



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی



عمران
علیه السلام

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



نامه زرین سلامت

ترجمه رساله ذهبیه

مستوفی به حضرت امام علی بن موسی الرضا

مجله علمی



ترجمه و تحقیق

دکتر محمد فریاب

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

نامه زرین سلامت : ترجمه رساله ذهبیه منسوب به علی بن موسی الرضا علیه السلام

نویسنده:

محمد دریایی

ناشر چاپی:

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۸	نامه زرین سلامت : ترجمه رساله ذهبیه منسوب به علی بن موسی الرضا علیه السلام
۸	مشخصات کتاب
۸	اشاره
۱۰	فهرست مطالب
۱۳	سخن ناشر
۱۵	درآمدی بر متون اسلامی
۲۵	خلاصه زندگانی امام رضا علیه السلام زادگاه امام همام
۲۵	اشاره
۲۵	کنیه
۲۵	لقب ها
۲۵	اشاره
۲۵	مشهورترین لقب ها
۲۶	ولادت
۲۶	فرزندان
۲۶	شهادت
۲۶	اشاره
۲۷	از مدینه تا طوس
۲۸	از مدینه تا بصره
۲۸	از بصره تا سوق الاهواز
۲۹	از اهواز تا فارس
۲۹	از فارس تا یزد
۳۰	از یزد تا خراسان
۳۰	امام در خراسان

۳۱	تحلیل فریاد توحید امام از تربیون نیشابور
۳۵	مقدمه
۳۵	اشاره
۳۶	در خلال وقایع
۳۷	تاریخ نامه طلایی (تاریخ صدور و تقریر رساله ذهبیه)
۳۸	مفاد رساله ذهبیه
۴۴	روش تحقیق
۴۹	ترجمه تصویر دستخط مأمون عباسی بر «رساله ذهبیه» امام رضا علیه السلام
۵۳	بخش اول: سابقه تاریخی و روایی طب الرضا علیه السلام
۵۶	بخش دوم: پیام های زرین بهداشتی امام رضا علیه السلام
۵۶	اشاره
۵۷	الگوهای نمادین اندام بدن
۶۰	خصلت ها و سرشت بدن آدمی
۶۳	بخش سوم: معجون دارویی، غذایی رضوی
۶۳	ویژگی های نوشابه حلال
۶۵	اصول بهداشتی مصرف خوراکی ها و نوشیدنی ها
۶۸	بخش چهارم: آداب استحمام
۷۲	بخش پنجم: آداب بهزیستی و بهداشت فردی
۸۰	بخش ششم: آداب سفر و احکام آب ها
۸۴	بخش هفتم: مزاج شناسی؛ شناخت مزاج ها و بهداشت روانی
۸۴	شناخت مزاج ها
۸۵	آداب خواب و بیداری
۸۷	آداب مسواک کردن ، بهداشت دهان و دندان
۸۸	ادوار حیات انسان
۹۱	بخش هشتم: مدیریت و ساماندهی بدن، آداب حجامت و فصد
۹۱	مدیریت و ساماندهی بدن

۹۱	آداب صحیح حجامت
۹۴	آداب فصد (خون گیری)
۹۹	بخش نهم: مواد غذایی ترکیبی و تعارض های غذایی و آداب زناشویی و امور جنسی
۹۹	مواد غذایی ترکیبی و تعارض های غذایی
۱۰۱	آداب زناشویی و امور جنسی
۱۰۵	مدعیان دروغین بهداشت و سلامت
۱۰۷	بخش دهم: توضیحات و پی نوشتها
۱۰۷	اشاره
۱۱۰	ذکر فصول السنه
۱۱۲	پاورقی های متن "طب الرضا" (ادامه):
۱۲۹	نمایه مفردات گیاهی و واژه های طبی
۱۳۸	فهرست منابع
۱۴۰	تصاویر
۱۷۲	درباره مرکز

نامه زرین سلامت : ترجمه رساله ذهبیه منسوب به علی بن موسی الرضا علیه السلام

مشخصات کتاب

سرشناسه: علی بن موسی (ع)، امام هشتم، 153؟ - 203ق.

عنوان قراردادی: طب الرضا. فارسی

عنوان و نام پدیدآور: نامه زرین سلامت: ترجمه رساله ذهبیه منسوب به علی بن موسی الرضا علیه السلام؛ ترجمه و تحقیق محمد دریایی.

مشخصات نشر: مشهد: بنیاد پژوهش های اسلامی، 1389.

مشخصات ظاهری: 152 ص. مصور (رنگی)، نمونه.

شابک: 19000 ریال 0-370-971-964-978

وضعیت فهرست نویسی: فاپا

یادداشت: کتابنامه: ص. [119] - 120.

یادداشت: نمایه.

موضوع: پزشکی اسلامی -- متون قدیمی تا قرن 14

بهداشت -- متون قدیمی تا قرن 14

سلامتی -- متون قدیمی تا قرن 14

شناسه افزوده: دریایی، محمدرسول، 1330 - ، مترجم

رده بندی کنگره: R128/3ع8ط 1389 2041

رده بندی دیویی: 610/917671

شماره کتابشناسی ملی: 2023113

ص: 1

اشاره

نامه زرین سلامت

ترجمه رساله ذهبیه منسوب به علی بن موسی الرضا علیه السلام

ترجمه و تحقیق محمد دریایی.

ص: 2

سخن ناشر 5

درآمدی بر متون اسلامی 7

واکاوی متن «طب الرضا» در فرآیند تاریخ 7

خلاصه زندگانی امام رضا علیه السلام 17

از مدینه تا طوس 19

فریاد سبز توحید؛ خط سرخ شهادت 19

تحلیل فریاد توحید امام از تریبون نیشابور 23

مقدمه 27

در خلال وقایع 28

تاریخ نامه طلایی (تاریخ صدور و تقریر رساله ذهبیه) 29

مفاد رساله ذهبیه 30

روش تحقیق 36

ترجمه تصویر دستخط مأمون عباسی بر رساله ذهبیه امام رضا علیه السلام 42

بخش اول: سابقه تاریخی و روایی طب الرضا علیه السلام 45

بخش دوم: پیام های زرین بهداشتی امام رضا علیه السلام 48

الگوهای نمادین اندام بدن 49

خصلت ها و سرشت بدن آدمی 52

بخش سوم: معجون دارویی، غذایی رضوی 55

ویژگی های نوشابه حلال 55

اصول بهداشتی مصرف خوراکی ها و نوشیدنی ها 57

بخش چهارم: آداب استحمام 60

بخش پنجم: آداب بهزیستی و بهداشت فردی 64

بخش ششم: آداب سفر و احکام آب ها 72

بخش هفتم: مزاج شناسی؛ شناخت مزاج ها و بهداشت روانی 76

شناخت مزاج ها 75

آداب خواب و بیداری 77

آداب مسواک کردن، بهداشت دهان و دندان 79

ادوار حیات انسان 80

بخش هشتم: مدیریت و ساماندهی بدن، آداب حجامت و فصد 83

مدیریت و ساماندهی بدن 83

آداب صحیح حجامت 83

آداب فصد (خون گیری) 86

بخش نهم: مواد غذایی ترکیبی و تعارض های غذایی، و آداب زناشویی و... 91

مواد غذایی ترکیبی و تعارض های غذایی 91

آداب زناشویی و امور جنسی 93

مدعیان دروغین بهداشت و سلامت 97

بخش دهم: توضیحات و پی نوشتها 99

ذکر فصول السنه 102

نمایه مفردات گیاهی و واژه های طبی 115

فهرست منابع 119

از منظر شیعه همه امامان معصوم علیهم السّلام نور واحدند و به اقتضای شرایط زمان و مکان، در زندگانی هریک از ایشان، جلوه هایی از گفتار و رفتارشان درخشان تر به چشم آمده است. در این میان، زندگانی امام علی بن موسی الرضا علیه السّلام، خود جاوی مفاهیمی بلند از هجرت، غربت و شهادت است.

چنان که مورخان و اصحاب تراجم یاد کرده اند، از القاب ویژه امام رضا علیه السّلام «عالم آل محمد صلّی الله علیه و آله» است و این ضرورت بهره گیری از آموزه های آن امام همام را می نمایاند.

در پی تصمیم مأمون، خلیفه عبّاسی، و دعوت از امام علیه السّلام برای هجرت به مرو، زمینه ای برای بروز و ظهور شمه ای از علوم الهی آن حضرت فراهم آمد که متن «رساله طب الرضا» نیز از آن نمونه هاست.

بی گمان متن موسوم به «طب الرضا» به باور فرهیختگان متخصص حوزه خلافت مأمون و نیز صدها پزشک و متخصص و فیلسوف و حکیم، شایسته ترین متن آموزشی- کاربردی در تحقق سلامت و بهداشت انسان است؛ زیرا هرچند به ظاهر، مخاطب این متن حکیمانه مأمون است، ولی امروز نیز جامعه بشری، برای دستیابی به سلامت جامع و فراگیر، سخت به فرازهای درخشان این پیغام نیازمند است.

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی در راستای انجام یکی از وظایف خطیر خود مبنی بر معرفی و ترویج معارف نورانی اهل بیت علیهم السّلام، به ویژه ولی نعمتان حضرت

امام علی بن موسی الرضا، علیه افضل التحیه و الثناء، کتاب حاضر را با عنوان نامه زرین سلامت؛ ترجمه رساله ذهبیه، که به اهتمام آقای دکتر محمد دریایی، متخصص علوم زیستی و گیاهان دارویی، آماده شده است، چاپ و منتشر می سازد؛ بدان امید که زمینه شناخت بیشتر و عمل به تعالیم ارزنده امامان معصوم علیهم السّلام فراهم آید.

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی

ص: 6

واکاوی متن «طب الرضا» در فرآیند تاریخ

اقبال روزافزون مردم جهان به ویژه ایران به «طب اصیل مکمل» و بازگشت به طبیعت و «تغذیه سالم»، لزوم واشکافی در متون معرفت دینی را ضروری می سازد و چرایی نقد و بررسی متون اصیل اسلامی را در عرصه پژوهش های تطبیقی موضوع تغذیه، بهداشت و سلامتی توجیه می کند.

پیشوایان سترگ جامعه بشری، همواره بر ضرورت تغذیه صحیح و شیوه زندگی سالم پای فشرده اند. طبعا اگر قرار باشد با رهیافت های متون اسلامی، یکسره از میراث غنی متون روایات خود-که آن را نخوانده، گذاشته ایم- جدا شویم، مشکلی بزرگ در تمامی ابعاد زیستی در زمینه بهداشت و تغذیه و غایت هدفمند دین مبین که سلامت روانی و جسمی مخاطبان معرفت دینی است، ایجاد می شود. در واکاوی های ژرف متون روایات، ما به عنوان باورمندان به نظام منسجم و مترقی الهی-اسلام-به بیش از 5000 روایت و حدیث در خصوص مسائل تغذیه، بهداشت و سلامت و فهرست گسترده مأكولات و مشروبات جایز و حلال برمی خوریم که در عرصه جهانی از اهمیت ویژه ای برخوردار است. در میان سلسله پیامبران عظام الهی و نیز ائمه معصومین علیهم السلام، فزون تر از همه، پیامبر اعظم، امام الموحدين علی علیه السلام و نیز سه پیشوای راستین اسلام؛ امام باقر، امام صادق و امام رضا علیهم السلام، بیش از سایر ائمه در عرصه پزشکی، بهداشت، تغذیه و سلامت افاضه لطایف فرموده اند. هرچند که کلام نور واحد شمرده می شوند، لیک براساس

مقتضیات زمانی و شرایط مکانی و عرصه آزادی بیان و تبیین حقایق، و ظرفیت مخاطبان هم عصر خویش و مناسبات فرهنگی - اجتماعی، ظرفیت پذیرش فرهیختگان در تقابل با تهاجم فرهنگ یونان، از ویژگی های خاصی برخوردار بوده است. رشد و شکوفایی خردورزی و توسعه تعقل فلسفی و دلایل و براهین عقلانیتی که اهل آن، همواره با عینک فلسفه و برهان علمی می نگرند، فرآیند توجیحات علمی و طبی از سوی معصومین علیهم السلام را ضروری می ساخته است.

بی گمان تا پیش از اسلام و پیشوایان منصوص و برحق آن، آموزه های طبی و تشریح مفردات دارویی به دقت و ژرفایی و گستره بیانات معصومین علیهم السلام نبوده است و اساسا هیچ متن مدون معرفت دینی و فلسفی و پزشکی که در حدّ ایجاز و اعجاز به شمار آید، پیش از تبیین ژرفانه سه پیشوای بزرگ اسلام [امام باقر، امام صادق و امام رضا علیهم السلام] در حوزه سلامت و بهداشت به لحاظ لایه های زبانی و معناشناختی در هیچ مکتبی از سوی هیچ فرهیخته ای، جز در دوران شکوهمند نوزایی اسلامی که آن نیز توسط ائمه شیعه بوده، مطرح نشده است. پزشکان مسیحی، یهودی، زرتشتی و حکیمان مصر، یونان و هند و چین نیز در این روند به پایه مواهب علمی پیشوایان شیعه نمی رسند؛ چنان که اکثر قریب به اتفاق آنان، متواضعانه، به ژرفایی مفهومی و کاربردی آموزه های طبی و دارویی ائمه معصوم علیهم السلام اذعان داشته اند...

