ (زه کشی) کننده کامل پزشکی از مجاری صفراوی و بالاخره جان می دهد به عضوی که مورد تجاوز متجاسری قرار گرفته است.

یبوست: عمل انگور در ملین ساختن بوسیله ابرواسیونهای متعددی سودمند و آشکار تشخیص داده شده و در یبوست های معمولی اثر بسیار عالی دارد در یبوست های اتونیک (که قدرت حرکتی روده ها کاهش یافته) خوب بوده و در یبوست های اسپاسمودیک (فشرده گی) باید تحت نظر پزشک داده شود. ترتیب خوردنش

بهرتر آن است صبحانه، بمقدار زیاد، همراه با پوست و هسته انجام گیرد و در یبوست های حقیقی معمولاً با ماساژ منظم شکم در ساعات نتیجه خوبی خواهد داد.

اسهال: معمولاً انگور اسهالها را شدت می دهد فقط در بعضی اسهالهای مزمن نتیجه عالی داده است.

هرپین Herpin مینویسد: چه بسا بیمار معذبی که در رنج اسهال طولانی بوده و بتدریج با خوردن انگور شفایافته است.

بعضی علت ضد سمی بودن انگور را درمان نتیجه بخش برای اسهالهای مزمن می دانند.

در برخی سندرمهایی که مربوط به مسمومیت داخلی بدن وابسته بروده هاست با بوی بد، اغتشاش صفرا و اندکسیوری **Indoxylurie** و ... انگور (و پوست انگور) اغلب درمان کننده گرانبهایی است بدون هیچگونه عمل ایجاد کننده گندیدگی یا سمی یا تخمیری و ویس باخ علت قابل پذیرشی بر این قسمت دارد که اسهالها در صورتیکه منش. کبدی داشته باشند انگور اثر خوبی می کند مشابه اثراتی که سوفلات دو سود یا سولفا تدمو منیزی در این باره دارد بعلاوه که خاصیت ضد میکروبی انگور هم باید منظور گردد که در این حالات اثر می نماید.

انتخاب انگور شیرین با مقدار ضعیفی در هنگام یا بعد از غذا تحت نظر پزشک میتوان در اسهالهای مذکور تجویز نمود.

کلیت: ورم قولن یا کلیت که آقای سریانی مذکور ابرواسیونهایی در این باره تهیه کرده و تنها در مواردی با قطع داروهای دیگر نتیجه خوبی گرفته با آنکه دفعات اجابت مزاج افزایش

یافته ولی حال عمومی بیمار بهبودی نسبی یافته و در حالات دیگر نتایج حاصله بخوبی بدست نیامده است.

کلی باسیلوز: علاوه بر خاصیت ضد میکروبی انگور مخصوصاً بر نوع مذکور چون مدروملین است نتیجه خوبی با دادن انگور تازه عاید می گردد.

همورثید (بواسیر) چون اجابت مزاج در مبتلایان مذکور بسختی انجام می گیرد اغلب خود را نگهداشته و اگر سوبت قبلی هم نداشته باشند ایجاد می ژنمایند بعلاوه همه می دانیم ارتباط کلی بین همورثید و اعمال کبدی قائل هستند و چون انگور بر هر دو قسمت اثر خوبی دراد یعنی هم درمان یبوست است هم برای کبد سودمندی از اینرو تجویز انگور تازه برای بواسیرها نیکوست.

بیماریهای کبد

انگور در صفرا آوری غنی و در تقویت عمل کلیکوژنی (تبدیل گلوکز به گلیکوژن) نیرومند و در برانگیختن اعمال گلیکوژنی کبد که با خاصیت ضد سمی خود کمکی برای کبد است مهیج سلولهای کبدی می باشد.

انگور و شیرینی اش اندیکاسیونهای (بدرد بخور! تعیین شد) متعددی در التهابات کبدی دارند.

فراموش نشود که انعکاس سریع اندیکاسیونهای رژیم انگور بر بیماریهای مزمن و حاد کبدی با تظاهرات بهبودی دستگاه گوارش همراه است که بانها قبلاً اشاره گردید.

برای ناراحتی های کبدی سوء هاضمه یبوست التهابات

معدی روده ای همه و همه رژیم های مرتب و معین انگور سودمند بوده و نتایج حاصله عالی است.

در سرروزها انگور تجویز می شود ولی اثر نیکوی انگور تنها در مرحله پرسیروز (اوائل ابتلا به سیروز) ظاهر می ژگردد و در سیروزهای خوش خیم که سیر خیلی آهسته دارند نیز موثر است.

در کسانیکه استعداد ابتلا به تشکیل سنگ های مجاری صفراوی دارند دادن انگور موثر می باشد.

درایکترهای (یرقانه) عفونی و در سکل های (داغها یادگارها) انژیوکلیت و کله سیست ها (ورم کیسه صفرا و مجاری کبدی) و دراحتقانه های کبدی برای اصلاح شیمیسم معدی برای زیاد شدن ادرار برای حریمک اعمال سلولهای کبد برای پرخورها جهت کسانیکه نسبت به کبد خود اعتماد ندارند سنگهای مجاری صفرا برای بهبودی یرقانه های عفونی در شروع سیروزها و سرروزهائیکه مشی کند و آرامی دارند و ... رژیم انگور تجویز می گردد.

رماتیسم مزمن و معالجه با انگور

در این قسمت نیزویسنباخ Weissenbach زحماتی متحمل شده تا طریق معالجه رماتیسم را با انگور مشخص ساخته است. این درمان مرکب است از عناصر داروئی خیلی مهم که هر روز باید بکار برده شود در عین حال هماره با عوامل درمانی دیگر. در هر صورت سر و کار ما با دو نوع بیماری است که نوع اول آن رماتیسم عفونی پیشرونده، رماتیسم بزرگ عاجز کننده

و تغییر شکل دهنده (رماتیسم دفرمان) از گروه شارکو Charco که اساس درمان برای اینگونه بیماران عبارتند از:

۱ شیمیوتراپی همراه با معالجات مخصوص که عوامل مقاوم و شناخته شده را شامل است.

۲ فیزیوتراپی و ... و بالا-خره دوره دارمان بهداشتی و درمان با انگور که جای مخصوص و بزرگی را در درمان دارد. اینگونه رماتیسم که اغلب سبب بی اشتهائی و سوء تغذیه می گردد بدن را نیازمند تغذیه بیشتر و متعادل و قابل جذب و حتی نوعی رژیم انگوری می سازد که سودمند و مؤثر بوده باشد.

انگور قابل جذب در ۲۴ ساعت در این بیمار که رژیم انگور را با رژیم محدود از عناصر ازتی و چربی دارد به ۵۰۰ گرم می رسد روز اول و روزهای بعد یک کیلو الی یک کیلو و نیم انگور را سه دفعه نیمساعت الی یکساعت قبل از غذا باید خورد و آنرا مدت ۲۵ الی ۳۰ روز ادامه داد.

دسته دوم بیمارانی هستند نقرسی اکسالمیك Oxalemique کلوئیدوکالسیك Colloido - Calcique و اشکال رماتیسم های مزمن، سلولیت، پری ارتریت های چاقی، رماتیسم های ناشی از بدی متابولیسم.

امید موفقیت نزد اینگونه بیماران با رژیم انگوری بیشتر بوده، بررسی های گوناگون آزمایشگاهی چنین نتیجه داده است که دراژ (اندازه گیری) اوه خون، کلسترول خون قند خون ایجاب می کند که رژیم انگور که از لحاظ کمیت و کیفیت در آن مراقبت بعمل می آید جانشین قسمتی از غذای بیمار گردد.

مقدار انگور قابل جذب با ۵۰۰ گرم شروع و تا روز پنجم به ۵/۱ کیلو و الی روز دوازدهم بلکه چهاردهم تا ۵/۲ کیلو باید برسد. این مقدار در سه نوبت بمصرف می رسد قسمت اولش که ثلث مجموع است بجای صبحانه مصرف می شود و دو قسمت دیگر نیمساعت الی یکساعت قبل از نهار و شام بمدت ۲۵ الی ۳۰ روز.

درمان انگور و بیماری سل

بکار بردن انگور در درمان بیماری سل توام با معالجات دیگر بسیار مورد بحث و مجادله قرار گرفته است. بسیاری از قدما آنرا توصیه می کردند که به بیماران مذکور داده شود و عده ای نیز جدا آنرا ممنوع ساخته می گفتند انگور سبب هموپتیزی (خون سینه) می گیرد. بهر صورت انگور بای با احتیاط داده شود و فقط بشکل توام با درمان داروئی.

انگور در سلهای قدیمی که کبد خسته و غیر موثق دارد ارزشمند است. اسیدیته اش آسان می سازد و مساعدت می کند با پدیده های هاضمه ای گوارشی معدی روده ای همچنین برای ترشحات صفراوی و لوزالمعده کمک می نماید.

قسمت دیگر کمک انگور استعمال ملین بودنش در رفع یبوست ها که در سلی ها بصورت یبوست آتونیک (ضعف) وجود دارد.

آهن انگور، منگنرث و ارسنیک آن کمک بخوبی برای مبارزه با کم خونی اینگونه بیماران است همانگونه که اثر سیزیجات همینطور خواهد بود. ویتامین های انگور نیز اثر خود را خواهند داشت.

دیابت انگور

مطالعاتی که روز دیابت (مرض قند) انجام گرفته، ضریب تحلیلی برای انواع هیدراتهای کربن در برابر دیابت بدست آورده است.

آمبر، راتری، دزگرس و بیرری (Bierry , Desgres , Umber، Rathery) نشان داده اند که لولز اغلب تحمل بهتری از سایر قندها نزد بیماران دیابتی دارد.

دیگران توصیه می کنند که فقط در دیابتی های مختصر بعلت فراوانی لولز در انگور تجویز شود.

سریانی دانشمندی که نامش برده شد در این باره ابسرواسیونی تهیه کرده و چنین نتایجی گرفته است او م گوید اجازه و جرئت اینکه انگور برای دیابتی ها تجویز شود نیست زیرا در آزمایش قند خون نامبردگان موجهای وسیعی هنگام دادن رژیم انگور مشاهده می شود (با توجه به اینکه رژیم مذکور باید مدتی طولانی ادامه یابد)

وی درمقام مقایسه شیر و انگور برآمده و ضمن اشاره به شیرینی انگور که تقریباً در یک مقدار چهار برابر شیر است اظهار می دارد نتایج رضایت بخشی به ما نشان داده اند مشخصات جالبی را در ادامه رژیم انگوری زیرا نه تنها موجهای کوچک گلیسمی ناشتا دیده می شود بلکه علامت های ارزشمند دیگری از قبیل ناپدید شدن (گلیکوزوری) قند ادرار کسانی است که قبل از معالجه قند در ادرارشان واضح بود و علت آنرا تحریک در مساعدت متابولیسم

هیدراتهای کربن بوسیله انگور دانسته است.

ضمناً اضافه می نمایند که انگور درجائیکه باید رژیم آبکی به مبتلایان به عفونت ها داده شود، در حصبه ایها و ... انگور غذای نباتی با ارزش غذایی فوق العاده ای است که خود را نشان می دهند بدون آنکه ضایع سازد و ما بسیاری از اعمالش را می شناسیم و گفته ایم بعلاوه که مدر خوبی است حتینزد شیرخواران و مهمتر آنکه اصلاح میکند عیوب تغذیه های مصنوعی آنان را با یک اثر نزدیک و شبیه به آب پرتقال و نارنج.

انگور فصل و تازه

در فصل انگور میتوان انرا یا آبش را تازه مورد مصرف قرار داد اما در غیر فصل با توجه به اینکه گفتیم بای انگور همیشه تازه و در مواردی کاملاً شیرینی باشد چون بدست آوردن انگور سخت بلکه غر ممکن است میتوان از اب انگور که امروز بطور خلوص تهیه و نگهداری میشود استفاده کرد زیرا صرفنظر کردن از خواص آب انگور مشکلتر از نخوردن آب انگوری است که تهیه و آماده در دسترس قرار می گیرد.

کنتراندیکاسیون

چه مواردی انگور نباید داد؟ به بسیاری از آنها اشاره شده، با وجود این باید متذکر بود که استعداد اشخاص در پذیرش آن متفاوت بوده و ادامه یا توقف تجویز در هر صورت باید با نظر پزشک مربوط بوده باشد.

رژیم انگور چگونه است

هر چند انگور سیاه کمتر است اما استعمال انگوری که اندکی سیاه باشد بلکه انگور یاقوتی فام برای رژیم ترجیح داد.

انگورها بر حسب چگونگی تابش خورشید در محل و به نسبت وجود عناصر محیط شیرین تر یا آبدارتر یاغنی تر در بعضی جهاتند. ولی در هر صورت انگور رسیده ترجیح دارد زیرا خاصیت لینت دهندگی و تحریک نمودن مخاطی اش بیشتر است و اگر کسی نمیتواند خوردن انگور را تحمل کند اجازه دارد با فشار مختصری که بانگور وارد می کند آب آنرا مصرف نماید و هر ۱۷۵۰ گرم انگور یک لیتر آب انگور خواهد داد.

لازم است انگور به تانی و آهستگی خورده شود و با مقادیر کم شروع گردد و بتدریج بر مقدارش افزوده شود تا بعد معینی که بایست طبق دستور عمل گردد برسد و بعضی اوقات افزایش یا کاهش مقدار رژیم بایست بر حسب اثر محصول برآورد و قیاس گردد (این قسمت را فراموش نفرمائید تا دستورات اسلامی را نیز مع درست همین هاست بگویم).

باشکال مختلف رژیم انگوری در جهان متداول و معمول است اگر بیمار بتواند راه برود صبح قبل از اینکه خورشید طلوع کند به باغ می رود هم از نسیم صبحگاهی درختان تنفس می کند و هم خوراک خود را با پانصد گرم شروع کرده به یک کیلو می رساند (۱۵ ۲۰ روز)

در جهان مراکزی برای دادن رژیم انگور هست که بیمار را

تحت نظر گرفته آنرا بوی می خوراند و ظهر و عصر را نیز در این باره دستوری می دهند ولی هرگز انگور را بعد از غذا نمی دهند زیرا کمتر قابل تحمل می باشد.

لینوسیه Linossier اظهار می دارد سختی هضم در اینحالت بعلت وجود موادی است که انگور با خود بمعده وارد می سازد از سیتراها و مالاتها و پتاس که در حضور اسید کلریدریک مترشکحه از معده می دهد مکرور دو پتاس و اسیدهای سیتریک و مالیک آزاد. بنابراین اسیدهای آلی کمک نمی کنند بهیچوجه که پپسین مل خود را مانند در محیط اسید کلریدریکی عمل نماید، شیره معدی در اینحالت غیر فعال می شود و هضم مواد آلومینوئیدی متوقف می گردد (این قسمت را هم بیاد داشتهباشید تا بگویم چرا اسلام دستور می دهد انگور قبل از غذا خورده شود)

۱ رژیم انگوری توام: که انگور یا آب انگور را به رژیم متعادل کامل می افزایند و مقدارش را در ۲۴ ساعت به ۵۰۰ گرم در روز اول رسانده و بعد یک کیلو ۲/۱ کیلو و ... ۲ کیلو می رسانند و این مقدار را میتوان در روز سه دفعه انتخاب کرد. خوردن اجسام چرب و نشاسته دار (Fecolent) و آشامیدنیهای چرب و گوشت نمک زده، تخم مرغ سفت و سخت و غیره باید ممنوع گردد.