در رویکردهای تاریخ طب، در میان ادیان و مکاتب و نحله های شبه دینی، آموزه های کاذب طبی، رویکردی سلف سروسی داشته اند، به این معنا که دانشوران شاخص، از هر کیش و آیین و دینی در عرصه طب و تغذیه، گزاره هایی برگرفته و سرانجام ملغمه ای از آموزه ها و آداب و آرای موجود در مکتبی را به خورد انسان داده اند، اما در مورد بیانات و آموزه های حکیمانه امامان شیعه، ماهیت و هویت فرازها و تحلیل ها، ژرف و گسترده و فراتر اینکه متصل به سرچشمه فیاض الهامات الهی است. کوتاهی متن و گزاره گرایی طب الصادق علیه السلام، به ویژه طب الرضا علیه السلام، روانی و سلاست و سادگی، مشترکات مفهومی با طب اصیل و بومی همه اعصار، بهترین امکان را در تأثیر کلام معصوم در عالی و دانی، وضع و شریف، غنی و فقیر، حکیم و فقیه، و عالم و آگاه، فراهم ساخته است.

منبع فیاض انبوه این گونه روایات حیات بخش، کتاب پرصلابت وسایل الشیعه شیخ حرّ

عاملی رحمه الله، خصال شیخ صدوق رحمه الله، عیون اخبار الرضا علیه السلام، کافی شیخ کلینی رحمه الله، ارشاد شیخ مفید رحمه الله و ذیل و حواشی تفاسیر آیات طبی و بهداشتی قرآن حکیم برگرفته از آرای مفسران عظام شیعه بوده است. و در مقام دوم، کتب تشریحی قانون در طب شیخ الریس بوعلی سینا، تذکره داوود انطاکی، جامع مفردات الادویه و الاغذیه ابن بیطار، الحاوی فی الطب محمد بن زکریا رازی، حیاة الحیوان دمیری، طبقات الاطباء ابن جلجل، الفهرست ابن ندیم، و صدها کتاب دیگر که همگی به فیض اشارات پیشوایان دین مبین گرد آمده است، از این تبارند. می پذیریم که در طب های کاذب و انحرافی، تغذیه و سلامت مردم را به مخاطره انداخته اند، اما در حوزه دین مداری نیز یک کار نظام مند، تحلیلی، علمی و مستند به دیدگاه های خبرگان که نیاز امروز بشر عطشناک به معنویت است صورت نگرفته است، و نکته مهمی که در این رویکرد مغفول مانده، غایت هدفمند شریعت و الهیات می باشد که آن عبارت از سلامت روح و روان و جسم است که با تغذیه و بهداشت پیوندی ناگسستنی دارد. برای تحقق سعادت انسان در نظام معرفت دینی و برهان قرآن، گزینه های صحیح و بهداشتی مواد خوراکی مورد توجه است؛ چه اینکه زمینه را برای پیشگیری از جرم و جنایت و آلودگی و گناه فراهم می آورد.

متن طب الرضا به باور فرهیختگان متخصص حوزه خلافت مأمون، مانند یوحنای ماسویه، جبرئیل بختیشوع، صالح بن بهلمه هندی و صدها پزشک و متخصص و فیلسوف و حکیم و اهل علم و کلام، شایسته ترین متن آموزشی-کاربردی در تحقق سلامت و بهداشت و سعادت انسان نه تنها در دوران مشعشع طلایی رنسانس اسلامی و خلافت عباسیان است، بلکه اگر ژرف اندیشانه و بی غرضانه مورد نقد و کاوش و پژوهش قرار گیرد، همین امروز در این دنیای مدرنیته نیز می تواند پاسخگوی نیازهای پزشکی، بهداشتی و سلامت انسان های هم عقب نگهداشته شده و نیز مترقی باشد. درست است که این متن از دنیای سنتی و معنوی آمده، اما فرازهای آن هر یک می تواند عنوان پژوهش و کاوش دنیای دانش و همایش و همگرایی خردورزانه در جهان طب و بهداشت باشد.

به ظاهر مخاطب این متن حکیمانانه، مأمون خلیفه عباسی است که امام در مقام ولایت رضوی در جای جای متن «رساله ذهبیه» می فرماید: «خلیفه باید بداند... و این کلام را با تحکم و الزام بیان می فرماید... زیرا اگر خلیفه، خلیفه راستین می بود باید این آموزه ها را

خود نیک می دانست و نیازی به یادآوری نداشت و اگر خلیفه بر جای بزرگان تکیه زده و مقام و مسند الهی را غصب کرده است (که چنین بود)، پس باید به فرمان امام و خلیفه برحق مسلمانان گوش جان می سپرد و مطیع امر مولای خویش می بود. مأمون در ظاهر فرمان داد متن رساله شریفه را با آب زر بنویسند و آن را به عنوان یک دستور العمل لازم الاجرا به همه سازمان های دولتی خلافت ابلاغ نمود. امروز نیز جامعه بشری سخت به فرازهای درخشان این پیام نیازمند است. برای رهایی از مشغله های جهان مدرن، متن یاد شده بهترین امکان را در دستیابی به «سلامت جامع و فراگیر» به انسان می دهد.

فراموش نکنیم که «حکمت سلامت» به معنای آرامش در اوج رفاه و در عین حرکت و پویایی به سوی غایت هستی است، و بی گمان این متن پر معنا، انسان را با این زمینه ها همراه کرده، او را به خود خویشتن و هویت فطری اش، یعنی خود معرفت دینی فرا می خواند و برای زندگی و تکاپو شایق تر می سازد.

البته پیام فرازهای این متن با آموزه های طبی غیر دینی تفاوتی جدی دارد، چراکه ویژگی متن دینی این است که با حقیقت پنهان در میان واژه ها، پنجره ای فراروی مخاطب می گشاید که در دوران مدرنیته بسته مانده است. انسان امروز در تمام ابعاد، دچار بحران معناست و معنا را باید در متن دینی یافت، و فراموش نشود که انسان امروز به هر حال انسان است و شاخصه متن دینی این است که به مخاطب این نکته را گوشزد کند که: مرغ

باغ ملکوت، نیم از عالم خاک...

و شاید مخاطبی که از این متن آغاز می کند، بعدها راحت تر بتواند سراغ «حکمت سلامت»، غایت انسانی و هدفمندی آفرینش برود، چرا که متن رساله، به سان جرقه ای است که مخاطب پس از خواندن، تحلیل و کاربرد فرازهای آن، برای نقد و پژوهش های بعدی شایق تر می شود.

علی بن عبد العالی کرکی مشهور به محقق کرکی از عالمان برگزیده عصر صفوی است که مرحوم علامه مجلسی در کتاب بحار الانوار، آن مرقومه مخطوط را به خط شیخ اجل، علامه کامل در فنون و علوم و ادب رایج ملل و فرهیخته دین شناس معرفی نموده و به نقل از آن عالم دین باور و عامل به احکام شریعت، آموزه های طبی امام را «نامه طلایی» در طب می نامد که هشتمین اختر تابناک ولایت حضرت امام علی بن موسی الرضا علیه السلام آن را به درخواست مأمون و برای دانشمندان فرهیخته دربار وی تقریر کرده و نگاشته است...

محقق کرکی در عصر صفویه از مهاجران علمای شیعه لبنان بوده که از فشار عثمانیان به دیار عشق و ولایت و ایمان، زادگاه تبلور و تجلی عشق به اهل بیت علیهم السلام کوچ نموده و به نشر معارف و تبیین راستین مذهب حقه امامیه پرداخته و در این راه جانکاه، مشقت و مرارت فراوان را متحمل گردیده است. و با عشق عمیق به ترویج آرمان های مقدس اهل بیت علیهم السلام و تصحیح معارف شیعه، آثار مکتوب به جا مانده از اسلاف را از گزند حوادث مصون داشته و با چالشی فراگیر به رونق معرفت دینی در عصر صفویه پرداخته است.

مؤلف کتاب ارزشمند نقش خاندان کرکی در تأسیس و تداوم دولت صفویه در تجلیل و تحلیل از مقام والای محقق کرکی چنین نگاشته است:

عصر صفوی در ایران فصل نوینی را در تاریخ تشیع گشود؛ چرا که نه تنها علمای شیعه داخل ایران از اختناق و فشار حکومت های غیر شیعی رهایی یافتند، بلکه شیعیانی که در قلمرو امپراتوری عثمانی می زیستند و پیوسته تحت آزار و پیگرد بودند نیز به ایران روی آوردند. شیخ بهاء الدین عاملی (شیخ بهایی)، شیخ حرّ عاملی و محقق کرکی از جمله نامدارترین عالمان شیعه بودند که از جبل عامل لبنان به ایران کوچیدند و با استقبال دولت صفویه روبه رو شدند. بی شک بررسی سیر مهاجرت این افراد و تأثیری که بر دین و دولت در جامعه عصر صفوی بر جای نهادند، می تواند دستمایه پژوهش های بسیاری قرار گیرد.

کرک نوح که خاستگاه محقق کرکی است، شهری است در جنوب غربی بعلبک و در منطقه بقاع لبنان. این شهر که در زمان عثمانی چهار برابر بیروت جمعیت داشت از مراکز علمی شیعه بود و شمار زیادی از عالمان شیعه در آن می زیستند.

یکی از این عالمان و شاید معروف ترینشان، علی بن عبد العالی کرکی مشهور به محقق کرکی بود. سفرهای مکرر او به ایران در پی آشنایی اش با شاه اسماعیل بود که زمانی در نجف با او ملاقات کرده بود. در این دوران، شاه اسماعیل برای تأسیس دولت خویش، نیاز مبرمی به علما و فقهای امامیه داشت. او در ایران تشکیل دولت داده بود و تلاش می کرد در بخش های مذهبی آن، یعنی موقعیت شیخ الاسلامی و صدارت از علما استفاده کند. کرکی زمان شاه اسماعیل دو بار به ایران آمد، اما به نظر می رسد بعد از آن، در روزگار شاه تهماسب به تدریج خانواده خود را به ایران آورده باشد؛ چون دو پسری که از وی

می‌شناسیم هر دو در ایران ساکن شدند. استقرار خانواده کرکی در ایران را باید سرآغاز هجرت های بعدی دانست؛ هجرت هایی که نتیجه آن سرازیر شدن شمار زیادی از علمای عرب شیعه در عراق عرب به سوی عراق عجم و استقرار آنان در شهرهای اردبیل، تبریز، قزوین، مشهد و در دوره بعد، اصفهان بود.

در این مسیر تا آنجا که به صفویه مربوط می‌شد، مهم ترین هدف از مهاجرت آنان، رواج تشیع در ایران بود. گرچه شاید از دید خود عاملی ها، رهایی از فشار عثمانی یکی از مهم ترین دلایل به شمار می‌آمد. آنچه مهم است، اینکه نفس این مهاجرت، به خصوص مهاجرت محقق کرکی برای عثمانی بسیار گران تمام شد؛ زیرا شیعیان کرک نوح رعایای عثمانی بودند و طبعاً فرار یکی از آنان به ایران و نقش مهم وی در تکوین دولت صفوی، از نظر عثمانی ها خیانت تلقی می‌شد.

برای این مهاجرت چهار جنبه، حائز اهمیت است و صدها شاهد بر آن وجود دارد؛ اولاً تأثیر خاص آن در رواج تشیع که ده ها، بلکه صدها شاهد بر آن وجود دارد. ثانیاً مقابله با تصوف به طوری که به رغم حضور گرایش عرفانی در جامعه شیعه، علمای جبل عاملی با تصوفی که خانقاه شیخ صفی مروّج آن بود مخالف بودند و تا پایان تلاش می‌کردند تا تصوف را از میان ببرند. ثالثاً تأثیر در رواج اندیشه فقاهتی در این دوره که خودبه خود سبب تقویت موضع فقها و مجتهدان جامع الشرایط شد و رابعاً تأثیر آن ها در رواج اندیشه سیاسی-فقهی شیعه که یکی از مهم ترین وجوه آن، رواج نماز جمعه بود که بیش از همه، علمای عرب جبل عاملی در آن مؤثر بودند.

شاه تهماسب اول مهم ترین نقش را در استقبال از علمای عرب داشت. او آگاه بود که اینان فقیه هستند و با علمای ایران متفاوت اند. علمای ایرانی، ادبیات، فلسفه و کلام می‌دانستند، اما چندان از فقه و علوم شرعی آگاهی نداشتند. به همین دلیل از شاه تهماسب نقل شده است که می‌گفت او فقط برای مناصب دینی-اداری، عالم جبل عاملی می‌خواهد. البته اختلاف نظر تربیتی و فکری میان دوگونه عالم ایرانی و عرب شیعه به سرعت خود را در عمل نشان داد، به طوری که گاه میان عالمانی مثل کرکی و علمای ایرانی مثل غیاث الدین منصور دشتکی سبب تقار و اختلاف می‌شد و شاه تهماسب نیز در حمایت از امثال کرکی و استوار کردن جای پای او در دربار تردیدی به خود راه نمی‌داد.