۲ رژیم انگوری جانشینی: که بر حسب حالت بیماری رژیمی می دهند و انگور یک خوراک اضافی است.

امروز رژیم انگوری را چنین عمل می نمایند: مدت آن سه هفته است. روزهای اول تقریباً روزی یک کیلو انگور می خورند، صبح ناشتا، قبل از نهار و شام و بتدریج بر مقدارش می افزایند تا

به سه کیلو برسد و در همین هنگام دو سه روز غذای بیمار را منحصر به انگور می نمایند و از هفته سوم مقدار انگور را کم کم کاسته تا به یک کیلو (مانند هفته اول) برسد.

خطراتی که رژیم انگور ممکن است بوجود آورد

از مسمومیت هائی ه با کات زنی به تاک ها (Sulfatage) یا سمپاشی نمودن پدید می آید صرفنظر می شود و فقط بذکر مسمومیت هائی می پردازیم که بدست اناسن به آن افزوده نشده است بلکه از آنچه انسان باید انجام دهد و نمی دهد و ایجا مسمومیت می نماید بحث می کنیم یعنی از نشستن انگور و خوردنش، که بعقیده بعضی بعلت وجدو محلولهای محتوی عناصر مسی و ارسینکی و ... می باشد که در آبیاری تاکها پیدا شده است.

مناظر چندی از مسمومیت ناشی از خوردن انگور باختصار آورده می شود:

۱ - انگور زیادی خورده و نقاط ریزی در سر و صورتش ظاهر شد.

۲ انگور نشسته خورد و با سابقه کلیت که داشت کلیتش عود کرد و اوروبسیونهائی (دانه های قرمزی) بر بدنش ظاهر شد.

۳ عصر انگور نشسته خورد و بعد از یکساعت تهوع و دردهای اپیگاستر (ناحیه سر دل زیر جناغ) پیدا کرد و بالاخره استفراغ پیش آمد.

۴ - انگور نشسته خورد و دردهای شکم و اسهال گرفت.

۵ انگور نشسته و زیاد خورد و احساس سوختگی زیر زبان و پیروزیس (بر سوزه) و دردهای شکم و اسهال و عوارض هاضمه ای گرفت که چهار روز طول کشید و ضمنا اولهای هرپتی فرم کنار لبهایش بود (لب تحتانی) ۶ سوزش معده با خوردن انگور در باغ پیدا می کرد و هر دفعه با انگور جوش شیرین می خورد. ۷ صبح ناشتا انگور نشسته خورد بعد از چند ساعت دردهای شکم و در تعقب آن کلیک های روده ای و عصر اسهال و شب خارش پیدا کرد ۸ دو نوزاد که با انگور نشسته خوراندن پس از ۴۴ ساعت مردند. ۹ یک ابرواسیون هم در کودک ۱۱ ساله که با خوردن غوره نشسته به اکلوزیون روده (انسداد) دچار شده بود.

استعمال آب انگور در غیر فصل

بر حسب سردی و گرمی منطقه در مدت معینی میتوان انگور تازه بدست آورد و این مدت تقریبا تا هشت ماه ادامه دارد و در چهار پنج ماه دیگر میتوان آب انگور کنسرو شده مصرف نمود که بانواع و راههای مختلف آنرا تهیه می نمایند و چون از و چون از بحث ما خارج است با اشاره بر گزار می گردد.

الف: کالریفیکاسیون Calorification

۱ کلاژ در ژلاتین یا تانن و این بیشتر در ممالک گرم بکار می رود.

۲ - کلاژ درانیدریت سولفور

۳ نگهداری در حرارت ۲ درجه

۴ کالیفیکاسیون بوسیله موتاژ در الکل

۵ کالیفیکاسیون با اسید کربنیک

ب: فیلتراسیون **Filteration**

ج: استریل رد

۱ با انتی سیستیک ها

۲ پاستوریزاسیون

۳ - فیلتراسیون استریلیزان

د: کنسرواسیون

دانستنی هائی چند از انگور

بحثی نیز در کتابها باز شده بعنوان اثر انگور و آب انگور برای مبارزه بر ضد الکلیسم که از بحث ما خارج است.

تنوع انگور ار اگر منظور بداریم کشور ایران مقام اول راحتی در برابر رکشورهای ساحل دریای مدیترانه خواهد داشت بعلاوه که بهترین انگور دنیا «انگور عسکری» بخوبی در ایران حاصل می دهد.

اگر مقداری انگور را بسوزانند در خاکسترش مقداری زیادی (۶۲ درصد) پتاسیم و آهک و سود و منیزوم و اکسید دو فروکلروسلیس و اسید سولفوریک و انوسیانین **enocyanine** خالص یا ترکیب با تانن یافت می شود که عنصر مقوی می باشد.

قند انگور بسیار سهل الهضم است و تشکیل دهنده خون و خود

بخود قابل جذب و فعل و انفعالاتی که برای هضم و جذب مواد هیدروکربونه ضروری است لازم ندارد.

اسیدیته (ترشی) انگور سبب تسریع عبور آن از معده به روده م شود.

قند انگور (گلوکز و لولز) زمانیکه وارد خون می شود چون تولید انرژی کرده و محرک عضلات است عمل تخلیه روده ها را تقویت می کند.

انگور در مسمومیت های مزمن سربی و جیوه ای نیز مورد استعمال دارد.

برگ انگور فرنگی **Cassis** باعث دفع اوره و اسیداوریک می شود و برای بیماران نقرسی نافع است و ۵۰ گرمش را در یک لیتر آب باید جوشاند و روزی نیم لیتر از آن آشامید بعلاوه دم کرده اش برای اختلالات کبدی و صفراوی نافع است.

انگور فرنگی

چون از انگور فرنگی ذکری شد چند سطری از آن نوشته می شود.

انگور فرنگی را لابد همه می شناسند که دارای دانه های کوچک و نزدیک بهم است و اگر کاملاً نرسیده باشد بعلت اسید سیتریکی که دارد زیر دندانها غرچ غرچ می کند.

انگور فرنگی سرشار از ویتامین **A** و **B** و **C**، قند، آهن، املاح معدنی، اسید سیتریک، اسید پکتیک و اسید تارتریک می باشد.

انگور فرنگی دارنده مقدار فراوانی موسیلاژ است و از این رو ضد یبوست خوبی بوده بعلاوه مدر نیز می باشد.

کسانیکه دهانشان بعلت بدکاری کبد همیشه پر از کف است با خوردن روزانه یک فنجان از دمکرده برگ انگور فرنگی بزودی از این عارضه راحت می شوند.

۱۰۰ گرم برگ انگور سیاه و پنجاخ گرم برگ درخت زبان گنجشک و پنگاه گرم گل ردن پرده (ملکه چمن) را مخلوط و دم کرده و هر شب فنجانی از آن خورده شود بزودی احساس سلامتی می گردد.

۳۰ گرم برگ انگور فرنگی سیاه و مساوی آن شیرین بیان با یک لیتر آب بجوشانند برای دفع اسیداوریک و تورم شکم و روده ها مفید است.

ده گرم برگ انگور فرنگی سیاه و یک گرم دارچین و یک گرم میخک در یک لیتر آب جوش دم کرده در مورد سوء هضم ها خوردنش نافع است.

له شده برگ های انگور فرنگی ضماد خوبی برای دمل زخم، بریدگیها و جراحات می باشد. (۱)

بقیه دانستنی هائی چند از انگور

آهن انگور سیاه بیش از انگور سفید است. اینکه چند نوبت آب انگور را شیر نباتات گفتیم به جدول مقایسه ای زیر توجه فرمائید:

۱- این قسمت از کتاب سبزیها و میوه های شفابخش تألیف لئونس کارلیه نقل شد.

شیر نباتات یا آب انگور شیر مادر

آب ۷۵-۸۳ ۸۷-۸۹

مواد چربی ۱/۷/۱

املاح طبیعی ۱/۳/۲۰

قند طبیعی ۲۰-۱۱۱۲-۷

شستن انگور در یک ظرف آب غلط بوده و در صورتیکه سمپاشی شده باشد کاملاً ضد سمی نمی شود و باید آنرا زیر آب جاری شستشو نمود.

هسته های انگور را اگر بکوبند و با عسل مخلوط کنند و به بیماران دیسانتری (اسهال مخصوص) بدهند درمان می شوند.

فراموش نشود که انگور لاغرها را چاق و چاقان را لاغر می سازد.

آب انگور رامیتوان با پنبه بصور مالید و پس از ده دقیقه تأمل با آب نیمگرم محتوی جوش شیرین صورت را ست و بدین وسله پوست صورت را شفاف و تقویت کرد.

جوشانده برگ درخت انگور برای ورم چشم نیز مفید است. ۳۰ رم انگور، ۲۵ گرم کره، ۱۲ گرم موم زرد مخلوط کرده و پخته پماد خوبی برای لبهاست.

دردهای رماتیسمی و سیاتیکی را میتوان پس از حمام با مالیدن تفاله های انگور تسکین داد.

چوب تاک را خاکستر کرده یکساعت آنرا در آبی بجوشانند برای درمان دمل و کورک و آبنه های چرکی با کمپرس کردن خوب است. در بهار چون شاخه تاک را ببرند آبی از مقطع آن

خارج می شود که برای معالجه درد چشم و بصورت کمپرس برای التیام انواع زخم ها بکار می رود. در بعضی افراد دیده شده که موهای سر یا صورتشاک باشکال ریخته و پس از مدتها بیرون آمده است در اینگونه افراد مالش اشک مو آبی که از (موضع بریده تاک) بیرون می آید موها را تسریع می کند یک گیلان اشک مو می تواند مستی کسیکه در خوردن نوشابه الکلی افراط کرده فوراً برطرف سازد.

بعضی انواع سنگ کلیه و مثانه با خوردن یک قاشق اشک مو، صبح ناشتا برطرف می شود.

۵۰ گرم آب انگور ۱۰۰ گرم روغن بادام شیرین ۵۰ گرم موم زرد خالص که دم شده باشد برای نرم کردن پوست فوق العاده سودمند است.

انگور را میتوان در میان روغنی گذاشت و در جایی نهاد که منعقد گردد و هر زمان که احتیاج بانگور تازه بود روغن را گرم و خوشه تازه را خارج ساخت.

یک طبقه کلفت خاک اره در جعبه کوچکی بریزید و روی آن خوشه های انگور چیده و دوباره خاک اره بریزید و خوب ظرف را تکان دهید تا خاک اره بخوبی در فواصل دانه ها قرار گرد بشرط آنکه انگور و ضمائم آن پوسیده و فاسد نباشد خوشه برای مدتها تازه خواهد ماند.

برگ تاک

با آنکه تاکنون اطلاعات چندی از برگ درخت مو در اختیارتان قرار داده شده در اینجا بذکر ترکیب شیمیایی و خواص درمانی برگ درخت انگور به اختصار می پردازیم.

ترکیب شیمیایی برگ مو، دارنده ساکارز، لولز، اینوزیت Inosie، تانن، مواد نشاسته ای، کوئرستین Quercetine، کوئرسترین Quercitrine، کاروتن، اسیدهای آلی مانند اسید وینیک AC. Vinique، اسید مالیک، اسید سوکسینیک، اسید اگزالییک، اسید پروکاتشیک Ac. Procatechique و همچنین تارتاتها و ویتین Vitine، موم، گلوتامین و ... می باشد.

خواص درمانی برگ مو عبارتند از: اثر مقوی و مدر و قابض آن، برگهای جوان مو بصورت دم کرده یا جوشانده در رع دیسانتری، شکم روشها، خونرویهها، آنوری، نفرس، زردی، استفراغ اختلالات گردش خون مربوط به زمان بلوغ و یائسگی، یدایش برافروختگی در بینی، چانه و گونه ها مصرف می شود.

بقیه دانستنیهای چند از انگور

دانه انگور دارای روغنی قابل استخراج برنگ زرد مایل به سبز است و فاقد بو و مطبوع می باشد، این روغن شامل تری گلیسریدها و اسیدهای، اولئیک، پالمیک، لینولئیک، استاریک

آراشیک و ترفیتوسیرین که در صفحه قبل بآن اشاره شد می باشد.

از معایب آب انگور فقط امکان ایجاد سنگ کلیه و رسوبات فسفات در مورد مداومت مصرف آن است که در اثر آلودگی آب انگور در امکان ایجادش تسریع می شود و در عوض از روب اوراتها جلوگیری نموده و نمیگذارد سنگهای اوراتی تشکیل گردد.

درخت انگور یا مو یا تاک یا Vigne از (Vitis Vinifera) Vmpelidacees است.

اسیدهای غیر اشباع که دارای ظرفیت دوتایی هستند که دارای یک ظرفیت مضاعف یا دو ظرفیت مضاعف یا ... می باشند و آنها که دارای دو ظرفیت مضاعفند مانند اسید لینولئیک $\text{COOH}\text{C}_{18}\text{H}_{33}\text{O}_2$ که در روغن دانه های انگور و دانه های قهوه و روغن خوک وجود دارد.

اخیرا خوراکیهای قوه ای (Energetic) و حامی یا پشتیبان (Protector) تقسیم بندی می نمایند: از بین مهمترین خوراکی های پروتکتور: شیر فرآورده های شیر، کبد، تخم را باید نام بر دو همچنین ماهی چرب بقولات سبزیهای سبز و میوه های تازه را باید جزو خوراکیهای مهم و غنی از ویتامین ها و مواد کانی حساب کرد(۱).

انگور و سرطان

دکتر راسمس امریکائی مقاله ای راجع به سرطان و یبوست نوشته می گوید:

با تجربیات سی ساله بر من ثابت شده که بین سرطان و یبوست رابطه مستقیم برقرار می باشد و مقصود از یبوست تنها ماندن فضولات در روده نیست بلکه حالتی است که در اثر مسمومیت ناشی از ماندن فضولات و طولانی شدن این مدت پیش می آید.

یبوست که بیشتر محصول تمدن است در مردم وحشی هرگز دیده نشده و بهمین نسبت در آنان کمتر سرطان دیده شده است. بعقیده دکتر راسمس عوامل مؤثر در ایجاد سرطان عبارتند از:

۱ تحریک مزمن محلی که سالها ادامه می یابد.

۲ خوردن غذاهای یکنواخت بطور زیاده روی.

۳ یبوست.

۴ کم کاری و تنبلی.

۵ زیاده روی در خوردن بعضی خوراکیها مانند نانهای شیرین و گوشت و تخم مرغ و

در اینجا دکتر راسمس ابرواسیون زنی را شرح می دهد که بسرطان معده دچار شد و با توجه به اینکه انگور دفع مسمومیت ها می کند راه معالجه ای برای خود یافت.