توجه به این نکته هم جالب است که شهید ثانی، علمای شیعه ایرانی را ناآشنا با متون عربی اصیل و ناوارد در فقه و اجتهاد می دانست و می گفت که آنان بیشتر در منطق و کلام تسلط دارند.

از دیگر تأثیرات هجرت علمای شیعه جبل عامل به ایران، تقویت حوزه های علمی - دینی در اصفهان، قزوین، تبریز و مشهد بود. در واقع، آن ها ادامه دهنده راه فقهای اصیل شیعه در عراق به ویژه در شهرهای حله و نجف بودند. همزمان با تشکیل دولت صفوی و پس از آنکه این دولت به رشد تشیع و تقویت فرهنگ شیعی توجه نشان داد، بسیاری از کتاب های عربی شیعه که نسخه های خطی آن بیرون از ایران بود، همراه مهاجران به ایران آورده شد. در نتیجه وارد شدن این کتاب ها و قرار گرفتن آن ها در کتابخانه سلطنتی، کتابخانه مقبره شیخ صفی و همین طور کتابخانه های مدارس، پشتوانه فرهنگ علمی شیعه، قوی تر و نیرومندتر شد؛ چنان که بسیاری از این کتاب ها تا به امروز در کتابخانه های بزرگ کشور برجای مانده است.

همچنین نسلی از عالمان ایرانی که برای تحصیل عازم نجف شده بودند، به سرعت رشد کردند و به تدریج ادامه دهنده حرکت علمی شیعه در ایران شدند. یک نمونه برجسته روزگار شاه تهماسب، مقدس اردبیلی (م 993 ه.ق) است که در نجف به تحصیل پرداخت و شاگردان وی بعدها در همان شهر و در ایران مکتب فقهی او را استمرار دادند، در حالی که او هیچ گونه مشارکتی در دولت صفوی نداشت.

زندگی محقق کرکی از ولادت تا وفات، در سه فصل «محقق کرکی»، «محقق کرکی و سلاطین صفوی» و «فرمان شیخ الاسلامی محقق کرکی از سوی تهماسب» خلاصه و تبیین می گردد. تأثیر کرکی بر سرنوشت فکری، فقهی و سیاسی صفویه از جمله شرح دیدگاه او درباره نماز جمعه بر پایه نظریه ولایت فقیه از ویژگی سیاسی او سرچشمه می گیرد.

رساله نماز جمعه کرکی نه تنها به دلیل اینکه در موضوع نماز جمعه بود مهم تلقی می شد، بلکه اهمیت آن از این جهت هم بود که کرکی اندیشه سیاسی شیعه به ویژه ولایت فقیه را در همین رساله مطرح کرده، مورد بررسی قرار داد. او رساله خود را در سال 921 ه.ق یعنی زمان شاه اسماعیل تألیف کرد که در آن زمان هنوز موقعیت چندان مهمی از لحاظ حکومت نداشت. کرکی مفروض اصلی خود را درباره اقامه نماز جمعه در

عصر غیبت، بر پایه اثبات نیابت فقیه برای امام معصوم علیه السلام قرار داد. آن زمان برخی این شبهه را مطرح می کردند که غیبت طولانی امام زمان (عج) سبب تعطیلی احکام شریعت می شود و پاسخ شیعیان این بود که مجتهدان، نایب امام زمان (عج) هستند و بدین سان احکام، حدود و عبادات تعطیل نمی شود.

در واقع برای کسانی که به حرمت نماز جمعه قائل بودند، مسئله مهم این بود که در روایات مربوط، وجوب وقتی است که یا امام معصوم باشد یا نایب خاص او. محقق کرکی این امر را به نایب عام هم تسری داد. وی با استناد به دیدگاه علامه حلی در کتاب مختلف مبنی بر کفایت وجود فقیه برای اقامه نماز جمعه، مسئله را حل کرد. محقق کرکی این دیدگاه را که فقیه برای حکم و افتاء منصوب شده است نه نماز جمعه، نادرست دانست.

فصل دیگری از «زندگی و نقش خاندان کرکی در تأسیس و تداوم دولت صفوی» به آثار مکتوب و شاگردان وی اختصاص دارد. شاگردان کرکی به سه بخش شاگردان عرب، شاگردان ایرانی (غیر استرآبادی) و شاگردان استرآبادی تقسیم شده اند. نزد محقق کرکی، استرآبادی ها جایگاه نخست را داشتند و این بدان دلیل بود که استرآباد یکی از مراکز اصلی شیعه در ایران آن عصر به شمار می آمد.

علاوه بر شاگردان کرکی، فرزندان و نوادگان او نیز عالمان برجسته ای شدند و برخی در دولت صفوی مناصبی را به دست آوردند. در خلاصه التواریخ منشی قمی آمده است: پس از اشغال عراق به دست عثمانی ها، خاندان کرکی، همگی به ایران مهاجرت کردند.

بنابراین می توان گفت که حتی اگر کرکی، فرزندان او را در سال 936 به ایران آورده و پس از آن در سال 939 به عراق مراجعت داده بود، آنان در سال 941 همزمان با اشغال عراق عرب از سوی عثمانی ها به ایران بازگشته اند.

معروف ترین نوادگان محقق کرکی که از بزرگان فلسفه ایران عصر صفوی به شمار می آید، محمد باقر استرآبادی مشهور به میرداماد، نواده دختری اوست. میرداماد فرزند میر شمس الدین محمد حسینی استرآبادی است که به دلیل وصلت با دختر محقق کرکی به داماد معروف شد. (1)

ص: 14

1- - به نقل از کتاب نقش خاندان کرکی در تأسیس و تداوم دولت صفویه، نوشته استاد رسول جعفریان (با تلخیص).

به هر تقدیر مرحوم علامه مجلسی در بحار الانوار نقل می کند که شیخ اجل، علامه کامل و فرهیخته دین و مذهب و نور دین و دانش علی بن عبد العالی کرکی، طب الرضا را به خط خود نگاشته و به گنجینه معارف تاریخ بشری سپرده است.

این رساله رسا و شیوا از نفیس ترین و گرانبهاترین مواریث اسلامی، در زمینه دانش پزشکی است، و به طور اجمال شامل رشته هایی از علوم پزشکی می باشد و بخش زیادی از طب پیشگیری را نیز بیان کرده است، همچنین شامل دانش شیمی و تغذیه و بسیاری از علوم دیگر می باشد.

شایسته است متن و مفاهیم ارزشمند این معارف ژرف در حوزه های علمی و عرصه های دانشگاهی و محافل علمی به عنوان واحد درسی و پژوهشی مورد تدریس و تعلیم قرار گیرد، تا آموزه های علمی و کاربردی آن مورد امعان نظر فزون تر قرار گرفته و در راستای آرمان های مترقی شیعه به اجرا درآید.

در پایان از جناب حجه الاسلام و المسلمین آقای علی اکبر الهی خراسانی مدیر عامل محترم و جناب آقای دکتر امیر سلمانی رحیمی معاون محترم پوهشی بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی که کوشیده اند تا اثری ماندگار تقدیم دوستداران اهل بیت علیهم السلام گردد، تشکر و قدردانی می نمایم. خداوند به همگان، اجر جزیل و پاداشی شایسته عنایت فرماید.

محمد دریایی

(1388/3/15).

ص: 15

اشاره

هشتمین پیشوای شیعیان امام علی بن موسی الرضا علیه السلام در مدینه دیده به جهان گشود.

کنیه

ابو الحسن و ابو علی.

لقب ها

اشاره

رضا، صابر، زکی، ولی، فاضل، وفی، صدیق، رضی، سراج الله، قره عین المؤمنین، نور الهدی، مکیده الملحدين، کفو الملک، کافی الخلق، رب السریر و رثاب التدبیر.

مشهورترین لقب ها

مشهورترین لقب آن حضرت «رضا» است و در سبب اختصاص این لقب گفته اند:

«ایشان از آن رو رضا خوانده شدند که در آسمان خوشایند اهل آسمان و در زمین مورد خشنودی پیامبر خدا و امامان پس از او بودند». همچنین گفته شده: «از آن رو که همگان، خواه مخالفان و خواه همراهان، به او خشنود بودند». سرانجام گفته شده است: «از آن رو او را رضا خوانده اند که مأمون به او خشنود شد».

ولادت

ولادت آن حضرت در سال 148 ه.ق یعنی همان سال وفات امام صادق علیه السلام بوده است؛ چنان که مفید، کلینی، کفعمی، شهید، طبرسی، صدوق، ابن زهره، مسعودی، ابو الفداء، ابن اثیر، ابن حجر، ابن جوزی و کسانی دیگر این نظر را برگزیده اند. درباره تاریخ شهادت آن حضرت نیز عقیده بیشتر عالمان، همان سال 203 ه.ق است. بنابراین روایت، عمر آن حضرت 55 سال می شود که 25 سال آن را در کنار پدر خویش سپری کرده و 30 سال امامت شیعیان را برعهده داشته است.

فرزندان

گرچه نام پنج پسر و یک دختر را برای آن امام همام ذکر کرده اند، اما چنان که علامه مجلسی می نویسد: «اکثرا تنها از جواد به عنوان فرزند امام نام برده اند».

شهادت

اشاره

حضرت به دسیسه مأمون و با سم او به شهادت رسید و پیکر مطهر آن حضرت را در طوس در سمت قبله قبله هارونی در سرای حمید بن قحطبه طایی به خاک سپردند و امروز مرقد حضرتش مزار خیل بی شمار دلباختگان و شیفتگان ولایت است.

ص: 18

فریاد سبز توحید؛ خط سرخ شهادت

سال 200 هجری بود. مأمون، خلیفه عباسی دور کردن امام شیعیان از یارانش را بهترین راه برای جلوگیری از نابودی حکومتش می پنداشت و بر این اساس دستور داد تا امام رضا علیه السلام از مدینه راهی خراسان (مرو) شود.

به دستور مأمون، امام هشتم شیعیان از مدینه به سمت مرو حرکت کرد؛ حرکتی که با کوتاه فکری خلیفه عباسی نتیجه ای عکس داشت و راه را برای گسترش بیشتر اسلام و افزایش دلباختگان ائمه علیهم السلام هموار کرد؛ آنچه اکنون بعد از قرن ها افتخاری برای ایرانیان به شمار آمده و به خراسان بزرگ قداست داده است. براساس روایات، زمانی که مأموران دستگاه حکومت، نامه تبعید امام را به وی دادند، امام بدون هیچ پرسش و پاسخی، از آشنایان و یاران خداحافظی کرد، فرزند بزرگوار خود جواد اهل بیت علیهم السلام را به عنوان جانشین معرفی نمود و به سمت مرو به راه افتاد.

مسیری که مأمون تأکید داشت حضرت رضا علیه السلام را از آن عبور دهد، یکی از راه های متداول آن زمان به شمار می رفت و آن از مدینه به بصره و از طریق سوق الاهواز (اهواز) به فارس و سپس از راه کویر و بیابان میان فارس و خراسان می گذشت و به مرو ختم می شد.

سفر امام رضا علیه السلام از مدینه تا مرو را در پنج بخش می توان دسته بندی کرد: از مدینه تا بصره؛ از بصره تا سوق الاهواز؛ از اهواز تا فارس؛ از فارس تا یزد؛ از یزد تا خراسان.

دو تن از مأموران به نام های رجاء بن ضحاک و یاسر خادم به همراه نامه ای مأمور انتقال امام علیه السلام از مدینه به مقرر حکومت وی بودند. آن دو به منزل امام رفتند و نامه مأمون را به حضرت تسلیم کردند. امام با فرستادگان مأمون سخنی نگفت و با کراهت نامه را خواند و به ناچار پیشنهاد مأمون را پذیرفت و آماده سفر شد. آن حضرت در اولین گام قبل از آغاز سفر به سوی مرو، دست به اقداماتی زد که ماهیت پذیرش ولیعهدی را آشکار کرد. امام رضا علیه السلام با اقداماتی نظیر وداع با مرقد مطهر رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم، تعیین جانشین و اعلام امامت حضرت جواد علیه السلام و وداع با خانواده خویش نشان داد که ولیعهدی، ظاهری آراسته بر چهره تبعید و نفی بلد است. منابع اولیه و سایر تواریخ معتبر، آغاز حرکت امام رضا علیه السلام را از مدینه به سوی بصره ذکر کرده اند. با وجود این برخی از منابع به خصوص تذکره های متأخر می نویسند: «حضرت ابتدا به مکه رفته و در این سفر امام جواد علیه السلام نیز همراه ایشان بودند، امام با خانه خدا وداع کرده، سپس از مکه به سفر ادامه دادند.»