ثابت شده مواد شیمیائی انگور بجریان خون وارد شده و به نقطه ای از بدن که بیمار است رفته و سموم جمع شده را تحلیل می نماید و مهمتر از همه اینست که انگور اعضائی را که دفع فضولات میکند بکار می اندازد. (این هم دلیل رزق حسن بودن انگور)

انگور و ویتامین E

در آنجا که از ویتامین های موجود در انگور بحث شد نامی از ویتامین E در انگور بمیان نیامد و حال آنکه در این باره یعنی درباره رابطه انگور با ویتامین E رساله هایی چند نوشته شده و از جمله رساله دکترای داروسازی آقای ژاک سیل وستر (Jacoues Silvestre) است (۱) که در دانشگاه تولوز در سال ۱۹۵۳ بعنوان بررسی و مطالعه توکوفرل قسمت مخصوصی از انگور (قسمت گوشتدار) می باشد. (۱)

در ۱۹۲۲ اوانس H.M.Evans و دستیارانش در روغن فاکتور و عامل ضد نازائی را نزد موش که سقط مکرر می کرد و از سقطش جلوگیری می نماید و همچنین عدمش سبب دژنرسانس اپی تلیوم بیضه می شد نامش را ویتامین E یا توکوفرل گذاشتند.

ویتامین E تقریباً در میوه جات سبزیجات غلات و اجسام چرب یافت می شود و در روغن گندم ۲-۸ و روغن پنبه Coton یک گرم و روغن کرچک ۸/۰-۲۰/۱ روغن سوژا Soja ۴/۱ روغن نخل ۵/۰-۱۰/۱ روغن ذرت ۵/۰-۲ و روغن زیتون بسیار اندک در هر کیلو وجود دارد.

Universuty De Toulouse Faculte Mixte De Medcin Et De Pharmcie No ۱۴۶ Anne ۱۹۵۳ -۱
 .Construbution A l'erude Des Tocopherol Du Pepin De Raisin

در ۱۹۳۸ کاسر آنرا مصنوعاً ساخت Kasser.

هسته انگور محتوی مقداری ویتامین E است و همانطور که قسمت گوشتدار انگور عامل اصلی قند انگور است هسته آن هم عامل اصلی است نه تنها برای نسل جدید و حفظ و صیانت حیات انگور.

اگر یادتان باشد که گفتم مسئله توجید را با توجه به اینکه همه جا را ساخته و پرداخته دست یک استاد مدبر قادر عالم می بینیم حل است و موضوع اثر اوره را برابرها و جماد و نبات و حیوان آوردیم در اینجا نیز باید به یکنواختی این موضوع و لزوم وجود ویتامین E در عوامل ایجاد کننده و محفوظ دارنده نسل ها بنمایم که حتی ویتامین E وجودش در هسته ها نیز مشاهده می شود.

شمارش هسته ها بر حسب نوع انگور فرق می کند. بطور معمول در دو لژ و قسمت دانه انگور هسته یا هسته های انگور وجود دارد که اغلب مجموع آنها به ۲-۳ عدد و گاهی نیز مجموع آنها تا ده عدد دیده شده است و دانه انگور بدون هسته نیز وجود دارد که در انواع مانند سلطانی و Corinthes چنین است. (انگور ریش بابا) سطح هسته ها مانند چرم بوده و گویا ساغری شده و براق گردیده با رنگهای مختلف که معمولاً خرمائی رنگ م باشد با اندازه و اشکال مختلف بر حسب نهال تاک منظور. هر هسته با پایه هایی بوسیله سطوح مختلف که گویا نقاشی شده و به عناصری متصلند وصل گردیده اند. از نوک تا قاعده (گاهی کمتر) بر سطح شکمی هسته دو شکاف و یک فویل روی سطح پشتی آن وجود دارد.

مقطع یک هسته بما نشان می دهد (از لحاظ میکروسکوپی)

لفافه خارجی را در دو طبقه، یک پوسته داخلی، آلومن، جنین.

در آزمایش هیستولوژی مقطع یک هسته انگور هم دارای تشکیلات مفصلی است که از بحث ما خارج است ضمناً از اینجا عنوانهای پایداری توکوفرول در روغن هسته انگور پایداری توکوفرول در هسته ها و در روغن های مورد بررسی قرار گرفته که از ذکر آن خودداری می گردد نتیجه آنکه:

هسته انگور منبع طبیعی سرشار از ویتامین E است که متناسب با حالات هسته ها بدست می آید و مخصوصاً بر حسب عملی که برای خارج ساختن و تهیه روغن هسته انگور معمول میداریم مقدار استخراجی متفاوت بوده و بطور متوسط ۵/۹ درصد می باشد که نسبت بارقام داده دسه قبلی حتی مقدار ۲-۸ مربوط به رژیم روغن گندم رقم بزرگ و سرشاری است.

ناگفته نماند درباره انگور و متعلقاتش بررسی های زیادی بعمل آمده تا آن حدی که راجع به هسته انگور کتابها نوشته شده و رساله هائی بزبانهای مختلف گذرانده اند که ما بعنوان نمونه چندتای از آن را که بزبان فرانسه نوشته شده می نویسیم.

Sur Les Acide Alcools Contenus Dans Une Huile De Pepin De Raisin Andees (E) C. R. D

۱۹۲۳، ۸۴۳.

Caradere Physiques Et Chimiques De Quelques Huiles Industrielles De Pepin De Raisin. Soc. Pha. Montpellier ۲۸ Juin ۱۹۴۳ Delga

Duong Huw Toi Sur La Presence De Protocophrol' Dans' Quelques, Fruits Sauvages. These Presentée, La, F, Des, Science, De, B ovdeaux Par; E mil; Peyn. aud contribution 'A' L Etude Biochimiqué De' La' Maturation Du Raisin' Et' De' La Composition Des Vins' .۱۹۴۶

رساله هائی نیز در دانشکده های پزشکی و داروسازی جهان مخصوص بررسی درباره اثر غذایی یا دوائی انگور گذشته که ذکر یکی از آنها بی مرود نیست.

Faculte; DeMedcine Et De pharmacie De Lyon; Année Scolaire ۱۹۳۲-۱۹۳۹-No ۵۳. Contribution AL, Etude Du Jus De Raisin Au Point De Vue Alime Taire Et Therapeutique Thes. Renejacqueson

و این همان رساله ای است که قسمت اعظم استفاده های علمی نویسنده از این رساله می باشد.

رساله های حقوقی نیز درباره انگور که اختصاص بانگور خوردنی یعنی انگور سفره دارد نوشته شده یکی از آنهاست رساله دانشکده حقوق درباره مطلب مزبور.

Universite 'De' Toulouse 'Faculte

.De' Droit. Le' Raisin' De' Table. (These ۱۹۳۸ Oar Louis Trichoche Toulouse

در این رساله محصول و تجارت جهانی انگور مکور را در برابر انسان قرار داده و به سه شکل اصلی از آن بحث کرده است.

۱ میوه تازه

۲ میوه خشک

۳ شیر و فشرده انگور (شراب و آب انگور غیر فرماتته) که شرح آنها بما نمی رسد.

انگور یا قوتی

این بحث را باز کریم زیرا بعدا با آن کار دارم و با آن که بقدر کافی از انگور سیاه و یا قوتی در خلال مطالب اطلاعاتی داده شد در اینجا بطور کلی از میوه های سرخ رنگ مختصر جملاتی آورده می شود:

میوه های سرخ گویا برای جلب نظر و تحریک اشتها خلق شده اند.

سبزیجات و میوه ها دارای ویتامین های مختلف هستند ولی رنگ سرخ هیچگونه دلیل زیادی ویتامین نیست چنانچه ساقه سفید کاهو ویتامین بیشتری از برگهای سبز براق آن دارد و ویتامین B و A در میوه های قرمز کمتر می باشد ولی خلقت رنگ سرخ برای چیست؟ برای خاصیت فیزیولوژیکی مخصوص رنگدانه های در آنهاست.

مواد سرخ مذکور در آب قابل حل هستند و اگر در زمینه

قلیایی قرار گیرند تبدیل به آبی می شوند و اگر توت فرنگی را در آب قلیائی (جوش شیرین) قرار دهند بتدریج رنگ آن عوض می شود همچنین حرارت شفافی و سرخی آنرا از بین می برد. گیلاس و توت فرنگی اگر پخته شوند عهصاره بسیار سیاهرنگی از خود باقی می گذارند و خاصیت سیاه دانه اصلی را دست می دهند و بهمین لحاظ است که می گویند بهتر است میوه های سرخ را تازه میل نمائید.

مواد سرخ بلکه مواد رنگین میوه های سرخ برای بدن انسان دو خاصیت مهم دارد:

۱ بدن را برای استفاده ویتامین ث بیشتر مستعد می سازد.

۲ از شکنندگی عروق خونی ریز جلوگیری نماید و از اینجا بخواص آنها د بیماریهای فشار خون و تصلب شرائین و ... وقوف حاصل می گردد زرا در بیماریهای مذکور بسهولت شعریه ها پاره شده سبب خونریزی در مغز و اعضاء دیگر مخصوصا در شبیکه چشم می گردد.

هر چند ارزش کالری این میوه ها کم است ولی با داشتن قند و املاح معدنی چون نوع قند آنها لولز می باشد بیماران قندی هم می توانند از آنها بخورند.

با وجود ترش بودن، میوه های مذکور اثر قلیائی دارند و ترشی بدن را خنثی می کنند از اینرو کسانی که کلی باسیلوز دارند و باید پیشاب آنها اسید باشد نباید از آنها بخورند و برعکس برای نقاهت پس از بیماریهای عفونی سودمند است زیرا ذخیره قلیائی لازم می باشد.

سلولز میوه های سرخ را حتی روده های ضعیف و حساس

میتوانند تحمل نمایند و عمل آنها را بدون اینکه دردی بوجود آورند بکار اندازند.

میوه های سرخ مراکز عصبی مهم را تقویت کرده و مخصوصا بر روی غدد مترشحه داخلی از راه تحریک اعصاب سماتیک اثر می نماید.

آنچه را گفتم برای این است که بعد می خواهم درباره انگور یاقوتی روایاتی را بیاورم از اینرو خواص کشمش و خواص میوه های سرخ را با هم بیاد داشته باشید.

غوره

انگوری که نرسیده و هنوز سبز رنگ است غوره گویند.

غوره را اگر با مقداری زاج و نمک که گرد شده در کاغذ گوگردی کرده میان خاکستر گرم آتش بگذرانند تا پخته شود برای رفع خشکی صورت مفید است. (صبح و شب باید با آب ماده پخته شده صورت را شست).

ترکیب شیمیائی غوره چنین است:

سه درصد اسیدهای آلی مخصوصا اسید وینیک، اسید مایک، اسید فرمیک، اسید سوکسینیک Succinique. AC اسید اگزالیک و اسید گلوکلیک AC.Glucolique همراه با یک درصد قند انورته و بمقدار جزئی اسانس.

خواص آب غوره: آب غوره دارای اثر قابض است، در رفع ورم مخاط دهان و نرمی لثه های دندان بکار م رود، شربت های آبغوله مفرح، مدر و رافع اسکوربوت، زردی و چاقی مفرط است.

سرکه

سرکه بمحصولی که از تخمیر استیک مشروبات الکلی یا الکل های رقیق شده که حداقل دارای ۶ درصد اسید استیک باشد اطلاق می شود. پس از اینکه پاستور کشف نمود که عمل تخمیر یک فعل و انفعال حیاتی و طبیعی است و هر تخمیری یک مایه خاصی دارد، انقلاب بزرگی در صنعت غذاسازی و تهیه غذا بوجود آمد که یکی از آنها استعمال سرکه است. جملات فوق را از اینجهد نوشتم تا درمقام سنجش و مقایسه با مطالب اسلامی مربوط به سرکه که مختصری در

جلدهای سوم و چهارم آورده ام برآئید و با دقت توجه فرمائید که چگونه سرکه با آمدن اسلام و د غرب با پژوهشهای پاستور بمقام واقعی غذایی خود رسید. سرکه های طبیعی علاوه بر خاصیت ضد میکروبی، مقداری اسید آمینه دارد که در سرکه های شیمیائی وجود ندارد و هر چه نام سرکه در اینجا برده می شود مقصود سرکه طبیعی است: سرکه های طبیعی نظم دهنده غذاهای مختلف را آسان می نماید. بزاق که دارای مواد آلبومینی است اگر با غذا زیاد مخلوط شود هضم آنرا آسان می کند (در جلد دوم در فوائد جویدن غذا شرح داده شد) و مخلوط سرکه با بزاق از کرم خوردگی دندان جلوگیری می نماید.

از خواص مهم سرکه ضد سرطان بودن آن است.

سرکه عملی مشابه قهوه، هیستامین، انسولین و ... در بدن دارد!

کلسیم برای سفت شدن استخوانها و پتاسیم برای نرم ماندن بافت ها وجودشان در بدن لازم است و چون تا اندازه به ثبوت رسیده که پتاسیم مانع تصلب شرائین که بیماری فراوانی است می شود به اهمیت سرکه وقوف حاصل می نمائیم.

ابسرواسیونهای چندی در دست است که یکی غذای فاسد پروتئین دار را با دیگری شریکی خوردند ولی آنکه مقداری سرکه خورده بود مسموم نشد یا اگر شد شدید نبود.

معدة محتویات خود را خالی نمی کند تا اینکه اسید موجود در معده خنثی شود و حتی اگر بکسی نمک هیپوتونیک بدهیم سبب میشود معده خالی نشود. تنها غذایی که میتواند رل هر دو خاصیت (اسید و قلیا) را در معده داشته باشد مواد بیاض البیضی است زیرا پروتئین ها خود از اسیدهای امینه اند که اسیدهای امینه خود خاصیت اسیدی قلیائی دارند و برحسب احتیاج، عامل مربوطه را به کار می اندازند و حتی با آنکه اسیدند اسید را هم خنث می کنند (با توجه به اینکه در سرکه چند نوع اسید امینه وجود دارد)

قندی که در انگور وجود دارد بوسیله ای تبدیل به الکل می شود که با افزودن باکتریهای استیک که درهوا زیاد است تبدیل به اسیداستیک و سرکه می شود. سرکه بعد از غذا به علت اینکه یکی از مواد غذائی خوب محسوب شده و محتوی ویتامین هائست که به آن نیاز داریم یک نوع سالاد خوب میگردد که امروز خوردنش

مرسوم است. سرکه برای کسانی که اوره در بدنشان ایجاد میشود مفید بوده و چون سموم بدن را دفع می نماید در چاقها و مبتلایان به بیماری قند و بیماران کبدی و پوستی سودمند است و در صورتی که با نمک مخلوط شود عمل هضم و جذب را سریعتر می سازد.

خواص سرکه های مختلف

سرکه سیب: از سیب له شده شراب سیب و بعدا سرکه بوجود می آید در حالی که خواص سیب را محفوظ نگهداشته و فقط قند سیب تبدیل به اسید یعنی سرکه میشود.

سرکه سیب دارای پتاسیم، فسفر، کلر، سدیم، منیزیم، کلسیم، گوگرد، آهن، فلوروسلیسیوم میباشد.

در خستگی های مزمن، درد نیمه سر، سرگیجه، زیادی وزن که توأم با عوارض قلبی است سرکه شراب سیب مفید است.

برای کسانی که از قچی زیاد رنج میبرند با غذای خود دو قاشق قهوه خوری سرکه سیب را در یک لیوان آب ریخته بنوشند.

برای رفع خستگی و بی خوابی یک گلاس عسل و سه قاشق قهوه خوری سرکه شراب سیب مخلوط تهیه کرده دو قاشق قهوه خوری قبل از خواب بنوشید اگر نخواهید یک ساعت بعد این عمل را تجدید نمایید و باز هم برای نوبت سوم حتما خواب خواهید رفت.