از بصره تا سوق الاهواز

از عراق تا خوزستان دو راه وجود دارد؛ یکی از بغداد به واسط و از واسط به خوزستان و راه دیگر از بصره به خوزستان که کوتاه ترین راه و فاصله میان ایران و عراق آن روز محسوب می شد. راه بصره-اهواز در آن زمان 9 منزل و 36 فرسخ بود، ولی از نام های قدیم منازل این مسیر در نقشه های امروزی اثری نمانده است. از این رو به سختی می توان مسیر حرکت امام را مشخص کرد. امام رضا علیه السلام از بصره به سوی اهواز حرکت کرد، ولی منابع تاریخی از جزئیات مسیر حرکت امام و منزلگاه هایی که حضرت در آن توقف فرمود هیچ گزارشی ارائه نکرده اند. با ورود امام رضا علیه السلام به اهواز، آن حضرت بیمار می شود که منابع، دلیل بیماری امام را هوای بسیار گرم و مرطوب شهر عنوان می کنند، لذا می توان دریافت که سفر امام در تابستان رخ داده است. سه بقعه به نام امام رضا علیه السلام در شوشتر، دو بقعه به نام شاخراسون (شاه خراسان) در دزفول و شوشتر و دو بقعه دیگر به نام های امام ضامن وجود دارد که باید با نظری نقادانه به آن ها نگرست. این بناها (یادبود امام رضا علیه السلام) که تعدادشان نزدیک به ده بناست، اگرچه از حیث کثرت، گذر

امام رضا علیه السلام را از این دو شهر قوت می بخشند، ولی بنا به گفته شرف الدین شوشتری، سه بقعه امام رضا دیمی در شوشتر که مردم عاشق، آن را محل توقف حضرت رضا علیه السلام می دانند سندی ندارند... بقعه شاخراسون در دزفول نیز با ابهام روبه روست.

از اهواز تا فارس

منابع درباره ادامه مسیر حرکت امام رضا علیه السلام از اهواز به فارس و اینکه حضرت از کدام راه به سمت فارس و از آنجا به خراسان عزیمت کرده اند، توضیحی نمی دهند؛ اما بررسی های تاریخی نشان می دهد از اهواز به فارس 24 منزل و در مجموع 102 فرسخ راه بوده است. احتمال دارد حضرت در سفر تاریخی خود به مرو از راه ارجان-رامهرمز گذشته باشند؛ زیرا نسبت به ابتدا و میانه این راه، گزارش هایی از عبور آن حضرت وجود دارد.

درباره خروج امام از اهواز خبر دقیقی وجود دارد که امام از پل اربق یا اربک عبور کرده اند و این خود کلیدی برای حل این معماست. در ادامه مسیر پل اربک در شهر ارجان قدیم (بهبهان) قدمگاهی است به نام قدمگاه امام رضا علیه السلام. وجود این قدمگاه در این مکان مسیر امام را روشن می کند. قدمگاه بعدی که در منابع تاریخ محلی به تناوب از آن یاد شده، شهر ابرقویا ابرکوه است که در منتهی الیه جاده شمالی شیراز به شهر یزد است.

منابع تاریخی اطلاع می دهند که امام رضا علیه السلام از اهواز و از طریق فارس - و نه شهر شیراز - به سمت خراسان رفته اند. از ورود حضرت به شیراز در منابع، گزارش موثقی ثبت نشده و در منابع محلی تاریخ این شهر هیچ قدمگاه یا بنای یادبودی به آن حضرت منسوب نیست.

این موضوع احتمال عبور ایشان را از راه باستانی اهواز به پاسارگاد که بعد از ارجان از طریق راه های کوهستانی منطقه کهکیلویه به جلگه مرودشت و اصطخر می پیوست، قوت می بخشد.

از فارس تا یزد

ابن بلخی، منازل شیراز به یزد را 9 منزل و مسافت میان این دو شهر را 54 فرسخ یاد

کرده است. در آن روزگار یزد شهر گسترده ای نبوده است. در این منطقه چند قدمگاه و بنای یادبود امام رضا علیه السلام وجود دارد. با توجه به تأکید منابع بر عبور آن حضرت از راه کویر به سوی مرو، بر اعتبار این قدمگاه ها افزوده می شود، ولی این نکته را نیز باید مورد توجه قرار داد که یزد در قرن دوم اسلامی نه یک شهر که یک منطقه بیابانی بوده است؛ چنان که در منابع اولیه نیز به صراحت نامی از یزد به میان نیامده و تنها عبور آن حضرت از یک کویر یا بیابان ذکر شده است. برخی بر این باورند که امام رضا علیه السلام طی مسیر وارد شهر قم شده و در منزل یکی از اهالی این شهر منزل کرده اند که این مکان امروزه به مدرسه رضویه شهرت یافته است. البته باید اذعان کرد که مأمون گذر امام از شهرهای محل تجمع شیعیان را ممنوع کرده بود. لذا حضور امام در این شهر سند محکمی ندارد، از سوی دیگر در مورد توقف حضرت در قم، منابع تاریخ محلی نیز آن را تأیید نمی کنند.

از یزد تا خراسان

به طور کلی تعیین خط مسیر دقیق سفر امام رضا علیه السلام به دلیل گزارش های متعدد و گاه متناقض منابع دشوار است. بر این اساس، تعیین مسیر حرکت امام رضا علیه السلام از یزد تا خراسان نیز با دشواری همراه است. تنها نقطه روشنی که در این مسیر از منابع اولیه به دست می آید، اشاره ای است که شیخ صدوق رحمه الله و سایر منابع معتبر به مسیر راه کویر و ورود آن حضرت به نیشابور داشته اند. به عبارتی دیگر تنها موردی که از طی راه امام تا خراسان مورد اشاره قرار گرفته، مسیری طولانی با گذر از کویری بدون آب و علف بوده است؛ مسیری دشوار که البته سرانجام با ورود به سرزمین خراسان به پایان رسید.

امام در خراسان

خوشبختانه از ورود ثامن الائمه علیه السلام به نیشابور گزارش های متعدد و مستندی وجود دارد. به ویژه حدیث سلسله الذهب که امام در این شهر ایراد فرموده اند، خود به قوت گزارش های ورود امام به نیشابور افزوده است. مهم ترین و معتبرترین گزارشی که از توقف حضرت رضا علیه السلام در نیشابور ضبط شده، روایت عبد السلام بن صالح ابو صلت هروی است که حدیث مشهور و معروف سلسله الذهب را از ایشان در نیشابور نقل می کند. چشمه کهلان

که امام در آن وضو ساخته و در کنار حوض آن به نماز ایستاده اند و همچنین قدمگاه نیشابور در 24 کیلومتری آن شهر، یادگارهای مستند و مستدل حضور امام رضا علیه السلام در این شهر است. باید توجه داشت که نیشابور در آن زمان از شهرهای آباد و بزرگ خراسان به شمار آمده، ابرشهر نامیده می شد؛ لذا بعید است که مکان فعلی قدمگاه نیشابور که اینک در جاده نیشابور به مشهد واقع شده است، آن زمان در خود شهر نیشابور یا حومه آن بوده باشد. امام رضا علیه السلام پس از نیشابور به طوس، و احتمالاً ده سرخ و کوه سنگی سفر کرده اند که داستان های مشهور میان مردم آن ها خود گویای حضور امام در این مناطق است. در ده سرخ، امام برای دستیابی به آب جهت وضو زمین را به دست خویش اندکی حفر می کنند، سپس چشمه ای می جوشد که تاکنون موجود است. در کوه سنگی، امام برکت سنگ های این ناحیه را که از آن دیگ ها و ظروف سنگی می تراشیدند طلب می کنند که تا امروز نیز هم چنان این شغل در آن منطقه پابرجاست.

به هر حال استقبال گرم مردم نیشابور از امام سبب می شود که مأمون به حبس ایشان در «سرخس» دستور دهد تا شاید از این طریق، تماس این بزرگوار با مردم را غیر ممکن کند.

«سرخس» آخرین شهر پیش از مرو یا مقصد حرکت است.

امام رضا علیه السلام در شهر مرو با وجود سلطه آشکار مأمون مورد استقبال مردم آن شهر قرار می گیرند و در همین شهر است که با زهرکین خاندان بنی عباس به شهادت می رسند.

تحلیل فریاد توحید امام از تریبون نیشابور

با نگاهی به گذشته، حضور فریادگر، بیدارساز و حرکت آفرین امام و استراتژی چالش برانگیز رهبری شیعه با خلافت غصب را نظاره گریم.

استراتژی امام رضا علیه السلام که شیوه ای کاملاً تازه و بسیار هوشمندانه و آموزنده است، از نیشابور آغاز می شود. بعد از نهضت جانگداز عاشورا و ریخته شدن آن خون های پاک، فریاد مظلومانه تشیع رو به خاموشی گراییده، دیگر هیچ کس قدرت بزرگداشت یاد و خاطره «اهل بیت» را پیدا نمی کند مگر در اعماق خانه ها؛ نمونه آن عصر ننگین رضا خان است که هیچ کس جرأت عزاداری علنی را نداشت مگر آنان که عاشقانه در زوایای خانه ها با یاد و نام حسین علیه السلام اشک می ریختند. به فرموده امام خمینی (ره): «آن ملعون

(رضا خان) حتی یک شب عاشورا را که مصادف بود با ایام نوروز دستور داد بعضی از اراذل و اوباش و جاهل به جشن و پایکوبی و دست افشانی و شادی برگزار کنند و کردند آنچه نباید می کردند.»

اما قداست خون حسین علیه السلام ریشه ظالم را از بیخ و بن برکنند و یک سال بعد، آن مزدور دست نشانده را با خفت و خواری از مملکت بیرون بردند و به جزیره موریس تبعید کردند و در همان جا نیز به هلاکت رسید و این گونه خداوند اراده فرمود تا روح ناپاک آن ستمگر فضای عطرآگین حسینی ایران را آلوده نسازد و فرزند تبهکار او (محمد رضا) نیز با فریاد خروشان رادمردی از ذریه رسول خدا از تخت به زیر کشیده شد و با فرار از وطن، در دیار غربت، در کنار قبر فراعنه مصر به تاریخ پیوست.

در دوران بنی امیه و بنی عباس، همه دستگاه های تبلیغاتی نظام به کار می افتند تا مسیر انحرافی تاریخ بعد از پیامبر اسلام را طبیعی و عادی جلوه دهند و به مردم القا کنند که اساساً در «عاشورا» خبری و فریادی به نام تشیع نبوده، همه کارها از خلافت ابو بکر و عمر گرفته تا حکومت غاصبان بنی عباس، همه به دستور خود پیامبر انجام شده و اصلاً در این فاصله تاریخی هفت یا هشت نسل، حادثه قابل ذکری اتفاق نیفتاده است!

از بلخ گرفته تا اندلس، به دلیل ساخته ها و پرداخته های دستگاه های تبلیغاتی خلیفه ها! دیگر مردم اصلاً خبر ندارند که بر خانواده پیامبر چه گذشته است؛ به ویژه از زمان امام موسی کاظم علیه السلام که سالیانی طولانی را در گوشه زندان های حاکم بغداد می گذراند، رابطه نماینده خاندان پیامبر و پرچمدار تشیع، با مردم به کلی قطع گردیده، دیگر مسایلی همچون نهضت عاشورا، اهل بیت عصمت، مظلومیت، تشیع و... مطرح نمی شود. بدین سان یاد آن جهادها و رهبری های مستمر فکری و عملی، از خاطره ها به کلی محو می شود، تا اینکه سرانجام امام رضا علیه السلام به امامت می رسد. پیداست که مأمون در این برهه با پیشنهاد ولایت عهدی به امام رضا علیه السلام اهداف سیاسی گوناگونی را دنبال می کرد:

اینکه امام را وسیله توجیه نظام اجتماعی و سیاسی ضد اسلامی خویش قرار دهد.

با توسل به امام رضا 7، در برابر مخالفت بنی عباس و نهضت های علوی به ویژه

نهضت های خراسان، ایستادگی کند.

نقطه اتکای خلافت خود را از اشراف عرب، به عناصر جدید ایرانی تغییر دهد

(زیرا مادرش ایرانی بود).

در مقابل، امام رضا علیه السلام تصمیم می گیرد از همین موقعیت و جبهه ای که دشمن در برابرش گشوده است علیه خود او استفاده کند و بدین سان، امامت و نهضت شیعه و تمام خون هایی را که با الهام از نهضت عاشورا، پایه همه انقلاب های شیعی و کم کم در حال فراموشی بود، از نو در خاطره توده ها زنده می کند. امام علیه السلام با فراست و کیاستی که خاص مقام امامت است، با پذیرش مشروط ولایت عهدی، اساس کار را بر این می گذارد که در این مقام، هیچ گونه امر و نهی، چه شفاهی یا عملی انجام ندهد و از این راه بخشی از نقشه های مأمون را خنثی می سازد.