بخور سرکه شراب سیب با آب بر بعضی سردردها اثر سودمندی دارد.

سرکه شیر: تخمیر شیر که سرکه شیر را بوجود می آورد دارای اسید لاکتیک، اسید استیک، فسفات ویتامین B₁ و B₂ و .. است.

سرکه مذکور ضد میکروب بوده در ضایعات معده و روده که ناشی از میکروب میباشد مؤثر است.

سرکه انگور: به قدر کافی از آن گفته شد و سرکه انواع میوه جات دیگر ..

سرکه خرما: قارچ میکودرما آستی بوجود آورنده سرکه انگور و خرماست ترکیب شده از ۷ تا ۸ درصد اسید استیک و مقداری اسید مالیک، اسید سیتریک و اسید سوکسینیک و اسید تارتریک که مجموعاً در حدود ۲-۳ گرم در لیتر می باشد و همچنین بی تارتات دو پتاس و مواد ملونه.

خواص سرکه خرما در حدود خواص سرکه انگور است.

سرکه های مصنوعی: که با قرمز دانه - رنگهای گیاهی (باستثنای گم گوت - آکونیت ناپل) آلی زارین - اندی کوتین و همچنین مشتقات سولفونه آن می توان رنگ نمود.

دانستنیهای چند از کشمش

از عجایب انگور اینکه هر چه بماند مواد قندی آن بیشتر می شود و در کشمش های بدست آمده تقریباً همه آب محتوی در انگور به قند و هیدراتهای کربن مبدل شده است.

کشمش جزو مواد درجه اول خولد انرژی محسوب میشود.

کشمش غذای متراکمی است از اینرو برای ایام سرما که تغییر و تبدیل انساج کند بسیار سودمند میباشد.

انگور پس از خشک شدن یعنی کشمش تمام خواص انگور تازه را حفظ می کند.

کشمش را به شکل جوشانده می توان برای سرما خوردگیها با یبوست های سبک مصرف نمود جوشانده کشمش برای تمام بیماریهای ریوی مفید است.

کشمش مغذی و انرژی دهنده می باشد زیرا دارای ۷۵ درصد مواد قندی که گلوکز بوده و قابل جذب میباشد.

کشمش رشد اطفال را سریع می نماید زیرا کلسیم و فسفری که کودکان برای رشد و استخوان بندی نیاز دارند در دسترس آنان قرار می دهند.

کشمش برای کودکان ضعیف و کم خون دارویی بی نظیر می باشد زیرا در کشمش آهن، منگازن، کلسیم، فسفر به مقدار کافی موجود است.

کشمش اشتها آور بوده چون منبع سرشاری از پتاسیم می باشد.

کشمش در دفع سموم بدن و فعالیت کلیه ها نقش مؤثر دارد چه وجود پتاس و اسیدهای چون اسید مالیک، اسید سیتریک و اسید تارتیک می تواند به خوبی اوره و کلسترول زیادی خون را دفع و فشار خون را تنظیم نماید.

کشمش برای کسانی که دچار بیماری نقرس - عدم کفایت کبد - رماتیسم مزمن هستند درمان کننده خوبی به شمار می رود چه در دفع اسید اوریک مؤثر بوده فعالیت سلولهای کبدی را افزون می نماید.

کشمش برای بانوان باردار که نیازمند مواد غذایی طبیعی

چون کلسیم - آهن - فسفر - منگاز برای حفظ و رشد جنین می باشد خوب است.

کشمش به مادران شیرده ویتامین و مواد لازم را برای ساختن شیر می رساند.

کشمش در سالخوردگان که نیروی جسمانی ضعیف و بدنی رنجور انرژی زاست و مواد قندی و ویتامین ها و کلسیم و فسفر طبیعی و به صورت قابل جذب دارد مفید است.

کشمش غذای طبیعی گرم کننده ای است که تقریباً تمام آن جذب میگردد. (۱)

تبخیر ثلثان

لابد از جمله مطهرات اسلامی را میدانید تبخیر دو ثلث از آب انگور در اثر جوشیدن است.

در همین کتاب از یک مورد بررسی در گوشه آزمایشگاه کوچک و غیر تحقیقاتی خودمان بر روی «اثر پائین آورنده قند خون بوسیله گشنیز» اشاره شده و دنباله بررسیها را به آزمایشگاههای مجهز و تحقیقاتی دانشگاههای کشور واگذار نمودم و اینک انتظار دارم نظریه های زیر مربوط به پاک کنندگی ثلثان آب انگور با جوشاندن مورد توجه و مذاقه اولیای امور تحقیقاتی علمی دانشگاهها قرار گیرد:

آیا این نکته است که چون مخمرها بر روی غلظت زیاد

قند اثر تخمیری ندارند همین که دو ثلث آب انگور بخار شد حالتی از جلوگیری تخمیر بوجود می آید و با وجود مخمرهای الکی و غیره در فضا دیگر اثر تخمیر از بین می رود کما آن که بطور معمول هم شربت ها را تغلیظ و نگهداری می نمایند. (۱)

آیا با جوشاندن و خروج حبابهای CO₂ وقتی ۱/۳ ماده مورد جوشش (لغت جوشش را برای تخمیر نیز بکار برده اند) تبخیر گردد دیگر مواد الکی برای تخمیر باقی نمانده است؟

۱- توجه اولیاء امور تحقیقاتی را به این نکته جلب مینمایم. نویسنده قرار بود رساله دکترای خودم یا یکی از دوستان را «توتی شدن» بگیرم توتهای اول که میرسد در معده زود تخمیر شده متابولیسم قندوین های خون را بهم ریخته حالت دیوانگی بوجود می آورد.

کتاب ان فی ذلک لایه لقوم یعقلون (در این کار نیز آیت قدرت حق برای خردمندان پدیدار است)

اشاره

تعقل و تفکر

آیت السلامه را حتما شناختید و یادتان هست که چرا نام چند آیه مربوط به بهداشت و تقسیمات بهداشتی را که قرآن کریم ذکر کرده آنرا آیت السلامه نام نهادم. در آیت السلامه اولین تقسیم، بهداشت غذا بود که نام شیر، خرما، انگور و عسل در آیات مربوطه اش بچشم می خورد و نکته جالب اینکه:

شیر را خالصا سائغا للشاربین دانست بدین معنی که شیر استخوانساز و قابل گوارش برای کسانی خواهد بود که آنرا می خورند یعنی شیر پایه و اساس اسکلتی و بدنی دارد.

عسل را که جلد پنجم بآن اختصاص داشت چون تعریف فرمود در آخر آیه فرمود ان فی ذلک لایه لقوم یتفکرون. و برای شما شرح دادم که چگونه عسل قوه تفکر آدمی را بالا می برد!

اینک باید پیوستگی و چگونگی ارتباط خرما و انگور با تعقل را شرح دهم.

قبل از هر چیز این نکته بسیار جالب را بشما بگویم.

یک نکته بسیار جالب از قرآن

ان فی ذلک لآیه لقوم یتفکرون که آخر آیه مربوط به عسل است وان فی ذلک لآیه لقوم یعقلون که در پایان آیه مربوط به خرما و انگور است در نظر اول یک مسئله ساده ای که شباهت کلی با یکدیگر دارند بنظر رسدیه و شاید گفته شده باشد که اگر جای دو آیه عوض شود یعنی اگر یتفکرون و یعقلون بجای یکدیگر باشند چه خواهد بود؟

اگر این دو کلمه جای یکدیگر بودند، نه تنها برای کسانی که آشنا بکلمات آسمانی اند غریب می نمود بلکه بنظر نویسندگان هم که در برابر اقیانوس دین و جهان دانش قطره ای و ذره ای بیش نیستم غرابت داشت.

زیرا:

هر جا از عسل صحبت بود همه جا از خواصش ذکر می کردم که پاک کننده رگها و مشروب کننده مغز و در نتیجه، عسل فکر آفرین است.

و در این جلد که مربوط به خرما و انگور نوشتم قرآن بدو خاصیت آن اشاره فرمود: سکر اورزقا نا که اگر مستی آنرا بگیریم آیه دیگر بارطباتش با عقل سخن گفت و آنرا خمر و مستور کننده نامید مستور کننده عقل بدلائلی که گفتم و اگر جنبه رزقا حسنا و شکر و شیرینی اش را حساب کنیم باز رابطه بین گلوکز و مغز و عقل را شرح دادم همان عقلی که با علم زیاد می شود (و ما یعقلها الا العالمون قرآن).

نتیجه آنکه اگر جای یعقلون و یتفکرون عوض می شد و

زیر و رو شدن عقل به عسل نسبت داده می شد یا تفکر را به خرما و انگور مربوط می ساخت بگوش اهل فن ناآشنا می گردید.

تعقل و خرما و انگور

عنوانی در همین کتاب باز کردم: قند انگور غذای مغز. و از منابع معتبری که برسیهای اخیر را داشت آوردم: مغز چگونه نیاز مخصوصی به گلوکز دارد و به مکانیسم گلوکز و چگونگی پدیده ها و نقشی که در باره ایجاد اسیدهای آمینه مورد احتیاج مغز دارد اشاره کردم و بقدر کفایت به گلوکزی که قند مخصوص انگور و خرماست و برای فهم و فکر و بکار انداختن مغز لازم است انرژیها و سوخت و سازش به خون و بالاخره به مغز برسد بحث نمودن فقط در اینجا باید باین اعجاز قرآنی بذل توجه نمود که چگونه خدای رحمان بندگان هر دو منطقه خرما و انگور دار را از یاد نبرده که خواسته هم به مردم زمین پر حرارت خرما خور به عقل و علم توجه نمایند و هم ساکنان مناطقی ک انگور در آنجا بدست می آید یعنی مردم همه جهان مردمی که دسترسی به خوردن یا خرما دارند یا انگور.

در روایات و اخبار باز از رابطه عقل با گلوکز (قند انگور و خرما) با شما صحبت خواهم کرد و قبلاً نیز از خوردن گشنیز و کم شدن قوه تعقل با شما صحبت کردم.

آیت السلامه، خداحافظ

هرگز نمی توانم با آیت السلامه خداحافظی کنم:

قرآن کتاب آسمانی مورد پذیرش من است و پیرو، آن هستم بعلاوه: از لحاظ نویسندگی فقط می توانم از برنامه بهداشت غذایی آن خداحافظی کنم زیرا از شیر و انگور و عسل و خرمائی که نام برده بود همه را شرح دادم و در برگ بعدی می خواهم از روایات و اخبار مربوط به خرما و انگور بنویسم از اینرو فقط: آیت السلامه، برنامه بهداشت غذایی اش، خداحافظ.

آیا توجه فرمودید در چند آیه مربوط به غذا (چهار آیه) چند مطلب علمی و اعجاز آمیز وجود دارد؟

چند اعجاز از قرآن

اعجاز اول

اگر برای اساتید بزرگ رشته های غذاشناسی و تغذیه، فیزیولوژی و ... گفته شود: دو خاصیت بزرگ از شیر، خرما و انگور و عسل را بنویسید آیا جواب آن پاسخ زیر نیست؟

از شیر: استخوانسازی (خالصا). سازگاری و سرشاری و خوب گذرنده در لوله های هاضمه (سائغا).

از خرما و انگور: گلوکز و الکلیش (سکر) سازگاری و ضد زهر بودنش (رزقا حسنا) از عسل: شراب مختلف الوانه (الوان مختلف که با «ثم کلی من کل الثمرات» تناسبی دارد و شرح آن داده شد و بهمین سبب محتوی عناصر مفید غذایی است) شفاء للناس (که جنبه درمانی عناصر جدا شده از گیاهان دارد)

خالص و سائغ از شیر شراب مختلف الوانه شفاء للناس از عسل شرح داده شد. سکر اورزقا حسنا از انگور و خرما نیز شرح داده شد ولی باز در روایات و اخبار بایندو خاصیتشان اشاره خواهد گردید.

اعجاز دوم

آنچه را خدا آفرید و هر چه رابندگانش ساختند همه و همه بر دو آیه مهم استوار است:

۱ دستگاهی که اسکلت و اساس است و درآنان که حیات دارند اضافه بر این دستگاهی که افزایش داده و سبب رشد و نگهداری میشوند.

۲ دستگاهی که اگر حیات دارد دفع فضولات و ناسازگارها می نماید و اگر چنین نیست روغن کاری و حفاظت محسوب می گردد بعنوان مثال.

آدمی بدنی دارد، تغذیه و ... او را نمود می دهد یا حفظ می کند و دستگاهائی (ریتین کلیه ها پوست و ...) که برای دفع فضولات است.

یک قطعه گوشت رابخوایم کشت دهیم در یک مایع افزایش دهنده می گذاریم و دستگاهی که فضولات را از آن جدا می نماید.

یک موتور که می چرخد یا دوچرخه ای که میگردد اسکلت و ساختمانی دارد و ... و روغن کاری و ... که تصفیه و نگهدارنده است و مثل های دیگر تا آخر.

حال اگر باساتید نامبرده گفته شود: در عین حال که از

دو خاصیت فوق العاده و مهم شیر و خرما و انگور و عسل نام میبرید باید این قسمت را هم رعایت نمائید که یکی از خواص ذکر شده پایه و افزاینده باشد و دیگری تصفیه کننده و نگهدارنده، آیا پاسخ آنان چنین نیست؟

از شیر: خالصا (استخوانساز و رویاننده گوشت) سازنده و اساس است، سائغا (نرم کننده و سازگار کننده) روغن کاری اسکلت و پایه بدن.

از خرما و انگور: سکر (گلوکز) عامل رشد و نمو است رزقا حسنا (سازگار کننده و دافع میکروب ها و سموم همانطور که شرح داده شد) تصفیه و نگهدارنده.

از عسل: شراب پر از عناصر کل الثمرات عامل رشد و نمو شفاء للناس تصفیه و درمان کننده.

اعجاز سوم

از اسیدهای آمینه اصلی که باید بدن وارد شوند که شرح آنها را قبلاً دادم و در صورت رسیدن نامبردگان بانساج، بدن قادر به تهیه اسیدهای آمینه ضروری دیگر خواهد بود.

خوب است به جلد های ۵ و ۶ و همین جلد تجدید نظری بفرمائید تا مقصود مرا قبل از بیان آن دریابید و بدانید اسیدهای آمینه ضروری که بدن قادر به ساختن آن نیست و باید بدن برسد چگونه در این چهار غذای نامبرده شده جمع است!

اعجاز چهارم

در آیت السلامه بدو فراورده جمادی و دو محصولی نباتی و دو تهیه شده حیوانی اشاره عجیبی شده است.

از دو جماد (در حقیقت از دو موجود غیر زنده): ابر و هوا زمین و خاک.

از ابر و هوا، آبی که زمین را زنده می کند، از زمین و خاک گیاهی که خرما و انگور می دهد و آنها را حان و انسان می خورند و باز هم انسان از آن حیوان مصرف می نماید یعنی در حقیقت آبی که زمین را زنده می کند تا بشر را زنده نگهدارد.

از دو نبات: خرما و انگور، با خواص فوق العاده مشابه و نزدیک و شکل ظاهری و منطقه رشد کاملاً متفاوت اما خورشید و زمین و آب در پایه و اساس یکی است همانگونه که قرآن بدین مضمون بلطایف صنع الهی اشاره فرموده و فی الارض قطع متجاوزات و جنات من اعناب و زرع و نخیل صنوان و غیر صنوان یسقی بماء واحد و بفضل بعضها علی بعض فی الاکل (سوره الرعد) و در زمین قطعاتی مجاور و متصل است (که آثار هر قطعه مابین دیگر است یکجا معدن نفت و طلا و فیروزه و زغال و غیره است و یکجا نیست) زمینی برای تاکستان و باغ انگور قابل است و یکجا برای زراعت غلات و زمینی برای نخلستان آنهم نخلهای گوناگون و با آنکه همه با یک آب مشروب می شوند ما بعضی را برای خوردن برتری دادیم.

از دو حیوان (انعام حشره): شیر و زنبور عسل. در

اینجا نیز آیت الهی بشکل عجیب چشمگیر است، انعام که به شتر اختصاص دارد و فراورده اش شیر است و در مقام مقایسه شتر با زنبور عسل و قیاس و سنجش شیر با عسل عجایی نهفته است که در قسمت «عبره از انعام» بحثی شد و از همه عجیب تر: سفیدی شیر شتر است با هر گیاهی که بخورد و تناسب رنگ عسل زنبور است با انواع گیاهی که مصرف نماید!

اعجاز پنجم

خوراک آدمی از پروتئین هاست و قند و مواد نشاسته ای و چربیها و مواد کانی، ویتامین ها و سلولز.

در آیت السلامه چرا فقط لبن و قند (سکر) را بدون استتار و پرده پوشی نام برده اند و از بقیه طرز دیگری نامی بمیان آمده است؟

توجه به مواد پروتئینی و قندی و آنچه را میتوان در قلمرو لبن و قند میوه جات در آورد شاید اگر بطرز خودش مصرف شود برای اینکه بدن حتی بتواند در برابر ناملایمات دفاع کند و خود بخود برایش رزق حسنی بوده باشد کافست!

اعجاز ششم

چرا در تقسیمات بهداشتی غذایی که بوسیله آیت السلامه قرآن انجام گرفته، شیر را بر همه مقدم داشته است؟

گفتم علاوه بر اینکه خشت اول ساختمان سلولها را که اسیدهای آمینه است در شیر بیشتر می بینم مشروبی است که از نهاد حیوان

پستاندار که ساختمان بسیار نزدیکی بانسان دارد جدا م شود و علاوه بر آنکه تا شیر خالص و استخوانساز نباشد و پایه و اساسی بوجود نیاید رزقا حسنا و دفع سم یا شفاء و درمان مطرح نخواهد بود.

اعجاز هفتم

اول خوراکی معرفی میشود که سازنده است (شیر خالص سائغ).

مرحله بعد از او که دفع سم و جذب قند سکر (سکرا و رزقا حسنا) بوسیله خرما و انگور و آخرین مرتبه وسیله ای که کلید گشایش حیات یا راندن بممات است بکار می افتد یعنی شفاء و درمان (عسل).

اعجاز هشتم

مقدم داشتن امر تغذیه را بر دفع سم و پیش آوردن دفع زهرها بردرمان، اهمیت تغذیه را بر سم زدائی و برتری رفع زهرها را بر شفا رساننده و خود نشان می دهد که اگر تغذیه درست انجام گیرد احتیاجی به زهرزدایی نبوده و چنانچه دفع سموم بخوبی انجام گیرد هیچنیازی به درمان نیست از اینرو باید جزو تعریف غذا خاصیت دفاعی آن هم ذکر شده باشد که گفته نشده است. (۱)

اعجاز نهم

اگر باساتید مذکوره که در فیزیولوژی و غذاشناسی تخصص دارند گفته شده بود از میان طعامها و از خوراکیهائی که دفع سموم می نمایند و از جمله خوراکیها که درمان و شفایند تنها یک مثل بنویسید آیا پاسخ چنین نبود؟

۱ شیر بعنوان مثال غذا بدین دلیل که کودک مدتها با آن می سازد و در سنین دیگر هم کاملترین اغذیه محسوب است.

۲ خرما و انگور بهترین مثال از بین دافع زهرها زیرا علاوه بر قدرت میکرب کشی که دارند روده ها را از سموم زدوده و خون را نیز تصفیه می نمایند چنانچه مفصل شرح داده شد.

۳ - عسل مهمترین طعامی که برای درمان میتوان بکار برد بموجب وجود عصاره های گیاهی که زنبور از کل الثمرات به عسل وارد می سازد.

اعجاز دهم

اصولاً بهداشت کدام قسمت از زندگی مهمترین آنهاست؟ بدون شک بهداشت غذا و تغذیه.

قرآن نیز بهداشت غذا و تغذیه را بر همه مقدم داشته است و در اولین آیه ای که می خواهد با نزول باران تقسیمات حیاتی بهداشتی را شروع نماید آرزوی گوش شنوا برای آدمی رده تا به آنها عمل نماید. (۱)

۱- تحت عنوان ان فی ذلک لأیه لقوم یسمعون شرح داده شد.

اعجاز یازدهم

این قسمت از عجائب قرآن است که چون سخن از شیر است خطاب به حاضرین می کند (نسقیکم) و چون مطلب بر سر دفع سموم می باشد جمع مخصوصی را مورد خطاب قرار می دهد (تتخذون) و برای شفا و دران مرحله غیبت انتخاب شده کلمه ناس مردم را ذکر می فرماید از این قرار غذا که نماینده اش شیر است در آن مرحله بسیار عالی قرار دارد که لیاقت آنرا داشته پروردگار به حاضرین عنایت فرماید و در درجه بعدی خرما و انگور و بالاخره در آخرین درجه برای درمان و شفای مردم.

اعجاز دوازدهم

بدنباله اولین آیه مربوط به آیه السلامه پس از ذکر نزول باران و احیاء زمین پس از مردگی اش به بهداشت های هفتگانه ذکر شده می پردازد گویا احیاء واقعی زمین را پس از سبز شدن و روئیدن گیاه بدین شرط می داند که بهداشت هفتگانه صورت تحقق پذیرد و بدانها عمل شود بویژه بهداشت غذا که مقدم بر مه آورده شده و در غیر این صورتحیات واقعی وجود نداشته، معنی زندگی اگر این است مرگ را صد هزار تحسین است.

اعجاز سیزدهم

شاید مطالب و مسائلی را که برای شما می نویسم توضیح واضحی و شیره را خورد و گفت شیرین است تلقی شود در صورتی که اگر متوجه باشید که شما در عصر تسخیر کرات به حقائق ذکر شده از ۱۵ قرن قبل برخوردار شده اید همه را بعنوان اعجاز خواهید پذیرفت بویژه اینکه:

از انعام به بطن (بطونه) و از زنبور عسل هم به بطن (بطونها) اشاره فرموده ولی به محتویات بطن انعام (فرت و دم) اشاره کرده در صورتیکه از بطن زنبورانچیزی نگفت و این خودمی رساند که شیر جدا شده از بین فرث و دم حیوان است و زنبور به انتهای احشاء و امعاء خود برای عسل سازی کاری ندارد.

اعجاز چهاردهم

از غذا (شیر) که رنگ نسبتاً ثابتی دار به خرما و انگوری می رسد که رنگهای گوناگونی دارند ولی نه آنقدر که میتوان عسلهایی بالوان مختلف دشت یعنی از غذا به دافعسموم و از رد کننده زهرها به وسله درمان و شفا همینطور تلون و تعدد رنگ زیاد می شود تا بجایی که میتوان گفت دخالت رنگها در دارو و درمان اهمیت بیشتر از رنگ در دفع سموم داشته و از همه کمتر اثر رنگ غذا در تغذیه انسانی می باشد.

اعجاز پانزدهم

مگر نیست که: رساندن غذا ببدن دفع فضولات از آن و در صورت بیماری درمان و شفا پایه و اساس نگهداری بدن است؟
قران هم بهمین سه موضوع اشاره فرموده است.

انشاءالله جلد یازدهم را باین اختصاص خاهم داد که هر چه را در ۱۰ جلد قبلی است و جنبه اعجاز دارد برایتان بنویسم. صفحه

کتاب خرما و انگور از روایات و اخبار

اشاره

نه خصلت از خرما

(۱)

ظرف خرمائی بنام برنی (معرف برنیک) در برابر نبی گرامی است حضرت فرمودند، ان فی تمر تکم هذه تسع خصال نخبل الشيطان و تقوى الظهر و تزيد فی المجامعه و تزيد فی السمع والبصر و تقرب من الله و تباعد من الشيطان و تهضم الطعام و تذهب بدلاء و تطيب النكهه. در این خرما نه خصلت است:

۱ تخيل الشيطان: خبل بمعانی فاسد کردن اعضاء فلج نمودن، بازداشت کردن، نقصان، تباهی و هلاک آمده است.

خرما با شیطان و هرگونه موجودی که شیطنت داشته و آزار دهنده است چنان می کند که وی را بازداشت و فلج کرده و هلاک می سازد. برای کسانی که خواص ضد میکروبی و سمی خرما را خوب خوانده اند شرح و بسطی لازم ندارد و اگر بخواهم مجدد آنها را شرح دهم کاری تکراری و زیاده روی است.

۲ تقوى الظهر: پشت را محکم می کند (با توجه به آن همه

۱- محدا یادآور میشود: دسترسی به سه کتاب، ۱۴ بحار وسائل الشیعه و مستدرک بوده و پیدا کردن باب اطعمه و اشربه در آنها آسان. همه و همه روایات و اخبار از این سه جلد مربوط به قسمت: تمر و عنب است.

خواص تقویتی اعصاب که برای خرما شرح داده شد لازم بشرح نیست).

۳ تزید فی المجامعه: علاوه بر آنکه خرما تقویت کننده اعصاب بود گفتم ناچیزی فولیکولین در آنست که مرد و زن را آماده می سازد چه خوب است در هر موضوعی خوانندگان تجدید مطالعه ای در قسمت مربوطه بفرمایند تا به عجائب و اعجاز سخن ۱۵ قرنی نبوی و قوف بیشتری حاصل نمایند.

۴ تزید فی السمع و البصر: صرفنظر از تقویتی که اعصاب با خوردن خرما می شود وجود ویتامین های A و B۲ میتوان به رل افزایش دهندگی خرما در ینائی و شنوائی پی برد.

۵ تقرب من الله: خرما چگونه انسان را بخدا نزدیک می کند؟ اگر سخن علی مرتضی را که فرمود: قوعلی خدمتک جوارحی و اشدد علی العزیمه جوانحی(۱) نقش تقویت کننده ای که خرما ایفا می کند در خدمت به رب العالمین و نزدیک شدن بوی شاید نظر بی ارزشی نباشد و اگر با خوردن خرما اطاعت از دستور رسول خدا را منظور بداریم باز ممکن است تقریبی حاصل گردیده باشد و امکان اینکه دوری از شیطان بوسیله خرما باز خود نوعی نزدیکی بذات مقدس اوست می رود.

۶ - تباعد من الشیطان: شیطنت های سموم که گفتم چگونه با خرما یا قند آن زدوده می شود خود بهترین وسیله ای است که بعدی میان انسان و شیطان می اندازد.

۷ تهضم الطعام: شاید چند مرتبه به کیفیت آسان شدن هضم بوسیله خرما اشاره کرده باشم و چون موضوع جالبی است لطفاً مراجعه فرمائید.

۸ تذهب بالداء: خرما چه دردها و رنجهایی را برطرف می سازد همه قبلاً گفته شده است.

۹ تطیب النكهة: بوی دهن را خرما برطرف می سازد. بدانند که دهانه مری همیشه بهم فشردده و بسته است و تا زمانی که چیزی بلعیده نشود یا لزومی پیدا نکند دهانه اش باز نمی شود ولی دهانه قصبه الریه همیشه باز است زیرا دقیقه ای ۱۶ مرتبه باید هوای گرم شده در سینوسهای صورت بآن وارد شود و هوای تازه خارج وارد سینوسها گردد تا برای نوبت بعد گرم و مرطوب شود که در غیر اینصورت هوای خشک و سرد برای ریه ها ظریف ناراحت کننده است بهر صورت دهانه قصبه الریه باز می باشد از اینرو دانستید اگر کثافات دندانی یا بینی تعفنی یا بوئی نکند اکثر بوی دهان مربوط به ریه هاست و لهذا از شما خواهش می شود مجدد یک دور خواص خرما را بخوانید تا علاوه بر اثرات خرما بر بیماریهای عفونی تنفسی که خود برطرف کننده بوی دهان است راجع به نه خلت مذکور همیشه بیشتر بعظمت کلمات نبی گرامی وقوف حاصل نمایید با این شرط که بارها گفته ام اگر خرما محصول محلی شما نیست باندک خوردنش اکتفا نمائید.

قبلاً مجبورم چند سطری از کتابی (۱) نقل نمایم:

مواد نبتی: اهمیت هورمونهای نباتی را نیز در امر تغذیه نباید از نظر دور داشت.

باینکه هنوز تمام این مواد از نظر شیمیائی توصیف نشده است و طرز کارشان نیز بطور کامل معلوم نگردیده است ولی با این حال این هورمونهای گیاهی یا **physohormones** در فیزیولوژی بدن انسانی نقش مهمی را بازی می کند.

لابد بیاد دارید که در همین جلد نوشتیم: اخیراً ماده ای بنام **Diostulence** از خرما کشف و استخراج نموده ان که میوان آنرا کرتیزن گیاهی دانست (نوعی هورمون گیاهی) و از این جهت آنرا کرتیزن گیاهی نام نهاده اند که کرتیزن انسانی در بدن بهترین داروی ضد حساسیت و الرژی محسوب شده و برای مبتلایان به بیماریهای رماتیسم و پوست و چشم و ... که در نتیجه حساسیت بوجود آمده داروی ارزنده ای است.

خرما نیز همین عمل را انجام می دهد و ریشه حساسیت را از تن بر می کند و در نتیجه کسیکه حساس نبود حلیم و بردبار است ... اخیراً معلوم شده دادن فسفر با کرتیزن از بعضی عوارض ناشی از تجویز کرتیزن جلوگیری بعمل می آورد و حال آنکه در خرما همراه با کرتیزن گیاهی فسفر باندازه کافی وجود دارد.

خیلی معذرت می خواهم که چند سطری از اوائل همین جلد را اینجاستکرار کردم و از اهمیت موضوع بود که این عمل را

انجام دادم و حال آنکه هر جادیدگر مطلبی بود به قبل یا بعد حواله می دادم.

وقتی اوائل کتاب را می نوشتم و بحث از خرما بود بدون آنکه بدانم در فرمایش حضرت کلمه حلیم بکار رفته «حلیم وب ردبار است» نوشته شد که این هم سخن من نیست از غرب بدون توجه است و اگر مترجم محترم هم کلمه حلیم را بکار برده هیچ ارتباطی با فرموده حضرت نداشته است. اینک که با جملات مربوط به یک عمل از یک هورمون گیاهی آشنا شدید به گفتار نبی گرامی توجه فرمائید که از قول پروردگار جلیل نقل می فرمایند:

قال و عزتی و جلالی و عظمتی و ارتفاع مکانی لا- تاکل نفساء یوم تلد الرطب فیکون غلاما الاکان حلیمه و کانت جاریه الا تکون حلیمه.