امام علیه السلام در نیشابور، در برابر انبوه مردم مشتاق (که به روایتی دوازده هزار نفر از آنان روایت حضرت را نوشته اند)، با طرح شعار آسمانی توحید (لا اله الا الله) از طرف جدش، شرط قبولی آن را «ولایت و امامت» اعلام می دارد و می فرماید «من یعنی نماینده رسمی و الهی ولایت، شرط تحقق این توحید هستم» و با این سخن کوتاه، در برابر آن جمعیت انبوه، «اسلام خلافت و قدرت» را در برابر «اسلام امامت و عدالت» نفی می کند.

روشن است که سرنوشت امام چه خواهد بود... در سرتاسر ایران، قتل عام همه علویان پاک را آغاز می کنند و در اقصی نقاط کشورهای اسلامی، شیعیان را از دم تیغ می گذرانند، که این خود پیروزی بزرگی است. امام علیه السلام با انتخاب این استراتژی، بعد از خود، «عاشورا»ی بزرگی را همانند «عاشورای خونین حسین علیه السلام» برپا می کند. از آن لحظه به بعد، هر علوی و هر شیعی، هر جا که زندگی می کند، در حمایت از ولایت و برای مبارزه با خلافت جور قدم برداشته، در مقابل فشارهای حاکمان غاصب مقاومت می کند.

این تنگناها در زمان امام جواد علیه السلام و امام هادی علیه السلام و امام حسن عسکری علیه السلام بیشتر و گسترده می شود، به گونه ای که خلافت جور و ستم، دو امام بزرگوار اخیر را در منطقه ای نظامی تحت کنترل شدید امنیتی قرار می دهد و بر کلیه مکاتبات و مناسبات آن ها نظارت می کند؛ به ویژه آنکه در لابلای تحرکات نظامی و سیاسی خلافت و فضای محدود ارتباطی، دستگاه متوجه آخرین ذخیره الهی حضرت مهدی (عج) می شود و با تمام نیرو

تلاش می کند که این الگوی همیشه جاوید انسانیت متکامل را یافته و از میان بردارد، اما به رغم همه کوشش های مذبحخانه، کید و مکر آن ها بی نتیجه می ماند و این دو امام بزرگوار، آخرین ذخیره الهی و امید مستضعفان جهان را با فراست و فطانتی خاص از گزند حوادث و اتفاقات مصون می دارند و سرانجام اراده خداوند را در تجلی و تحقق مسئولیت عظمای حفظ و ادامه رسالت، «امامت و ولایت» عینیت می بخشند و «نور» و «هدایت» را در مسیر کمال انسانیت پاس می دارند؛ امید آنکه ما منتظران آن امام عصر به شایستگی از عهده انجام وظایف خطیرمان برآیم؛ ان شاء الله.

معمولاً در تصحیح و تحقیق یک نسخه خطی، به عنوان مقدمه، به منظور آشنایی خوانندگان با مؤلف و ویژگی های نسخه، متناسب با کمیت و کیفیت آن توضیحاتی داده می شود.

اینک، نگارنده چه بگوید، و چه بنویسد پیرامون آشنایی با یکی از اولیای خدا، و وصی گران سنگی از اوصیاء، و هشتمین حجت حق و عالم آل محمد، امام علی بن موسی الرضا که بر ایشان برترین دروهای خداوند باد.

او پرچم برافراشته و نم

ونه اعلای هدایت در پرهیزگاری و خویشتنبانی، و بردباری و سیر و سلوک است.

زندگی پاک خود را بر بلندای مفهوم اسلام پی ریزی کرد، و تاریخ سرشار از حرکات و اشارات اوست. کارهای او از عقیده و ایمان نشأت گرفته، قصد اصلاح امت جدّ خود خاتم پیامبران و سید رسولان صلی الله علیه و آله و سلم را در اندیشه داشت؛ پیامبری که خداوند متعال او را برای نجات و خروج بندگانش از تاریکی به نور فرستاد.

شاعر مشهور عرب، حسن بن هانی معروف به ابی نواس، آن گاه که او را به سبب خودداری از مدح امام سرزنش کردند، می گوید:

«به من گفته شد که تو در میان همه مردم از نظر فصاحت در کلام یگانه ای. تو در گوهر سخن، نوآوری هستی که در دست مروارید چین، مروارید می نهی. پس چرا از ستایش پسر موسی بن جعفر و ویژگی هایی که در او گرد آمده، روی برتابم؟ مرا به ستایش امامی

که جبرئیل خادم پدرش بود، راهی نیست و توان آن را ندارم» (1).

در خلال وقایع

ضروری است رابطه سیاسی امام رضا علیه السلام، که زندگی خویش را در مدینه سپری کرد، با مأمون خلیفه عباسی، در اینجا به اختصار مورد توجه قرار گیرد:

شش تن از خلفای بنی عباس با امام علیه السلام همزمان بودند: منصور، مهدی، هادی، رشید، امین و مأمون. در آن زمان، قلمرو پهناور اسلامی درگیر انقلاب های پیوسته علویان بود، و از این رو مأمون به ستوه آمده، به گونه ای که نقشه ها کشید و حيله های سیاسی گسترده ای به کار بست. طرح توطئه او در تقابل با علویان در اکثر کشورها بال گسترانیده بود و مردم گرفتار اندیشه های سیاسی او و سران حاکمیت عباسی شده بودند.

او با رایزنی مستشاران خلافت عباسی، اسطوره استقامت بیت علوی یعنی امام علی بن موسی الرضا علیه السلام را از مدینه به مرو، کانون خلافت خود فراخواند. مأمون در برابر خود، اسوه ای را دید که در فضل و علم و ورع و زهد و پارسایی یگانه روزگار بود. سپس با موافقت سران خلافت عباسی او را به ولایت عهدی خود برگزید و با این حيله، شعله خشم علویان را فروکاهید.

عزیمت اجباری امام علیه السلام به دستور مأمون توسط رجاء بن ابی ضحاک صورت گرفت، و مأمون به او دستور داد که راه کوفه و قم را رها کرده، راه بصره و اهواز و فارس را برگزیند تا موبک حضرت به مرو برسد. در این میان، زمانی که امام علیه السلام به نیشابور رسید، در حالی که او سوار بر هودج خود بود، محمد بن رافع و احمد بن حرث و یحیی بن یحیی و اسحاق بن راهوبه و عده ای از فرهیختگان علم و ادب و درایت و روایت از حضرتش درخواست حدیث، و روایت نموده، از او تبرک جستند. حضرت به آنان پاسخ مثبت داد و تقاضای ایشان را اجابت فرمود و حدیث سلسله الذهب را بیان نمود. سپس به سوی مرو و کرده، راهی آنجا شد. مأمون خود با هیأتی انبوه به ملاقات امام علیه السلام شتافت و ایشان را شکوهمندانه گرامی داشت.

ص: 28

آن گاه میان امام علیه السلام و مأمون گفت وگویی طولانی رخ داد و درباره خلافت و ولایت سخن ها گفته شد، تا سرانجام امام مجبور به پذیرش ولایت عهدی شد. مأمون متن ولایت عهدی را با دست خود نوشت که به بخشی از آن اشاره می کنیم:

«من از لحظه ای که به خلافت رسیدم همواره در این اندیشه ام که زمام امور خلافت را به چه کسی بسپارم و می کوشم تا کسی که شایسته جایگاه ولایت عهدی است، بیابم تا از عهده مسئولیت های سنگین آن برآید و در جهان کسی شایسته تر از ابا الحسن علی بن موسی الرضا نیافته ام... الخ» (1)

در پی این پیام، مأمون به فرمانداران و قضات و فرماندهان و صاحب منصبان بنی عباس، فرمان بیعت با امام علیه السلام را صادر نمود و به دنبال آن، همگان با آن حضرت بیعت کردند. در شب دوم ماه رمضان سال 201 هجری، مأمون دستور پوشیدن لباس سبز (نماد علوی) به جای لباس سیاه (نماد عباسیان) را صادر و آن را برای همه مناطق اسلامی بخشنامه کرد و از مردم برای امام بیعت گرفت و برای بیعت با او از فراز منابر، مردم را به امام فراخواند و دینار و درهم را به نام او ضرب کرد. (2)

بدین سان کشور آرام گرفت و مأمون بر مخالفان سلطنت فائق آمد و توانست زیرکانه با طرح ولایت عهدی خود، آنچه را که در اندیشه داشت، سامان بخشد.

دوره ولایت عهدی امام رضا علیه السلام با مناظرات، پرسش ها و پاسخ های بسیار در عرصه علوم و فنون مختلف با صبغه علمی و فرهنگی و شناخت شاخص های آن درخشیدن گرفت. مناظرات و گفتمان ها به دستور و با حضور مأمون شکل می گرفت، و امام بر هر کس که با او به مناظره و چالش می نشست چیره می گردید. سرانجام فضایل علمی امام برای توده های مردم و فرهیختگان، و شایستگی او بر خلافت برای همه آشکار گردید و اکثریت مردم به حيله های خلافت غاصب و حقانیت ولایت علوی پی بردند.

تاریخ نامه طلایی (تاریخ صدور و تقریر رساله ذهبیه)

بعضی از منابع تاریخی معتبر به تاریخ صدور این نامه (رساله ذهبیه) اشاره دقیقی

ص: 29

1- تاریخ یعقوبی: 193/3؛ مرآه الزمان: 22/9.

2- تاریخ یعقوبی: 189/3.

نکرده اند، ولی تشخیص زمان تقریبی که نامه در آن ایفاد گردیده ممکن است؛ چنان که ابن جمهور در سندی متقن، تقریرنامه را روایت کرده می نویسد: «صدور این نامه بعد از احضار امام از مدینه- یعنی بین سال 201 تا 203 ه.ق- می باشد».

مفاد رساله ذهبیه

زمانی که مأمون تشریح اصول حفظ صحت مزاج را از امام درخواست نمود و تبیین سامانه بهداشت غذا و نوشابه و داروهای گیاهی را از امام علیه السلام خواستار گردید و پیاپی درخواست خود را تکرار می نمود، امام در پاسخ او این نامه را ابلاغ فرمود. هنگامی که این نامه به دست مأمون رسید، دستور داد آن را با آب طلا بنویسند.

آنچه در این باره برای پژوهشگر مهم به شمار می آید، اهمیت این نامه و عواملی است که از منظر تاریخی، به دانش طب و پیشرفت آن در دوره اول اسلامی بازمی گردد، و این بیانگر تاریخ طب و پیشرفت آن در گذر عصرها و دانش رفیع و گستره اطلاعات امام می باشد.

بدین سان ارائه پژوهشی گسترده در زمینه نامه طلایی که در بردارنده فصل های مختلف می باشد، شایسته می نماید:

این نامه دربرگیرنده مجموعه ای از توصیه ها و رهنمودهای طبی عمومی و آموزه های ارزنده است، چنان که امام در آغاز نامه خویش می فرماید: «مفاد پیام، در مورد آنچه خود تجربه کرده ام و صحت آن را با آگاهی ژرف فهمیده ام و آنچه از گذشتگان به جای مانده، می باشد و از این رو جهل انسان به آن پذیرفتنی نبوده، در ترک این آموزه ها معذور نخواهد بود».

در بخشی از این نامه می بینیم که امام علیه السلام نه تنها بر دانشمندان طب در دوره اسلامی در عرصه بسیاری از آراء و اکتشافات- که اساس بسیاری از تجارب پزشکی است- پیشی گرفته، بلکه احتمالاً محتوای پیام، می تواند هسته مرکزی تکوین آرای پزشکان آینده قرار گیرد.

حضرت اولین شخصیتی بود که جسم را به مملکت کوچک و کامل تشبیه کرده، می فرماید: «ساختار بدن بر پایه شباهت به قلمرو پادشاهی بنا شده است. پادشاه بدن،

قلب و کارگزاران آن، عروق و اعصاب در سیستم عصبی و مغز می باشند. خانه پادشاه قلب اوست، و قلمرو حکومت او جسم است و یاران و سپاهیان او، دست ها و پاها و چشم ها و زبان و گوش های اوست. خزانه آن، معده و شکم و پرده دار وی، سینه او می باشد».

اهمیت این مسئله، توصیف عالی جسم به پادشاهی و مملکت نیست، بلکه مهم دلالت این تشبیه بر دانش امام علیه السلام در تشریح اعضای اصلی بدن، و تبیین ویژگی های هر یک از این اعضاست.

امام علیه السلام قلب و آنچه را که در آن است در حکم پادشاه میان مردم تشبیه کرده و همان گونه که پادشاه، خود شخص اول، حاکم و رئیس اجرایی امور مملکت است، قلب و آنچه را که در آن است، اساس بقای حیات انسانی دانسته است. بنابراین زمانی که قلب از کار بازایستد، حیات سایر اعضای بدن نیز دچار اختلال و خطر خواهد شد.