علی مرتضی فرمود: خیر تمر تکم البرنی فاطمعو نساءکم فی نفاسهن تخرج اولادکم حلیمه.

حضرت صادق فرماید: اطعموا البرنی نساءکم فی نفاسهن تحلم اولادکم. و چند روایت و خبر مشابه.

توجه فرمائید: پروردگار جلیل پس از اینکه به عزت و جلال و عظمت و رفعت مکان خود سوگند یاد می کند میفرماید زائو اگر رطب بخورد پسرش حلیم و دخترش حلیمه خواهد شد و حضرت علی و حضرت صادق نوع خرمایش را نیز معرفی کرده (برنی برنیک) می فرمایند زائو با خوردن برنی فرزندی حلیم و بردبار خواهد داشت.

خرما قبل و بعد و همراه غذا

نبی گرامی فرمودند: کلوا التمر علی الریق فانه یقتل الیدیدان فی البطن: خرماى ناشتا بخورید تا کرمهائی از شکمتان را هلاک کند.

رئی امیر المؤمنین یکل الخبر بالتمر: دیده شد که علی مرتضی خرما و نانرا با هم تناول می فرمود عن ابی عبدالله قال من اکل سبع تمرات عجوه عند منامه قتلت الیدیدان: حضرت صادق فرمود خوردن هفت دانه خرماى عجوه قبل از خواب باعث هلاک کرمهای شکم است.

خرما را در حال ناشتا و گرسنگی خوردن دانسته اید چه خواصی دارد زیرا حالت ناشتای بدن تقریباً مشابه زمان افطار است و درباره اثر خرما هنگام افطار حسن زیاد و مطالب بسیار آوردم.

خوردن نان با خرما نیز با توجه بیشتر به مطالبی که گفته شده موضوع حل شده ای است بویژه اگر یادتان باشد که بسیاری از مواد غذائی به تنهایی نمیتواند پروتئین آنها برای بدن ارزشمند باشد در صورتیکه اگر با غذای دیگر توام گردد پروتئین های یکدیگر را عالی و دارای ارزش می سازند.

چند دانه خرماى قبل از خواب یا بعد از غذا نیز بعنوان دسری پر از شیرینی مقبولیت علمی و عامه داشته و لازم بشرح نیست.

خاصیت ضد سمی

با آنکه باختصار با خاصیت ضد سمی خرما و به تفصیل بهمین خاصیت انگور مطالبی آورده ام و لازم به تکرار نیست از نبی گرامی نقل کنم که فرمود هر کس صبح از چند دانه خرمای عجوه بخورد و در آن روز سم و سحر بر او اثر نکند: من تصبح بتمرات من عجوه لم یضره ذلک الیوم سم و لا سحر. و از حضرت صادق است که عجوه از بهشت است و خاصیت برطرف کنندگی سم دارد، العجوه من الجنة و فیها شفاء من السم.

خرما و آب

سوخت و ساز خرما را قبلاً شرح دادم و در جلدب الرطوبه بودنش شکی نیست از این قرار برای کسانی که قند ذخیره بدنشان بقدر کافی است و قند خرمای بعدی قرار است بصورت چربی ذخیره شود با زیاد شدن انساج و لزوم مایع بین سلولی انساج جدید باید آب بآن رساند و در غیر این صورت همان قند ممکن است چربیها را بسوزاند (مثل معروف: چربیها در شعله قندها می سوزند) روزگاران پیش حضرت کاظم باین امر توجه و دستور داده فرماید کل التمر البرنی علی الریق واشرب علیه الماء فلعل فسمن و غلبت علیه الرسوبه فکتب الیه یشکو ذلک فکتب الیه کل التمر البرنی علی الریق و لا تشرب علیه الماء فاعتدل، بدین مضمون که خرمای برنی ناشتا خوردن و بعد از آن نوشیدن آب سبب چاقی است و اگر آب نوشیده نشود بهمان اعتدال قبلی خواهد بود.

یک مطلب دیگر از خرما

چندین خبر و روایت دیگر در سه کتاب برگزیده (بحر وسائل مستدرک) راجع به خرما دیده می شود ولی هر کس آنها را بخواند و یک مطالعه سطحی هم راجع به خرما داشته باشد بلافاصله خواهد دانست سخنان ۱۵ قرن پیش از اسلام با بسیاری مطالب غذایی روز مطابق است و اینکه کلمه بسیاری را آوردم برای اینکه علم دسخوش تحول و تغییر است و هر زمان علم قاطعیت داشت با قرآن یا اخبار و روایات مسلم اسلامی یکی است.

آخرین فرموده نبی گرامی را درباره خرما که عجیب ترین مسئله مربوط به غذا را دارد در اینجا برای پایان می آورم، مطلبی که باور کردنی نیست مربوط به ۱۵ قرن قبل باشد زیرا به سه خصلت خرما اشاره می فرماید که هر کس خرما را برنیک (برنی) بخورد ۱ خستگی و واماندگیش می رود ۲ سردی بدنش مبدل به حرارت و گرمی میشود ۳ گرسنه باشد سیر می گردد: علیکم بالبرنی ۱ فانه یذهب بالاعیاء ۲ و ید فیء من القر ۳ و یشبع من الجوع.

۱ شاید بقدر کافی به عمل انرژیزا و نیرو دهنده خرما اشاره شده باشد بویژه راجع به اثر فوق العاده سودمند آن بر سیستم اعصاب مرکزی و محیطی مطالبی آورده شد که بدون شک فراموش نفرموده اید.

۲ از سوختن قند و شیرینی در انساج به تفصیل سخن گفتم و از مکانیسم آن که چگونه تبدیل به گلوکز شده مصرف می شود بیانی آوردم اینجا کافیهست به گلوکز خرما یعنی قند آماده برای

سوختن و ایجاد کننده حرارت اشاره نموده بگذرم.

۳ خرما گرسنه را سیر می کند بهمین علت که سرشار از عناصر غذا و مواد معدنی است.

فقط ذکر این مطلب واجب است که:

مردم سه هزار سال پیش هم خرما می خوردند، گرم می شدند رفع خستگی شان می شد و سیر می شدند پس سخن نبی گرامی هم شیره را خورد و گفت شیرین است می ماند! ولی:

معنی تمام کلمات: یذهب الایاء یدفیء قریشع الجوع را اگر مورد بررسی قرار دهیم به نکات علمی و اعجاز آمیزش وقوف حاصل خواهیم کرد.

حضرت میتوانند کلمه یذهب را در موارد دیگر هم بکار برند و چنین معنی شود: علیکم بالبرنی فانه یذهب بالایاء و القرو الجوع (برنی از بین می برد و اماندگی و سرما و گرسنگی را) یا بجای کلمه یذهب کلمه مناسب دیگری مانند دفع کردن یا مرتفع ساختن بکار برند.

بجای کلمه الایاء و خستگی که مشابهش در قران هم آمده و لم یعی بخلقهن (سوره احقاف) ممکن بود حضرت کلمات دیگری ذکر فرمایند یا بجای کلمات یشع و یدفیء جبران کننده و حرارت دهنده و .. در صورتیکه می بینیم در تعریف انرژی غذایی حتما باید در یکطرف کلمه خستگی باشد و طرف مقابلش همان کلمه مشترک نیرو و انرژی موجود در خرما و بدن، یعنی اگر می خواستیم بگوئیم تقویت میکند یا قوی می سازد ایاء و خستگی را غلط بود زیرا رل خستگی ناپذیر فرماندهی اعصاب در برابر سایر اعضا و

جوارح بویژه عضلات را عامل اجراند نزد هم حتی دانشجویان مبتدی و سالهای اول معلوم است بعلاوه همینکه تغذیه بدن بخوبی انجام گرفت و حالت اعتدالی بوجود آمد بدن از خستگی رهائی یافته آماده منتهی فعالیت می باشد نه بیشتر، یعنی کسیکه خسته شده و قبل از خستگی میتواند است مثلاً شصت کیلو وزنه را تا یک کیلومتر راه ببرد با برگشت باعتدال قادر بحمل شصت کیلو در یک کیلومتر است نه راه بیشتر نه وزن زیادتر از اینرو یذهب بالاعیاء درس انرژی زائی می دهد و اگر کلمه قدرت یا قوت بکار رفته بود غلط چشمگیری بحساب می رفت.

یدفیء من القرء، از همه مهمتر است و اگر نبی گرامی مانند آنچه عوام بکار می برند میخواستند بفرمایند کافی بود گفته شود: خرما آدمی را گرم می کند یا خرما سرما را دور می سازد نه اینکه گرم می سازد از سردی (خیلی بکلمه من توجه فرمائید).

یدفیء که در معنی چنان است که کسی لباس پشمینه بپوشد و گرم شود یا در خیمه پشمی بنشیند و گرم شود و قرنیز آنچنان سردی است که سابقه گرمی داشته و تبدیل به سردی شده مانند دیگی که آب سرد بر آن ریزند تا روزیکه پس از تابش خورشید رو بسردی گذاشته و در عین حال قر و قرار و ثبوتی می خواهد داشته باشد.

بدنی که حرارتی داشته و گرسنگی کشیده یا روزه ای شده و حرارتش پائین آمده با خوردن چند دانه خرما مجدد خورشید تابناک متابولیسم خرما بر آن بدن آنچنان تابش می کن که آدمر را در چادر پشمی یا پیراهن پشم پوشاند و در آنجا که از شیر سخن گفتم ثابت کردم که چگونه قرآن کلمه دف را برای گرمی و کالری بدن

بکار برد و احتیاج بتکرار نیست و آنچه نیازمند باز گفتن است اشاره به کلمه اعجاز آمیز نبی گرامی است که یدفی ء من القر کاملاً گویای جنبه کالری دهندگی خرماست و چه قرینه ای هک آنرا در برابر قدرت انرژی زائی خرما قرار داده و همانند کتابهای غذائی روز که آخرین تحولات علمی را داند و همه جا قدرت انرژی زائی و کالری دهندگی را در برابر یکدیگر بلکه همه جا بعلت اینکه انرژی مقدم است همانند نبی گرامی انرا مقدم می دارند و بالاتر که سخن نبی گرامی علاوه تری هم در اینجا دارد که در کتابهای جدید بدنبال کلمه انرژی و کالری دیده نمی شود و آن خصلت و خاصیت سیرکنندگی خرماست!

خرما سیر می کند گرسنگان را: خوب است به آنجا که از «چرا افطار با خرباشد» سخن گفته ام مراجعه فرمائید در آنجا عنوانین زیر مورد شرح و بسط قرار گرفته است: خرما از پرخوری جلوگیری می نماید بدن خرما را بعنوان غذای خوب می پذیرد خرما هضم و جذب را آسان می کند خرما زود بداد گرسنگان می رسد - خرما به هضم مواد غذایی دیگر هم کمک می کند و ...

باز هم برای وقوف بیشتر بعظمت کلام نبی گرامی باید به آنجا که خواص خرما سخن گفته ام مراجعه کرد ولی این نکته علمی را بخاطر داشته باشید که: سرما چیزی جز عدم وجود حرارت نیست و اعیاء و خستگی نیز چیزی جز نبود انرژی نبوده و گرسنگی نیز چیزی جز جای خالی سیری نمیباشد و این جملات در کتابهای کلاسیک و علمی ارزش کلی داشته مثلا در فیزیک و شیمی و مکانیک اصل مسلم این است که: سرما چیزی جز عدم وجود حرارت

نیست و با توجه به سخن نبی گرامی که در آن حروف ۲ گانه ب من) بکار رفت این مطلب آشکار است کههانریژ به جای واماندگی خواهد بود حرارت و سیری از جاخالی کردن سردی و گرسنگی و این بزرگترین دلیل بر وجود صانع مدبر حکیم آفریننده ای است که سراسر آفرینش ربا تحرك و انرژی و حرارت و حیات خواسته است.

چند کلمه دیگر راجع به خرما

از حضرت رضا پرسیدند خرمائی که حضرت مریم از آن میل فرمود از کدام نوع بود فرمود: کنت نخله مریم العجوه (خرما از نوع عجوه).

ائمه طاهرین علیهم السلام باز بین خرماها فرق گذاشته یکی را آفای خرماها نایمندن (الصرفان سیدتمور کم - حضرت صادق). یا از لحاظ غذائید بیشتر اهمیت دادند: شبه تمور کم بالطعام الصرفان (حضرت علی) و ...

روایات و اخبار و انگور

نبی گرامی فرمودند: شکی نبی من الانبیاء الی الله الغم فامره با کل العنب (پیامبری بخدا از اندوه و غمش شکایت کرد امر شدت برای رفع غمش انگور بخورد) و از حضرت صادق است:

کافیست برای شما نوشته شود: یبوست سبب میشود مسموم موجود در فضولات مجدد جذب شود و آدم مسموم همیشه غمگین

است و انگور دافع یبوست و در نتیجه غم زداست.

انگور زهرا به های میکروبی را از بین می برد و رزقا حسناست و کسیکه از زهراگینی نجات یافت از اندوه رهائی یافته است. انگور کشنده بسیاری از میکروبها و دردها و رنجها و در نتیجه انگور از بین برنده غمهاست.

چرا انگور سیاه بر سفید برای دفع غم برگزیده شد؟ به تفاوت های انور رنگین و مزیت ان که شرح داده شد مراجعه فرمائید.

انگور میوه و طعام

غذاشناسان چه چیز را نان خورش بحساب آورده اند؟ آنچه ارزش پروتئینی نان را بالا برده یا آنرا تکمیل می سازد اینک انگور را بنگرید که اگر با نان خورده شود سازگار است و نان خورش محسوب و اگر به تنهایی صرف شود میوه بحساب است و اگر بخاطر سکر و شیرینی اش تناول گردد حلوا و شیرینی است همانگونه که علی مرتضی فرمود: العنب ادم و فاکهه و طعام و حلوا (انگور نان خورش و میوه و طعام و شیرینی است)

انگور و دانه دانه خوردن

از جلد سوم راجع به جویدن غذا و آداب سفره بیاد دارید که گفتم اگر غذا خوب جویده شود چه می شود و اگر نشود بلائی بسر آدمی می آورد و در آداب سفره انداختن و رفتار مربوطه

گفته شود که نبی گرامی از یک طرف فرمودنشستن بر سر سفره را طول دهید و از طرف دیگر قرآن و ائمه اطهار آنچنان در مذمت از پرخوری داد سخن داده اند که در جلد سوم شرح مبسوطش راملا-حظه فرمودید جز آنکه فراموش شد بنویسم پرخوری در مواد بیاض البیضی زهر آگینی دیگری ه دارد چه اگر خوب در بدن هضم و جذب نشود تبدیل بن پتومائین ها می گردد. پتومائین که معنای یونانی آن کلمه نعش است ماده ای اس تالکالوئیدی که از فاسد شدن پروتئین ها تولید می شود و بعضی از آنها خیلی سمی می باشد از اینرو اگر موجود زنده ای نتواند مواد بیاض البیضی را در بدن خود بمصرف برساند این ماده که باید غذای وی باشد زهر و هلاکت است و در حقیقت بجای خوردن مواد بیاض البیضی آدمی نعش خورده است.

یک اعجاز از قرآن

پتومائین Ptomaine کلمه ای سونانی که معنای نعش می دهد.

چنانچه هضم و جذب آدمی بعناوینی خوب انجام نگیرد: پر بخورد (یا فرصت هضم و جذب نباشد یا دیاستازهای لازمه در دستگاه گوارش کفایت کنند یا نتوانند غذا هم سطح با جدار دستگاه شود تا جذب انجام گیرد) و در نتیجه آنچه از مواد بیاض البیضی اش بجای مانده به پتومائین یعنی نعش یعنی سم کشنده تبدیل می گردد.

با پر خوردن اختلال در چیزی است که به دستگاه وارد می شود. برعکس هم ممکن است یعنی میتواند دستگاه نیز مختل گردد مثلاً کسیکه غیبت میکند (یا حواسش بجانبی معطوف است

ترشح خوب صورت نمیگیرد ترشحاتی که در آزمایش مربوط به سگک پاولف گفتم مخصوص مواد بیاض البیضی است که میتواند قسمتی از آن نعش و پتومائین شود یا در حال بدگویی احساساتی و عصبانی شده و در نتیجه ناراحتی اعصاب باز نعش خوری پیش می آید) بدون شک با خوب هضم و جذب نشدن مواد بیاض البیضی به نعش خوری پرداخته و این اصطلاح را هم قرآن کریم بکار برده است (در آنجا که از غیبت کردن آیه ای آورده و در جلد بعد که مربوط به گوشت است شرح خواهم داد که چگونه کسی که غیبت م کند مانند آنکس خواهد بود که گوشت برادر مرده اش را می خورد) هم کتابهای تدریس دانشگاهی (۱).

برگردیم بمطلب خودمان: نبی گرامی برای اینکه هم غذا خوب جویده شود و هم پرخوری صورت نگیرد بیشتر نشستن بر سفره را تعریف فرمودند و کسیکه بدستور نبی گرامی عمل نموده خوب بجود و زیاد هم بنشیند حداقل خستگی یا گذشت زمان اگر او را از خوردن باز ندارد فرصت زمانی ترشحات معدی او را سیر خواهد کرد و دست از غذا خواهد کشید.

از رساله دکترای یکنفر پزشک اروپائی برای شما نقل کردم که اگر انگور زخم شود چه ویتامین هایش کاسته خواهد شد و در ضمن ملاحظه فرمودید که چگونه سفارش می کرد انگور را با تانی باید خورد. حال وضع دعوت به توحید نبی گرامی را در نظر داشته باشید آیا حضرت می توانستند و آیا صلاح بود برای اعراب

عصر جاهلیت در ضمن دعوت به توحید درس انگور خوری بدهند یا اینکه اگر حضرت میفرمودند مبادا انگور زخم شود یا نباید بسرعت خورده شود اعراب چه می گفتند؟ حضرت چنین حرفی را نزدند و چه نسبتها و تهمت ها که بوجود مقدسشان نزدند اگر میگفتند چه می شد! ولی حضرت با زبان بسیرا ساده و عامیانه خود درجهان علم را بر آنان گشودند حتی آداب انگورخوری را نیز بآنان یاد داده فرمودند: انگور را دانه دانه باید خورد و کسیکه انگور را دانه دانه بخورد هم باتانی خورده است و هم انگور رازخم نزده و از عناصر مفیدش نگاهیده است! قال صلی = علیه و آله وسلم: کلوا العنب حبه حبه فانها اهنأ و امرء (انگور را دانه دانه بخورید که بر شما هنی و مری است).

لازم است برای شما دو کلمه هنی و مری را معنی کنم و سپس گفتار یکنفر اروپائی را باری شمادر این باره از رساله دکترائی که بگواهی چند تن اساتید رسیده بیاورم تا بدانید ۱۵ قرن قبل هم رساله الهی چگونه در کار بوده است.

اجازه بفرمائید برای جلوگیری از اطناب و پرگوئی برای شما بگویم:

هنی ء یعنی چیزی که گوارا است و بدون رنج و تعب می رسد مطالب قبلی رساله را هم مجدد ملاحظه فرمائید آنجائیکه به سهل الهضم بودن انگور بعلت دارا بودن عناصر مفید اشاره گردید.

مری چیز گوارائی است که چون بدون رنج و تعب رسید تا پایان گوارائیش را ادامه می دهد. هنیئا مریئا یعنی با گوارائی برخورد نمود و هضم شد و با گوارائی بیایان رساند یعنی جذب و دفع و سوخت و سازش بخوبی انجام پذیرفت (اگر بیشتر مایل به درک معنای

مری هستید مری و امرئه در یک قلمرو وسیع قرار دارند).

اینک فراموش نفرمائید که انگور اگر زخم شود و برخی عناصر مفیدش کاهش یابد در هضمی و هنی بودنش اختلالی بوجود می آید و چنانچه در خوردنش عجله گردد بخوبی جذب آن بعلت آزاد نشدن همه دیاستازهای پشت پوست انگور و بسبب خوب آغشته نشدن با دیاستازهای تکمیلی دستگاه گوارش جذبش بخوبی نبوده مری و گوارای در پایان نخواهد بود.

یک نظریه دیگر از اساتید اروپا

در رساله آقای انه ژاکسون درباره ناشتا خوردن انگور توصیه شده و ضمنا گفته بود اگر انگور بعد از غذا خورده شود اسیدهای موجود در انگور (تارتریک و مالیک و ...) جانشین اسید کلریدریک معده شده عمل دیاستاز پپسین را در معده مختل می سازند و تنها به آنانکه اسید معده زیادی دارند خوردن بعد از غذا را اجازه می داد.

آیا در اسلام باین مطلب هم اشاره شده که انگور را چه وقت باید خورد؟ آری.

از علی مرتضی و از ائمه اطهار دیگر: من اکل احدی و عشرین زبیه حمراء علی الریق لم یجد فی جسد شیئا یکرهه.

قبل از اینکه فرمایش حضرت را منی کنم باید چهار مسئله را حتما بدانید:

(۱) همه جای راله مذکور سخن از خوردن انگور رسیده بود.

(۲) چه هنگام تعیین رژیم و چه زمان سلامت سفارش شد انگور قبل از غذا مخصوصا صبحانه خورده شود.

(۳) همه برای زدودن زهرابه های مختلف وزن انگوی را که باید مصرف شود معین می کردند زیرا باید مقدار معینی قند یا مواد کانی یا ویتامین بدن برسد تا عمل ضد سمی بخوبی انجام پذیرد.

(۴) تفوق و رجحان انگور یاقوتی را بر سایر انگورها چند مرتبه شرح دادم.

علی مرتضی سلام الله علیها هر چهار مورد را در یک جمله جمع فرموده است:

(۱) انگور تا نرسد نمی چینند و انگور هر چه بماند برعکس بسیاری از میوه جات اسید الکلهايش مبدل به شیرینی می گردد و شیرین تر می شود و حضرت دستور داد مویز خورده شود یعنی در کمال رسیدگی.

(۲) حضرت فرمود صبح ناشتا و علی الریق خورده شود.

(۳) آیا میدانید که وزن ۲۱ عدد انگور خوشاب خوب پرورش یافته و اعلا ورسیده برای انتخاب رژیم بهتر وزن است همان وزنی که بقدر کافی محتوی عناصر مرود لزوم روزانه یکنفر آدمی تقریبا شصت کیلوئی است.

یکنفر بالغ شصت کیلوئی روزانه بمواد زیر احتیاج دارد از موادیکه در انگور موجود است:

الف ویتامین C مورد لزوم بدن روزانه حدود پنجاه میلی گرم است و هر کیلو انگور تازه بطور متوسط ۹۵ میلی

گرم دارد.

ب ویتامین B₁ یا تیامین که ۱-۳ میلی گرم احتیاج روزانه است و در انگور ۰/۰۵ درصد است.

ج ویتامین B₂ یا ریبوفلاوین ۲-۴ میلی گرم روزانه باید بدن برسد و در هر کیلو انگور ۰/۲۳ میلی وجود دارد.

د میزان احتیاج بدن به آهن در نخستین سال زندگی و دوران بلوغ افزایش می یابد (روزانه ۷-۱۲ میلی گرم) و در هر کیلو گرم انگور ۰/۲۵-۰/۰۵ گرم اکسید آهن وجود دارد.

ه احتیاج به منیزیم تقریباً ۵-۱۰ میلی گرم روزانه است و بصورت فسفات آن ۰/۱۸-۰/۱۰۰ گرم در هر کیلو انگور وجود دارد.

و منگنز که برای فعالیت بسیاری از آنزیم های بدن (فسفو گلوکوماتاز فسفاتازها پتیدازها، کربوکسیلازها و غیره) ضروری است. میزان احتیاج بدن با این فلز بسیار کم است و بهمین جهت عوارض کمبود آن فقط بطور تجربی در آزمایشگاهها بر روی حیوانات مشاهده گردیده است.

مهمترین این عوارض توقف رشد، صغر بیضه ها، نازائی و مرگ جنین حیوان می باشد. دفع منگنز بخصوص از راه صفرا انجام می گیرد.

ز از پتاسیم سدیم کلسیم مس فسفر گوگرد کلر یعنی عناصری که در انگور موجود است تیموانید بهمین منوال عمل نموده نیاز روزانه و مقدار موود در انگور را اندازه گرفته و

در مقام سنجش با وزن ۲۱ دانه مویز یاقوتی حضرت علی بر آئید. (از بر آورد مقدار قند انگور نیز توجه فرمائید که قابل ذکر می باشد).

از عناصر نامبرده چند موردش بوسیله ۲۱ دانه مویز یاقوتی رفع نیازمندی روزانه انسانی می شود و در چند مورد انگور کسری دارد یا زیادتی، و پس از مذاقه کافی باین نتیجه می رسیم که: شیر خرما انگور و عسل جزو آنگونه مواد خوراکی هستند که در رساندن عناصر ضروری بدن کم نظیر و بلکه من حیث المجموع بی نظیرند از اینجاست که بدستور علی مرتضی با دیده تعظیم مینگریم و با تعیین مقدار وزن برای بکار بردن رژیم یا پرهیز که در حد اعتدال و سنجش علمی است بر آن حضرت درود می فرستیم.

(۴) در انتخاب و برتری دادن انگور یاقوتی بر سایر انگورهاست که بحثی جداگانه در این باره قبلاً تقدیم گردیده است.

سخن حضرت چنین مضمونی را داشت: کسیکه ۲۱ عدد مویز یاقوتی صبح ناشتا تناول کند در بدنش کراهتی را نمیتواند بیابد و اگر به قسمت مربوط به خواص و دانستنیهای مربوط به کشمش مراجعه فرمائید خواهید دانست چرا با خوردن انگور بلکه کشمش کراهی متوجه بدن آدمی نمی شود و ضمناً به خواص کشمش و قوف کلی یافته خواهید دانست که اهم خواص کشمش همان است که نبی گرامی فرمودند و چنین است!

پاره ای از خواص کشمش از نبی گرامی

علیکم بالزبيب فانه يکشف المره و يذهب بالبلغم و يشدا العصب و يذهب بالاعياء و يحسن الخلق و يطيب النفس و يذهب بالغم در خبری اضافه دارد و يذهب بالوصب و در خبر دیگر: و يصفى اللون.

در اینجا بصورت سؤال کلمات نبی گرامی را مطرح ساخته و آنچنان باختصار برگزار می شود که کمترش ممکن نیست!

آیا خواص کشمش را خوانده اید؟ اگر خوانده اید اثرش را بر صفرا و ترشحات کهنه سوخته رودها و محکم سختن عصب و از بین بردن واماندگی و در نتیجه اعمال مذکور ایجاد حسن خلق و پاکیزگی نفس و زدودن غم و از بین بردن و صب • لاغری اندام درد دائم بیماری) و ایجاد صفار چهره مؤثر خواهید دانست!

تنها لازم است درباره کلمه و صب و رابطه اش با انگور مختصر تذکری بدهم زیرا قبلاً راج به تقویت اعصاب و اثر ضد سمی انگور و اثرات کبدیش به تفصیل بحث نموده ام.

اگر یادتان باشد آوردم که انگور چگونه و چرا چاقان را لاغر و لاغران را چاق می سازد پس انگور برنده و صب است و لاغران را چاق می کند، مورد تأیید اسلام می باشد.

انگور زهر آگینی ها را از بین می برد و همین عمل انگور سبب شده قرآن آنرا رزق حسن بنامد و دانشمندان نیز مراکزی برای درمان و رژیم انگوری در نقاط خوش آب و هوای ممالک مترقی بصورت بیمارستانها ایجاد نمایند و با انگور زهرابه های چندین

ساله را از بین برده و در دائم و کهنه را تسکین دهند از اینرو انگور دافع و صب است و دردهای دائم را برطرف می سازد.

خرما و انگور از رازی

زکریای رازی در کتاب خود (۱) می نویسد:

طلع و جمار و خرمای کال: همگی آنها یسویت آور و از همه بیشتر خرمای کال دارای ای خاصیت است و پس از آن طلع. طلع و جمار برای مزاجهای حار بسیار مفید بوده و جوشش خون را آرام می سازند. نفخی که از خوردن آن در رگها عارض می شود و همچنین یبوست مزاجی که در نتیجه مصرف نمودن آنها پدید می آید بوسیله زنجبیل و غداریقون و گوارش گرم مرتفع می شود.

خرمای خشک

تمر یا خرمای خشک بدن را گرم و فرقه می سازد و خون محکم و غلیظ و پست تولید می نماید، کبد و طحال را سنگین می کند، برای سینه و روده و ریه سازگار است. باعث سردرد و چشم درد می شود، مفاصل را نرم می کند و خستگی را از بدن دور می نماید، کسانیکه مبتلا به صرع، چشم درد، زخم دهان، گلودرد و درد لثه و دندان می باشند و یا در کبد و طحال احساس سنگینی می کنند باید از مداومت و زیاد خوردن آن اجتناب کنند و اگر مجبور بخوردن آن شوند باید ضرر آنرا با خوردن سکنجین شکری ترش ساده و مکیدن انار ترش و خوردن غذاهای سرد و پخته های ترش و غرغره با سرکه و سکنجین اصلاح نمایند

۱- از منافع الاغذیه و مضارها نقل شد.

و نیز باید بفصد و حجامت اقدام کنند و شکم را با خوردن آب اناریکه با پیه آن فشرده شده باشد لنت دهند. اشخاصیکه مزاجشان سرد است با خوردن آن فربه می شوند و برای درد ورک کهنه و درد پشت نافع است. اقسام تمر زیاد است و این خواصی که ذکر کردیم در نوع تمر لطیف و شیرین بیشتر است. براس کسانیکه لثه و دندانهایشان خوب نیست بعد از خوردن تمر باید دهان را با آب نیمگرم بشویند و دندانها را با انگشت خوب بمالند و بعد در دهان مقداری گلاب که در آن سماق خیسانیده باشند نگاهدارند و یا مقداری طرخون در دهان جویدن بمکند و مدتی در دهان نگاهدارند تا از زحمت جوشها و تاولهای دهان و کلیه دردها مصون بمانند.

اگر خرمای خشک را با شیر حیوان تازه زائیده (فله آغوز) یا پنیر تازه یا خرمائی که در شیر خیسانده باشند بخورند باید لثه را با آب گرم شسته و با گلاب غرغره نمایند و نباید پس از آن شراب مسکر بنوشند مخصوصاً کسانیکه از سردرد و چشم درد مینالند. کسانیکه مزاجی سرد دارند باید در این موقع گوارش مسهلی بخورند.