بر این اساس امام علیه السلام مجموعه کامل شریان ها و رگ ها و مویرگ ها که آن ها را عروق نامیده اند و ارتباط دهنده کلیه اعضا و مفاصل بدن می باشند و به وسیله آن ها حرکات ارادی و غیر ارادی مختلف، از مغز - به عنوان مرکز بنیادین ادراک و احساس در بدن - سرچشمه می گیرد، به کارگزاران اداره امور مملکت تشبیه فرموده، آن ها را سربازانی امین و وفادار معرفی می کند که از کشور با همه توان در برابر عوامل مهاجم محافظت می کنند.

سپس امام علیه السلام با تمثیلات عالی، هریک از اعضای بدن و وظیفه مهمی را که به انجام می رساند توضیح می دهد، از جمله دو دست را به یار و مددکار وصف کرده، می فرماید:

«آنچه را که می خواهد نزدیک می کنند و آنچه را که نمی خواهد دور می کنند؛ و دو پا او را از جایی به جای دیگر بر حسب میل و اراده اش منتقل می کنند».

امام علیه السلام چشم ها را به چراغ تشبیه فرموده، همان گونه که امکان دیدن بدون چراغ برای انسان وجود ندارد، بدون چشم نیز دیدن اشیاء ناممکن است. بر این اساس، به وسیله چشم دور و نزدیک را می بیند؛ چنان که دو گوش انسان را منبع مهم پذیرش اطلاعات از محیط خارج و زبان را به کمک دو لب و دندان، بیان کننده واژه ها و اراده پادشاه معرفی می کند.

سپس امام علیه السلام در تشبیه زیبایی انسان و آنچه او را در بر می گیرد از معده، سینه، امعاء و توابع آن، به خزانه داری گزینشگر معرفی می کند که به وسیله آن، انسان غذا را برگزیده و کم و زیاد می کند. حقیقتاً آفرین به خداوندی که بهترین آفریدگار است.

در پایان این فصل، امام علیه السلام تأثیر شادی و غم بر چهره و عوامل درون زا و مرکز هریک از آن ها را بیان می فرماید.

در بخشی از نامه، رهنمودها در کیفیت میل به غذا و نوشیدنی ها به لحاظ کمیت و کیفیت بیان شده است، که همگی در راستای حراست از سلامت بدن می باشد. حضرت توصیه خود را با غذا خوردن آغاز می فرماید، هریک را برحسب توانایی و قدرت مزاج خود، با رعایت جدول زمانی و شرایط مکانی، برای میل و اشتها به غذا خوردن به طور صحیح، و استفاده از آن برحسب بهترین گزینه ها تشریح می کند؛ زیرا اختلال در تغذیه و خورد و خوراک، جدای از اینکه زیاد باشد یا کم، عامل بسیاری از بیماری هاست، همان گونه که در حدیث شریف آمده است: «معه، خانه درد و تب، مانند دارویی شفابخش است.»

امام در بخشی دیگر به تهیه نوعی خاص از نوشیدنی که معجونی از گیاهان دارویی و دارای فواید بسیار و قابلیت هضم است، برای استفاده به عنوان دسر بعد از غذا اشاره فرموده است؛ بی گمان مخاطب امام علیه السلام در این پیام، تنها شخص مأمون نیست، بلکه هر کس که به سلامت خود علاقه مند است می تواند از آن استفاده کند. این نوشیدنی ارزش غذایی فوق العاده ای داشته، دارای عناصری مهم از هیدرات های کربن، ویتامین ها و دیگر مواد اصلی انرژی زاست، البته با رعایت شرایط صحیح و بنیادین در تهیه و ساخت این نوشابه، می توان از آن بهره جست.

امام رضا علیه السلام در وصف آب شیرین بر سایر دانشمندان پیشی گرفته، آن را به بهترین شکل تعریف می کند. به فرموده او: «آب شیرین، براق، سبک و قابل استفاده برای کسانی است که دچار تب و سرماخوردگی هستند، که خود بر شفای آب دلالت دارد.»

حضرت تأثیر جوشاندن مواد غذایی در نابودی بسیاری از عناصر مفید آن مانند بعضی از ویتامین ها، و از بین رفتن برخی عناصر سریع التبخیر در غذا و مایعات را یادآور شده و در این زمینه بر پژوهشگران تغذیه پیشی گرفته است.

تأکید امام در فرازی از نامه بر عدم افراط در آشامیدن آب بعد از غذاست، زیرا این شیوه نادرست به معده و سایر اعضای بدن آسیب می‌رساند.

حضرت همچنین به تأثیر افراط در مصرف بعضی از مواد غذایی و زیان‌های ناشی از آن اشاره کرده، می‌فرماید: «افراط در خوردن تخم مرغ و عادت مستمر در مصرف آن، باعث آسیب به طحال و درد معده می‌گردد، تا آنجا که زیاده روی در خوردن تخم مرغ باعث تنگی نفس و لکه‌های ریز قهوه‌ای روشن به نام کک و مک می‌شود.» امام می‌فرماید:

«خوردن گوشت خام باعث پیدایش انگل‌ها در معده و روده می‌شود»، آن‌گاه می‌فرماید:

«زیاده روی در خوردن گوشت حیوانات وحشی و گاو باعث زوال عقل و کاهش درک و کندی ذهن و افزایش فراموشی می‌گردد».

امام علیه السلام فرازهایی دیگر را با بیان مراقبت‌های ویژه در ابتلا به بعضی از بیماری‌هایی که به علت تغییر ناگهانی هوا به وجود می‌آید آغاز می‌کند؛ همان‌گونه که در استحمام کردن این تغییرات دیده می‌شود؛ از این رو حضرت می‌فرماید: «اگر خواستی وارد حمام شوی و استحمام کنی، و در سر خود علل و عوامل اختلال و آزار نیابی، در آغاز ورود به حمام پنج بار بر سر خود آب گرم بریز تا به اذن خداوند سبحان از درد و اختلال در سر رهایی یابی».

حضرت با تقسیم بندی حمام به بخش‌های مختلف، آن را به بهترین شکل وصف کرده می‌فرماید: «خانه اول سرد و خشک، و دوم سرد و مرطوب، و سوم گرم و مرطوب، و چهارم گرم و خشک است.»

سپس به سودمندی استحمام برای بدن به لحاظ تشریحی و جسمی اشاره کرده، و تدهین و استعمال روغن‌ها و گیاهان دارویی، نرم کردن و تلطیف پوست را توصیه نموده است، زیرا پوست اهمیت فراوانی در خروج میزان قابل توجهی از مواد سمی از بدن دارد. بنابراین شست و شوی پوست و پاکسازی روزانه‌های پوستی و تلطیف آن، از مهم‌ترین امور بهداشتی برای انسان به شمار می‌رود.

آموزه‌ها و توصیه‌های ارزنده بهداشت عمومی حضرت در بخش هفتم مطرح شده که به طور کلی حافظ صحت و سلامت دستگاه‌های داخلی بدن است. همچنین به عدم حبس ادرار و ماده منوی، طولانی نکردن مدت مقاربت و جلوگیری نکردن در عملیات جنسی با زنان،

برای حمایت از دستگاه تناسلی سفارش شده؛ زیرا عدم رعایت آموزه های بهداشت جنسی به بروز اختلالات جنسی بسیار می انجامد، در ادامه نیز به علت موقعیت حساس دهان و ملحقات آن، توجه ویژه به آن را تکرار فرموده است.

در بخشی از پیام های بهداشتی، کیفیت به پشت خوابیدن و رعایت بهداشت دستگاه گوارش را توضیح فرموده است؛ و نیز اهمیت دستگاه عصبی را یادآوری کرده و توصیه های لازم را درباره آن ارائه نموده است؛ از جمله می فرماید: «هرکس خواستار افزایش قدرت حافظه می باشد باید مویز و انجیر (مواد غذایی فسفردار) را بخورد، که در جای خود خواهد آمد».

سپس توصیه امام علیه السلام در قسمتی از رساله ذهبیه در خصوص نحوه سفر، ویژگی های مسافر و رعایت بعضی از امور که لازمه سفر است، می باشد؛ حضرت تفاوت خوراکی ها و آشامیدنی ها را نیز گوشزد می فرماید.

امام به عدم مبادرت به سفر در گرمای شدید پرداخته، بر زیانمندی آن بر جسم سفارش اکید دارد. به ترکیب آب هر شهری که به آن مسافرت می شود از نظر فیزیکی، نگاهی ژرف داشته، سودمندی آب و خاکی را که در آن به دنیا آمده، با توجه به همسازی بدن توضیح می دهد. سپس آموزه های خود را در مورد استفاده از آب شیرین، و فرق آن با آب شور و سنگین گوشزد می فرماید.

امام علیه السلام مطالبی را به قوای نفسانی اختصاص داده و آن را تابع مزاج های بدن، و مزاج های بدن را تابع تحولات جوی و آب و هوا اعلام فرموده، یادآور می شود که اگر هوا سرد یا گرم شود شرایط بدن نیز در پی آن تغییر می یابد.

امام علیه السلام جسم انسان را به اخلاط چهارگانه (خون، بلغم، صفراء و سوداء) تقسیم فرموده و سپس اعضای رئیسه و ارتباط آن را با بدن تشریح نموده است. امام با بیانی شیوا «سر، گوش، چشم، سینوس های بینی و دهان» را قلمرو سیطره خون وصف کرده، می فرماید: «عضوهای یاد شده، مرکز احساس و ادراک و مرکز تجمع عروق و رگ های منتهی به دستگاه های تمام بدن و سیستم جریان خون است.»

همان گونه که جایگاه بلغم و باد به سینه اختصاص دارد، و کانون پیام و ارتباط، از سوی مغز به سایر اعضا بوده، و شش ها را که مرکز تنفس هوای سالم است، موجب

دنده های پهلوی در بخش شکمی فراگیرنده دستگاه گوارش و توابع آن است. صفرا تراویده از کبد و کیسه صفرا مخزن تجمع صفرا که هاضم چربی هاست، می باشد.

بخش تحتانی شکم را با سوداء ویژگی بخشید که به طحال و کلیه و مجاری ادراری و دستگاه تناسلی و غیره اشاره دارد.

امام در فصل دیگری به استراحت انسان براساس فرموده خداوند متعال اشاره می فرماید: «بگو [ای پیامبر به کافران]: چه می گوئید اگر چنانچه خداوند توانا روز را تا قیامت بر شما ادامه دهد و طولانی سازد، آیا جز خداوند متعال معبود دیگری هست که شب را بیاورد تا در آن به آرامش و استراحت پردازید، آیا اندیشه و بصیرت ندارید؟» (قصص 71/)

حضرت در مورد چگونگی خواب، آن گاه که انسان به بستر می رود و به وسیله آن، آرامش حواس ظاهری حاصل می شود و نیز هنگام استراحت بدن، هضم غذا، و اعمال طبیعی و متابولیسم بدن صورت می گیرد، نکته های ارزنده ای بیان می کند.

امام علیه السلام در فرازهایی، آموزه های خود را درباره سلامت و بهداشت دندان ها تکرار فرموده، برخی توصیه های ضروری در مراقبت از آن ها را در برابر عوامل خارجی توضیح می دهد و بر رعایت بهداشت دندان ها با به کارگیری بعضی از مواد مفید و براق کننده تأکید می فرماید.

امام علیه السلام در بخشی از رساله خویش، حالات انسان و قوای جسمانی را بر حسب دوره های زمانی به چهار بخش تقسیم فرموده: اول دوره کودکی و نوجوانی که 15 سال اول زندگی را شامل می شود؛ آن گاه دوره جوانی است که تا 35 سالگی می باشد؛ سپس دوره میانسالی است که تا 60 سالگی ادامه می یابد، و پس از آن دوره پیری که همراه با ضعف و خمیدگی جسم و انعکاس و واژگونی دوران حیات است.

در این بخش از رساله، امام فواید حجامت، جدول زمانی، شرایط درست و نیز موضع حجامت را شرح داده است. شیوه حجامت در بدن بیانگر عوامل مساعد در کاهش درد و روش های انجام آن است. در پایان همان بخش، به برخی آسیب ها و عوارضی که هنگام کاربرد بعضی از عوامل زیانمند در خلال حجامت یا فصد رخ می دهد اشاره نموده و کیفیت انجام آن را تبیین فرموده است.

امام علیه السلام در بخش های پایانی، عدم امکان ترکیب برخی مواد شیمیایی را که بدن به آن مبتلا می شود گوشزد فرموده، اشاره می کند که تجمع این مواد در دستگاه گوارش، در بعضی اوقات خطرناک و زیانمند است و چه بسا به هلاکت فرد می انجامد.

در بعضی از بندهای همین بخش، به علل بیماری ها که یکی از آن ها تضاد ناشی از درهم آمیختگی مواد غذایی وارد به معده و روده و عفونت های ناشی از آن است، اشاره می گردد.

امام علیه السلام زرین نامه جاودانه خود را با بیان آداب مقاربت به پایان رسانده است. حضرت با اشاره به شرایط صحیح امور جنسی، انجام آن را لازم دانسته و غفلت از آن را موجب بیماری و اختلالات متابولیک و سکسوفیز یولوژی گسترده اعلام فرموده است. حضرت به اهمیت توافق و انسجام میان دو جنس، و ضرورت بازی و شوخی کردن و همسازی جنسی مرد با زن قبل از انجام مقاربت اشاره کرده، می فرماید: «یکی از مراکز حساس و مؤثر در تحریک و انگیزش غریزه جنسی در زن، پستان هاست و ماساژ آن به نرمی از سوی مرد موجب لذت بیشتر می شود و در نتیجه، هریک از دو جنس با رعایت اصول بهداشت جنسی می توانند از این عمل استراتژیک و حساس بهره جنسی و تمتع لازم را کسب کنند».

مهم ترین تأکید امام در پرهیز از مقاربت با زنان در دوران پریود و قاعدگی است. از این رو مردان را در اقدام و ورود به چنین شرایطی برحذر داشته، با اشاره به قول باری تعالی می فرماید: «[ای پیامبر] از تو در مورد دوران قاعدگی می پرسند بگو: دوره قاعدگی (به علت خونروی) موجب اذیت و آزار [زنان] است. در شرایط قاعدگی از زنان اجتناب کنید و به آن ها نزدیک نشوید تا این دوران به سر آید و از خونروی، منقطع و پاک شوند» (بقره 222/).

نکته پایانی «رساله ذهبیه» همان تأکید و توصیه همیشگی امام علیه السلام در التزام به آموزه ها و رهنمودهای ارائه شده و هشدار در صورت غفلت از موارد برشمرده است.

روش تحقیق

هدف از تحقیق نسخه های خطی استخراج صحیح و جامع، با ارجاع به اقوال و

نظریات ذکر شده پیرامون آن در منابع اولیه است. در این میان، التزام به امور شکلی که بعضی بر آن تأکید دارند، مهم نمی باشد؛ چنان که اشاره به بعضی از تفاوت های ناچیز، که احیاناً از تکرار نسخه ها یا اختلاف در بازشناسی آن ها و... به وجود می آید و در معنی و مفهوم خللی وارد نمی سازد و چه بسا موجب اطالۀ کلام می گردد، چندان اهمیت ندارد.

تمام نسخه های خطی «رسالۀ ذهبیّه» در کتابخانۀ عمومی «مرحوم آیه الله العظمی حکیم» در نجف اشرف در گنجینه های خطی ارزنده موجود و از گزند حوادث روزگار مصون مانده است که عبارت اند از:

1- نسخه خطی نخست که رمز آن در پاورقی متن اصلی کتاب با حرف (أ) مشخص گردیده و آن قدیم ترین نسخه موضوع و مورد تحقیق می باشد. این نسخه را عبد الرحمن بن عبد الله کرخی نگاشته و تألیف آن را در 19 ذی حجه سال 715 ه. ق به پایان رسانده است. این نسخه شامل شش برگ به اندازه 11*19/5 سانتیمتر، در هر صفحه 27 سطر *9 سانتیمتر می باشد.

2- نسخه دوم که عبد الواسع بن حاج محمد حسین مهماندوسی نگاشته، و تألیف آن در روز جمعه پنجم ربیع الآخر سال 1116 هجری پایان یافته است، شامل 12 ورق، به اندازه 9*14/5 سانتیمتر و در هر صفحه 17 سطر می باشد.

3- نسخه سوم که نویسنده آن ناشناخته است از نسخه های قرن یازدهم هجری است، در 14 ورق به اندازه 13*19/5 سانتیمتر و در هر صفحه 15 سطر *7 سانتیمتر می باشد.

4- نسخه دیگر که آن را مرحوم علامۀ مجلسی (متوفی 1111 ه. ق) در کتاب بحار الانوار (ج 14، ص 554؛ چاپ سنگی در ایران) نقل کرده و در ابتدای آن آمده است: «آنچه را که به خط شیخ اجل علامۀ کامل در فنون و علوم و ادبیات رایج ملل و فرهیخته دین و مذهب و نور دین علی بن عبد العالی الکرکی که خداوند او را جزای خیر از ایمان و شایستۀ پاداش قرار دهد که این تعبیر را از او نقل کرده و می گویم: «نامه طلابی در طب که امام علی بن موسی الرضا علیه السلام آن را برای مأمون عباسی نگاشت و در خصوص حفظ مزاج و ساماندهی و مراقبت از آن و غیره... برای او فرستاد».

نظر به اختلافاتی که در متن نسخه‌ها وجود دارد، در این تحقیق، فقط به دو نسخه خطی به سبب اهمیت تاریخی، و التزام در اشاره به تفاوت‌های جوهری تکیه و استناد شده است. مطالبی که در این دو آمده به وضوح توضیح داده شده، و این دو نسخه از کتاب‌های اصیل و لغوی معتبر استفاده نموده و ما نیز بر آن به طور موثق اطمینان پیدا کرده و اعتماد نموده ایم.

نسخه نخست (1)، نگاشته عبد الرحمن بن عبد الله کرخی که بیشترین استناد ما بر آن بوده است؛ و نسخه دوم براساس مستندات مرحوم علامه مجلسی در جزء چهاردهم کتاب «بحار الانوار» است که به خط علی بن عبد العالی کرکی نگاشته شده، و ما آن را به عنوان سند مقابله و الگوی شرح «طب الرضا علیه السلام» برگزیده و متن نخست را بر آن عرضه و مقابله نموده ایم. ویرایش این مقابله به همت «جناب آقای حسین استادولی» به انجام رسید که اشارات نحوی ایشان در متن عربی و برخی کلمات متن ترجمه، مجموعه را به زیور تنقیح و تدقیق آراسته نموده است. ت.

ص: 38

1- - مهدی نجف که زحمت نسخه نخست را در شرح مختصر متن به انجام رسانده، در پایان مقدمه خود چنین نگاشته است: در پایان من این میراث گرانسنگ را به خواننده گرامی تقدیم می‌دارم و چنانچه لغزش و کوتاهی در آن دیده می‌شود پوزش می‌طلبم و از خداوند متعال می‌خواهم که تلاش مرا از روی اخلاص بپذیرد و او ولی توفیق و الهام بخش دوستی و صداقت و صواب است.

به نام خداوند بخشایشگر مهربان

سپاس اهل حمد از اولین و آخرین، مخصوص ذات خداوند متعال است. خداوند نعمت‌ها و فضل‌ها و فوزی‌ها و نیکی‌ها و زیبایی‌ها. او را بر نعمت‌های آشکارش و فوزی‌های بخشش و تمام امدادها و نعمت‌های فراوان و پیاپی اش، حمد و سپاس می‌گویم و بر عطایا و مواهب فراوانش شاکر و سپاسگزارم؛ شکر و سپاسی که موجب مزید نعمت و موهبت و قربت به ساحت پاک اوست.

شهادت می‌دهم که خدایی جز خداوند یکتا نیست، و از روی اخلاص به او ایمان دارم و به او کافر نیستم و منکر ربوبیت و وحدانیت پروردگار نمی‌باشم، شهادتی که خداوند آن را نسبت به ذات مقدس خود تصدیق فرموده؛ همان‌گونه که خداوند عزّ و جلّ می‌فرماید: بگو اوست خداوند بی‌همتای یکتا، خدای بی‌نیازی که زاییده و نه زاییده شده، همو که هیچ کس همتای او نیست. همان پروردگار متعال ما، خداوند عزّ و جلّ است. و درود و صلوات بر آقا و سرور اولین و آخرین؛ محمد بن عبد الله خاتم پیامبران. اما بعد...

به درستی که من در رساله پسر عموی علوی تبار خود که شخصیتی ادیب و فاضل محبوب و فرهیخته منطقی و طبیعی حاذق است، با دقت تمام نگریستم، و آن را در راستای اصلاح، بهبود، انتظام جسم آدمی، تدبیر امور نظافت، استحمام، تنظیم و تعدیل برنامه غذایی یافتن و ملاحظه نمودم که این (رساله) به بهترین وجه؛ تماما به مسائل مهم پرداخته است و آن را در جهت تبیین عالی‌ترین نعمت‌ها یافتن و عمیقاً بررسی و مطالعه و در آن اندیشه نمودم، بارها درباره آن تعمق و اندیشه کردم و هر بار که آن را می‌خواندم و در آن غور می‌کردم و با دقت هرچه تمام‌تر نگاه می‌نمودم، لطایف و حکمت‌هایی بر من آشکار و هویدا می‌شد و فوایدی بر من روشن می‌گردید و سودمندی آن در قلبم جای می‌گرفت. از این رو در حفظ و فراگیری آن کوشیدم و ژرف‌اندیشانه در فهم و درک آن تلاش نمودم؛ زیرا حقیقتاً آن را نفیس‌ترین پاسخ به خواسته‌ها و بزرگ‌ترین اندوخته و

سودمندترین بهره‌های معرفتی و هم به سبب نفاست و جایگاه والا- و منافع زیاد و بزرگ دارای برکت فراوان یافتیم، و آن را «رساله ذهبیه» (رساله طلایی) نام نهادم، و پس از آنکه گروهی از جوانان هاشمی دولت از آن نسخه برداری کردند، این رساله گرانسنگ را در خزانه دار الحکمه نگهداری نمودم؛ زیرا ژرف اندیشی و تدبّر در مورد مواد غذایی و نحوه صحیح تغذیه، موجب سلامت و سامان جسم افراد و تأمین صحت و سلامت بدن آدمی، و سبب دفع بیماری‌ها است و در نتیجه با دفع بیماری‌ها، حیات تحقق می‌یابد و به وسیله حیات، نیل به حکمت میسر می‌گردد و به وسیله دستیابی به گوهر حکمت، ورود و نیل به بهشت تحقق می‌یابد. این رساله، شایسته حفظ و صیانت و نگهداری و جایگاه شایسته اعتبار و احترام بوده و به مثابه حکیم فرهیخته‌ای است که می‌توان به آن تکیه و استناد کرده و مرجع معتبری است که می‌شود به آن رجوع نمود و از معادن گرانقدر دانش است که امر و نهی آن باید به اجرا درآید؛ زیرا از بیوت شخصیت‌هایی بیرون آمده که فرمان رسول برگزیده پروردگار و تمام رسالت پیامبران و رهنمود جانشینان و تمامی آداب و آموزه‌های علمای ربّانی و شفای درون قلب بیماران روحی که گرفتار جهل و غفلت اند، پشتوانه معنوی چنین رساله‌ای است.

خشنودی و رحمت و برکات خداوند متعال بر اولین و آخرین و بزرگ و کوچک آنان باد. از این رو، من این رساله ارزشمند را بر خواص و نخبگان اهل حکمت و طب و صاحبان تألیف کتب و اهل قلم در میان شماری از پژوهشگران و فرهیختگان عرصه حکمت عرضه داشتم و همه شخصیت‌های عالیقدر، تمام آن را ستودند و مورد قدردانی قرار داده و پراچ و گرانقدر دانستند و اهمیت آن را تأیید و تأکید نمودند، و ویژگی عالی مؤلف آن را ستودند و به بزرگی شأن اثر مؤلف اذعان داشتند و صحت و تأثیر کار را تصدیق و خصایص اثر را برای آیندگان و فرزندان و دولت ما و همه اقشار مردم تبیین و حکایت نمودند، بنابراین ضروری است ارزش و اهمیت این موهبت و نعمت تام و تمام را بدانیم و شکر این نعمت را بگزاریم؛ زیرا این موهبت فاخر، نفیس‌ترین و بزرگ‌ترین اثر ماندگار چونان درّ و مرجان گرانبها برای نسل‌های آینده است که باید در حفظ و حراست آن کوشید و شب و روز، آن را به ذهن و اندیشه سپرد؛ زیرا سرشار از سودمندی، سلامت و صحت در درمان جمیع بیماری‌ها و عوارض و اختلالات به

خواست خداوند متعال است. و درود و صلوات بر فرستاده او محمد مصطفی و تمام فرزندان پاک و مطهرش باد. خداوند ما را کفایت می کند و بهترین وکیل در جمیع امور می باشد. سپاس بی کران ویژه پروردگار جهانیان است.

ص: 43

بخش اول: سابقه تاریخی و روایی طب الرضا علیه السلام

و به نستعین

أخبرنا أبو محمد هارون بن موسى التلعكبري رضي الله عنه، قال حدثنا محمد بن همام بن سهيل رحمه الله عليه، قال حدثنا الحسن بن محمد بن جمهور، قال حدثني أبي، و كان عالما بأبي الحسن علي بن موسى الرضا صلوات الله عليهما، خاصا به، ملازما لخدمته، و كان معه حين حمل من المدينة الى المأمون الى خراسان، و استشهد عليه السلام بطوس و هو ابن تسع و أربعين سنة.