اگر شخصی که مزاجش گرم است در اثر خرمای خشک با شیر آغوز یا فله در معده احساس نفخ و مالش نمود باید از مسهلهایی که معمولاً در فصل تابستان دستور میدهیم و بدن را گرم نمی کند بخورند.

اگر خرمای خشک را در شیر بخیسانند و بخوردن آن ادام دهند نیوری باء را زیاد می کند بخصوص اگر در شیر مقداری دارچین بریزند ولی اینکار برای مزاجهای گرم خطرناک است چه سبب

ابتلا به تب، دمل، سردرد و چشم درد شده و مخصوصا در فصول گرم این عوارض بصورت شدیدتری عارض می گردد.

اگر بعد از خون گرفتن اقدام به اینکار شو باز هم سودی ندارد زیرا نتیجه مطلوب بدست نمی آید و بتر آن است در خلال ایامی که آنرا مصرف می کنند بیکی از وسائلی که گفته ایم حرارت را فرو نشانند و موقعیکه احساس هیجان یکی از این عوارض را می نمایند فوراً آنرا اصلاح کنند و پس از آرامش مجدد اگر خواستند میل نمایند بهترین فصل خوردن خرما در موسم سرماست. در این فصل بدن را فربه می کند و بر قوت بقاء می افزاید، رنگ صورت را نیکو می سازد و بیماریها و دردهای ناشی از برودت را اگر در شخص وجود داشته باشد از ریشه علاج می نماید.

خرمای نارس (بسر) و خرمای ترد (قصب): این دو نوع خرما نیز در مزاج یبوست می آورند و از معده دیر خارج می شوند و نفخ بسیار تولید می کنند، با این حال با معده سازگارند.

خرمای تر (رطب)

خرمای تر گرم کننده است و تولید خون غلیظی می نماید که به سرعت تبدیل بصفرا می شود. برای مزاجهای حار و جگرهای گرم ناسازگار است و نیز برای کسانیکه زودزود به سردرد و چشم درد و گلودرد مبتلا می شوند و دچار جوشش و تاول در دهان م گردند و در جگر و طحال استعداد ابتلا به سده دارند زیان بخش است. خرمای تر اقسام گوناگون دارد، بدتر از همه برای مزاج خرمائی که جسم آن سنگین تر و حرارت آن شدیدتر و شیرینی آن بیشتر باشد. بطور کلی خرما برای امزجه گرم خوب نیست، کسانیکه مزاجشان گرم نیست و اعضای درونیشان هم ضعیف

نمی باشد و تحریک نمیشوند با خوردن خرما تر چاق می شوند و نیازی باصلاح ندارند.

کسانی که مزاجشان حار است پس از خوردن این نوع خرما باید اول دهن را با آب جوشیده نیم گرم چندین دفعه و بعد با آب سرد بشویند و مضمضه و غرغره نمایند. کسانی که خیلی مزاجشان گرم است باید با سرکه خالص غرغر و مضمضه کنند. اشخاصی که التهاب مزاجشان کمتر است باید با سکنجین این عمل را انجام دهند و بعد از آن مقداری سکنجین ترش ساده یا انار ترش یا سکنجین ترش یا آش آبغوره یا بعضی داروی سرد کننده ترش و یا آهال (سوپ گوشت گاو که با سرکه پخته باشند) و قریص و امثال آن بخورند. اگر پس از خوردن مزاج یبوست داشت و نفخ شکم سبب صدا و ناراحتی شد مقداری شراب گل سرخ مسهل و جلنجین ترمدمی بخورند.

زیب (مویز)

خاصیت معتدل دارد و حرارت زیاد تولید نمی کند. نوع قرمز آن شیرین تر و خاصیت قبض آن کمتر است، برای سینه و ریه و معده سازگار و کبدی را که جاذب رطوبت باشد فربه م سازد و جز باشخاصی که مزاج حار دارند بکسی آزار نمی رساند.

برای اصلاح آن سکنجین کمی میوه های ترش باید خورد، برای مزاجهای بارد نافع و نجاتی باصلاح ندارد مگر آنکه از خوردن آن در مزاج شخص نفخی تولید شده باشد و آنهم در صورتی است که روی آن آب زیادی نوبه باشن، این نفخ هم بزودی پراکنده و خارج می شود و از نسج روده ها بداخل نفوذ نمی کند و

از این جهت است که چنین نفخی بدخیم و خطرناک نیست و به آسانی از بدن خارج و بخوبی پراکنده می گردد.

کشمش

شیه بمویز است با این فق که اثر لنت کشمش در مزاج بیشتر و طبعاً خاصیت قبض آن کمتر و بآسانی از لوله هاضمه خارج می گردد.

یادآوری: یادتان هست در جلد قبل بیان داشتم اتر بزرگترین دانشمند ایران بلکه جهان روز زکریای رازی هم مطالبی در هر مورد می آورم تا با آنچه اسلام ر چند صد سال قبل از زکریا بیان داشته و آنچه را وی گفته هر دو را با حقایق علمی روز مقایسه فرمائید تا بین حاصل نمائید که نبی گرامی اسلام با وحی ارتباط داشته و ائمه اطهار از خاندان وحی بوده اند (باز هم به جلد قبل در این مرود مراجعه فرمائید)

قابل توجه

هدف کتاب اولین دانشگاه و آخرین پیامبر بیان اعجاز علمی قران و قمایسه حقائق آن با آخرین پژوهشهای علمی دانشمندان است و از این نظر که دانشمندان در رشته های مختلف علوم هر روز بکشف و تحقیق تازه ای نائل می شوند و در نتیجه چهره های جدیدی از حقائق قرآن آشکار می شود، مؤلف کتاب ناچار است که این گونه مباحث را تحت عنوان استدراک (آنچه قبلاً در دسترس نبوده است) در آخر هر جلد ضمیمه کند، اینکه شما در صفحات آینده با قسمتی از این حقائق قرآن و پژوهشهای علمی جدید آشنا خواهید شد.

استدراک

صفحه ۲۶ سطر ۸: در اینجا شرح دیگری که اشکالی را برطرف می کند لازم است و در بهداشت نسل داده می شود

صفحه ۷۲ سطر ۱۳: هر چند دژنرسانس عصبی باخرما اصلاح نمی شود

صفحه ۷۳ سطر ۱۲: و حلم و براباری بیشتر جنبه روانی دارد.

صفحه ۱۱۳ سطر ۸: علت چاق دشن و یا لاغر گردیدن را بسیاری چنین پنداشته اند: اگر بعد از خوردن انگور فعالیت در کار باشد قندش سوخته شخص ضعیف می شود و اگر پس از صرف انگور خواب و استراحت طولانی بود چاقی بوجود خواهد آمد.

صفحه ۱۱۴ سطر آخر: فراموش نفرموده باشید در جلد ششم بحث جالبی شده از خواص مضمضه کردن شیر که چه فوایدی از مله برای دندانها دارد و درباره الکل کافیت گفته شود کسانی که الکل راتی دردان بمدت کوتاه نگه میدارند دندانهایشان ترک ترک می گردد.

صفحه ۱۴۵ سطر اول: و پیردردی کش ما گرچه ندارد زر وزور خوش عطابخش و خطاپوش خدائی دارد.

صفحه ۱۵۰: افسانه های شراب: در افسانه های یونانی دیونوسوس (باکوس) خدای شراب بود بعد خدای مستی گردید و بالاخره پذیرفت خدای رستگاری بشر باشد شکل او نزد یونانیان بصورت کودک شاخدار (Zageros) و میگفتند پدرش زئوس (خدای خدایان) و مادرش دختر زئوس است اما زن پدر (زن زئوس) بنام هرا (Hera) بر منزلت اورشک برد و تیتان ها را تحریک کرد او ا بکشند و زئوس ازاین جهت او را بصورت گاو درآورد و زائو او را به لمه (Semele) داد و از او آبستن شد و بزاد دیونوس را.

دیو دوروس مورخ قرن اول پیش از میلاد افسانه خدای شراب را چنین دانسته: زاگرئوس به برکت زئوس از دمه تر (Demeter) پدید می آید که زئوس باران و دمه تر زمین است و از این قبیل افسانه ها زیاد است که هیچ جای گفتن در اینگونه کتابها ندارد و برای آن آورده شد که: همانگونه که همه میدانند فحاشی در کوکان در بزرگی مبدل به تملق و چاپلوسی م گردد و بهمین منوال در اجتماع قدیمتر افسانه خدای شراب چون اجتماعش بر شد بیشتری رسید مبدل باصطلاحات صوفیانه گردید و ...

صفحه ۱۷۴ سطر دوم، مصرف کم الکل هم میتواند در کبدی که قبلاً عفونت عفونت یا بعلت دیگری آسیب دیده است ریان بزند و ایجاد سیروز کبدی کند (نشریه انجمن پزشکان شماره سوم سال سوم صفحه ۶۵ ترجمه از مدارک علمی) اگر بعضی بیماران هر چکینی الکل حتی بمقادیر کم بنوشند در استخوانهای مبتلا شده و همچنین در کنونهای دیگر بیماری ممکن است درد پیدا شود ... همینطور در متاستاز کارسینوما درئوسوزینوفیلیک گرانولوما... (انتشارات

دانشگاه شماره ۱۱۲۷ بیماریهای خون صنفه ۳۲۲).

بیشتری رسید مبدل باصطلاحات صوفیانه گردید و ...

صفحه ۱۷۴ سطر ۱۲: الکل بین زن و مرد برای ایجاد حاملگی های نامشروع رل مهمی را دارد، زنان را متهور، ساده لوح و مسامحه کار می نماید. الکل حتی بمقدار کم به بیشتر مردان حالت تجاوز کارانه ای می دهد به طوری که اغلب مردان در چنین موادی کنترل خود را از دست می دهند. دکتر هورسلی گانت استاد دانشگاه جان هاپکینز پس از تجارب مختلفی که روی حیوانات به عمل آورد چنین نتیجه گرفت که الکل حتی بمقدار کم فعالیت جنسی را در سگها مشکل می سازد و مصرف زیاد آن فعالیت جنسی را بکلی از بین برده و در بعضی سگها نازائی های موقتی بوجود می آورد و دکتر فرد و دکتر بیخ میگویند عقیده غلطی است که الکل تحریکات جنسی ایجاد م یکنند بلکه الکل قیود اجتماعی که افراد را مجبور به کتمان و حیا می نماید از بین برده و اولین خاصیت آن از کار انداختن نقطه ای از مغز است که ناراحتی ها و ترسها از آنجا سرچشمه م گیرند و بهمین علت است که ما را در امور جنسی گستاخ تر می سازد (آفرین بر این دو دانشمند که به مفهوم واقعی کلمه «خمر» قرآن و قوف عالمانه حاصل کرده دانسته اند «خمر» خمر مغز است.

صفحه ۱۷۵ چهار سطر مانده به آخر: از لحاظ فیزیولوژی یکی از کارهای الکل مهار کردن هرمن ADH (Antidiuretic Hormone) هیپوفیز حلقی است که کار این هورمون جذب مجدد آب از لوله های پیچیده دور (دکستتال) کلیه و لوله های کولکتور (جمع کننده) کلیه است و وقتی این هرمن فلج شد چون آب جذب

نمی شود لذا ادرار زیاد می شود و همیشه انسان می بیند که مست شده ها شلوار خود را اغلب تر می کنند البته علت اصلی از کار افتادن حواس است اما زیاد بودن ادرار در مثانه هم در ایجاد اینحالت دخالت دارد (چه بسا که شبهای تعطیلات و مستی بسیاری از نامبردگان مشاهده شوند که آلت خود را در آورده مشغول ادرار کردن هستند کمبود هرمون ADH موجب دیابت بیمزه هم می شود. برعکس الکل که ترشح ADH را کم و در نتیجه ادرار را زیاد می کند بعضی مواد (مرفی آدرنالین ارژنین استیل کلین نیکوتین داروهای بیهوشی و ...) موجب تحریک ترشح ADH و کمی ادرار می گردد.

صفحه ۱۹۵ سطر ۷: پیدایش بیوست علل دیگری نیز دارد. نامنظم بودن زمان اجابت و عجله کردن و ...

صفحه ۱۹۵ سطر ۱۵:

قمار زنا مشروب و ... از گناهان بزرگی است که سخت مورد نکوهش اسلام قرار گرفته است اما سفارش اسلام اینست که دختر بمشروبخوار داده نشود و این مسئله مرا شدیداً به چنین سئوالی میداشت که چرا در امر ازدواج کار مشروبخواران به ابتدال بیشتر از موارد دیگر کشانده شده است (تاکنون مؤمنین قضیه را چنین توجیه م کردند که زندگی با کسیکه مست بخانه می آید سخت است در صورتیکه میتوان در غیر خانه مستیکرد و زندگی زن بامرد زناکار یا قمار باز اگر سخت تر نباشد آسانتر هم نیست) تا این که در همین چند روز اخیر اعلام علمی گردید (آخر مرداد ۴۹) که

اعتیاد بالکل دیگر در زمره بیماران روانی نبوده جنبه ارثی یافته است زیرا ضمن بررسیها به این نتیجه رسیده اند که نزد فرزندان اشخاص معتاد سوخت و ساز غذایی چون بمرحله اسید لاکتیک رسید (در جلد‌های قبل باین مراحل اشاره شد) نقص (احتمالاً) نقص دیاستازی یافته و چنین فرزندی خود را نیازمند شرب الکل می یابند (چنانچه در مراحل احتیاج اشخاص عصبانی بدخانیات محسوس است) یعنی هم اکنون باثبات رسیده فرزندان اشخاص معتاد زمینه و استعداد بسیار مساعدی جهت پذیرش اعتیاد بالکل دارند و از این جهت که معتادین در اجتماع بناچار زیاد نشوند امام علیه السلام انتخاب همسر مشروب‌خوار را ممنوع ساخته است.

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟

سوره زمر / ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ. ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفاً علمی و به دور از تعصبات و جریان‌های اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب «مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می‌نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱. بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)
۲. تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی
۳. جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه، تبلت ها، رایانه ها و ...
۴. سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو
۵. گسترش فرهنگ عمومی مطالعه
۶. زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱. عمل بر مبنای مجوز های قانونی
۲. ارتباط با مراکز هم سو
۳. پرهیز از موازی کاری

۴. صرفا ارائه محتوای علمی

۵. ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱. چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲. برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳. تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴. تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵. ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶. تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷. راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸. طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹. برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰. برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

JAVA.۱

ANDROID.۲

EPUB.۳

CHM.۴

PDF.۵

HTML.۶

CHM.۷

GHB.۸

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

ANDROID.۱

IOS.۲

WINDOWS PHONE.۳

WINDOWS.۴

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

در پایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می
نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آواده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک ۱۲۹/۳۴ - طبقه
اول

وب سایت: www.ghbook.ir

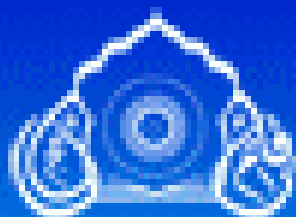
ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۰۲۱ - ۸۸۳۱۸۷۲۲

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹



مرکز تحقیقاتی و ترجمانی

اصفهان

گامگاه

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