ابو محمد هارون بن موسى تلعكبري [که خدایش از او خشنود باد] در گزارشی [روایی] می گوید: محمد بن همام بن سهیل [رحمه الله علیه] در حدیثی که نقل کرده می گوید: حسن بن محمد بن جمهور برای ما نقل کرده که وی می گوید: پدرم از احوال [امام] ابو الحسن علی بن موسی الرضا [صلوات و درود خدا بر او و پدرش باد] باخبر بود و هنگامی که از مدینه به سوی مأمون در خراسان عزیمت فرمود از نزدیکان ویژه و از همراهان خدمت حضرتش بود، تا وقتی که امام در طوس در چهل و نه سالگی به شهادت رسید.

قال: كان المأمون بنيسابور، و في مجلسه سيدي أبو الحسن الرضا عليه السلام و جماعه من الفلاسفة، و المتطبين، مثل: يوحنا بن ماسويه، و جبرائيل بن بختيشوع، و صالح بن بهلمه الهندي، و غيرهم من منتحلي العلوم، و ذوى البحث و النظر.

ص: 45

[پدرم] برای من چنین نقل کرده، می گوید: مأمون در نیشابور بود و در مجلس او، آقا و سرورم [حضرت] ابو الحسن الرضا علیه السلام و گروهی از فلاسفه و پزشکانی چون یوحنا بن ماسویه، و جبرائیل بن بختیشوع، و صالح بن بهلمه هندی، و بسیاری از دانشوران و نخبگان علوم، و صاحب نظران عرصه پژوهش و اهل کاوش و نظر نیز حضور داشتند؛

فجرى ذكر الطّب، و ما فيه صلاح الاجسام و قوامها، فأغرق المأمون و من كان بحضرته فى الكلام، و تغلغلوا فى علم ذلك، و كيف ركب الله تعالى هذا الجسد، و جمع فيه هذه الاشياء المتضاده من الطبائع الأربع، و مضارّ الأغذية و منافعها، و ما يلحق الأجسام من مضارّها من العلل.

دامنه بحث به عرصه طب و سلامت جسم و توانمندی، تحکیم و قوام بدن انسان کشیده شد. مأمون و حاضران در این همایش مشغول بحث و گفت و گو و گرم سخن شدند، سروصدای مناظرات و مباحث علمی به اوج رسید. سخن در کیفیت ترکیب ساختار بدن و اینکه خداوند متعال چگونه جسم آدمی را از عناصر و اضداد ترکیب فرموده و چگونه طبائع چهارگانه متضاد را در آن گرد آورده است و بحث در زیان و منافع مواد غذایی و آسیب های برخاسته از بیماری ها به میان بود.

قال: و أبو الحسن عليه السلام ساكت لا يتكلم فى شىء من ذلك، فقال له المأمون: ما تقول يا أبا الحسن فى هذا الأمر الذى نحن فيه منذ اليوم؟ فقد كبر علىّ، و هو الذى لا بدّ منه من معرفه هذه الأغذية النافع منها و الضارّ، و تدبير الجسد.

پدرم می گوید: در این میان امام ابو الحسن الرضا علیه السلام خاموش نشسته بودند، مأمون پرسید: ای ابا الحسن شما در این باره چه می فرمایید؟ و در خصوص این موضوعات که از آغاز روز درگیر آن هستیم، چه نظری دارید؟ تحلیل این مسائل برای من سنگین است؛ مسائلی که هر انسان در شناخت آن ملزم و مجبور است و آن شناخت مواد غذایی سودمند و مواد زیانبار و نیز شناخت مدیریت و سامان دهی بدن انسان است.

فقال له أبو الحسن عليه السلام: عندى من ذلك ما جرّبه، و عرفت صحّته بالاختبار و مرور الأيام، مع ما وقفنى عليه من مضى من السلف ممّا لا يسع الإنسان جهله، و لا يعذر فى تركه. و أنا أجمع ذلك مع ما يقاربه ممّا يحتاج إلى معرفته.

امام ابا الحسن الرضا علیه السلام فرمود: من تجربیاتی دارم که کاملاً به صحت آن، براساس

تجربه و آزمایش از درستی آن آگاهی دارم و همراه این تجربیات، آنچه گذشتگان مرا بر آن آگاه کرده اند و به درستی آن ها اطلاع یافته ام از جمله آگاهی هایی است که روا نیست انسان، به آن ها جاهل باشد و کسی در ترک این آموزه ها معذور نمی باشد. و من این اندوخته ها را [که محصول آزمایش های شخصی است] جمع بندی نموده، توضیح خواهم داد؛ آموزه هایی که نیاز مبرم به شناخت آن می باشد] و تجربه هایی که در مورد حساس ترین مسائل حیاتی است].

قال: و عاجل المأمون الخروج الی بلخ، و تخلف عنه أبو الحسن علیه السلام، فكتب المأمون الیه کتابا یتنجز ما کان ذکره له، ممّا یتحتاج الی معرفته علی ما سمعه و جرّبه من (الأطعمه و الأشربه و) أخذ الأدویه و الفصد، و الحجامة، و السّواک، و الحمّام، و التّوره، و التّدبیر فی ذلک. فكتب الیه أبو الحسن علیه السلام کتابا هذه نسخه:

پدرم می گوید: [پس از استماع کلام امام] مأمون در آن هنگام، سفر بلخ در پیش داشت و می خواست با شتاب نیشابور را ترک گوید. به همین لحاظ خود به سوی بلخ عزیمت کرد و امام علی بن موسی الرضا علیه السلام در نیشابور اقامت فرمود. مأمون به امام نامه ای نگاشت که مفاد آن نیاز و درخواست وی در تبیین ضرورت شناخت آموزه ها و آزمون ها و شنیده هایی بود در زمینه مواد غذایی و نوشیدنی ها و به کارگیری دارو هایی که اثرات آن از رهگذر تجربه به دست آمده است و شیوه های درمانی مانند فصد، حجامت، مسواک کردن و حمام و استفاده از نوره (داروی نظافت و موبر) و سامان بخشی به صحت و بهداشت بدن، که از جمله راه های درمانی آن به شمار می رود. امام نیز به او پاسخی نگاشت که متن آن چنین است:

[امام علیه السلام یادداشت هایی را خطاب به مأمون مرقوم فرمودند که متن آن بدین قرار است: (اصل متن از بخش دوم آغاز می گردد)].

إعتصمت بالله أمّا بعد، فإنّه وصل كتاب أمير... فيما أمرني به من توقيفه على ما يحتاج اليه، ممّا جرّبته و سمعته في الأّطعمه و الأّشربه، و أخذ الأّدويه، و الفصد، و الحجامة، و الحمّام، و التّوره، و الباه و غير ذلك ممّا يدبّر استقامه أمر الجسد به.

به نام خداوند بخشایشگر مهربان

به فضل خداوند متعال پناه می جویم. اما بعد، نامه امیر به من رسید؛ نامه ای که در آن از من خواسته بود تا ضرورت های مورد نیاز در خصوص تجربیات و شنیده های مورد تأیید [این جانب] در زمینه مواد غذایی و نوشیدنی ها و به کارگیری داروها و شیوه های درمانی فصد، حجامت، حمام، استعمال نوره (داروی نظافت و مویز)، امور جنسی و غیره در عرصه استحکام و سامان بخشی و تنظیم بدن انسان را توضیح و تبیین نموده، به آگاهی او رسانم. (1)

وقد فسّرت ما يحتاج اليه، و شرحت له ما يعمل عليه من تدبير مطعمه، و مشربه، و أخذه الدّواء، و فصده، و حجامته و باهه، و غير ذلك ممّا يحتاج اليه في سياسه جسمه. و بالله التّوفيق.

[من در پاسخ به درخواست امیر] برای وی مسائل مورد نیاز او را تحلیل و تفسیر

ص: 48

1- - مرقومه شریفه امام رضا علیه السلام در پاسخ به درخواست مأمون در خصوص مسائل بهداشتی و حفظ الصّحه به نام رساله ذهبیه/نامه طلایی/در سال های 201-203 (هجری قمری) از نیشابور به بلخ ارسال شده است.

کرده و روند سامان بخشی به مسائل تغذیه و نوشیدن نوشابه، استفاده از دارو، فصد (خون گیری از رگ)، حجامت، مسائل جنسی و سایر اموری که وی در تنظیم و سامان دهی بدن نیاز داشت، تشریح کردم، و توفیق از سوی خداست.

[از خداوند متعال توفیق عمل را خواهانم].

الگوهای نمادین اندام بدن

اعلم أنّ الله عزّ وجلّ لم يبتل العبد ببلاء (بداء) حتّى جعل له دواء يعالج به، و لكلّ صنف من الداء صنف من الدّواء، و تدبير و نعت. و ذلك أنّ هذه الاجسام اسست على مثال الملك.

بدان که خداوند عزّ و جلّ بنده ای را به بیماری مبتلا نمی کند مگر اینکه یک شیوه درمانی (دوا) برایش نهاده و برای هر گروه از بیماری ها، یک طرح و شیوه درمانی خاص قرار داده است (به کار بردن کلمه تدبیر از اهمیت ویژه ای برخوردار است که چه شیوه درمانی ابتدا و کدام راهکار در مرحله بعدی صورت گیرد)، زیرا ساماندهی بدن انسان به سان سامانه مدیریت کشور است.

فملك الجسد هو القلب. و العمّال العروق و الأوصال و الدّماغ. و بيت الملك قلبه و ارضه الجسد. و الاعوان يده، و رجلاه، و عیناه، و شفّته، و لسانه، و اذناه. و خزائنه معدته، و بطنه، و حجابہ صدره.

پادشاه این کشور در قلب است (هو القلب به معنی ما هو فی القلب؛ یعنی روح حیوانی).

عروق، اعصاب و مغز، کارگزاران او هستند. قلب، خانه این پادشاه و جسم حیظه و قلمرو استیلائی او است. دست، پا، چشم، لب ها، زبان و گوش، یاران او هستند. خزانه این پادشاه، معده و شکم، و پرده دار این پادشاه، سینه او است.

فالیدان عونان یقرّبان و یبعّدان و یعملان علی ما یوحی الیهما الملك. و الرّجلان تنقلان الملك حیث یشاء. و العینان تدلّانه علی ما یرغب عنه، لأنّ الملك وراء حجاب لا یوصل الیه إلاّ باذن و هما سراجاه أيضا.

دست ها، دو یاور این پادشاه هستند که به فرمان او نزدیک می آورند و به فرمان او دور می کنند [و مطیع امر او هستند]. پاهایش هر کجا بخواهد او را می برند. چشم ها، پادشاه را به آنچه از نظرش پنهان است راهنمایی می کنند؛ زیرا پادشاه در پس پرده ای

قرار دارد و از حوادث بیرون بی خبر است و آگاهی از برون پرده با کمک و مساعدت این دو چراغ است.

و حصن الجسد و حرزه الاذنان. لا یدخلان علی الملک إلا ما یوافقہ، لأنہما لا یقدران أن یدخلا شیئا حتی یوحی الملک إلیہما فاذا اوحی الملک إلیہما أطرق الملک منصتا لہما حتی یعی منہما، ثم یجیب بما یرید (فیترجم عنہ اللسان بادوات کثیرہ منہا) ریح الفؤاد و بخار المعده، و معونہ الشفتین.

گوش‌ها به منزلهٔ دژ و نگاهبان او می‌باشند [و مانند مرزداران از حدود و ثغور کشور پاسداری می‌کنند] که جز با اجازه و موافقت پادشاه چیزی را بر او عرضه نمی‌کنند؛ زیرا نمی‌توانند صدایی را به پادشاه برسانند مگر به دستوری که از او صادر شود، و هنگامی که دستور صادر گردید منتظر می‌ماند که چه می‌شنود، آن‌گاه پاسخ مناسب را می‌دهد.

(زبان به وسایل مختلف این دستورات را بیان می‌کند که شامل: دم [خروج هوا از ریه و ایجاد صوت با کمک تارهای صوتی] و بخار معده [نیروی که حاصل کار دستگاه گوارش است] و کمک و یاری لب‌ها [سخنگوی این دربار، زبان انسان است که ابزار بسیاری در اختیار دارد که از آن جمله است؛ نسیم دل و بخارات معده و یاری دو لب]).

و لیس للشفتین قوہ إلا بانشاء اللسان. و لیس یستغنی بعضها عن بعض. و الکلام لا یحسن إلا بترجیعہ فی الأنف، لأنّ الأنف یزین الکلام، کما یزین النافخ المزمار.

لب‌ها از خود نیرویی ندارند مگر به کمک زبان [دو لب را نیرویی جز آنچه زبان ایجاد می‌کند نیست]، و هیچ یک از دیگری بی‌نیاز نیستند و سخن، زیبا و تمام ادا نمی‌شود مگر آنکه در بینی به گردش درآید؛ زیرا بینی کلام را زیبا می‌کند [و به صدای انسان، زینت می‌بخشد] مانند دمیدن هوا در نی که باعث ایجاد صوتی زیبا می‌گردد. [نفس نوازندهٔ نی در داخل نی به جریان افتاده و از روزنه‌های آن با آهنگی دلپذیر بیرون می‌آید. لذا کسانی که اختلال حفرهٔ بینی دارند؛ مانند وجود پولیپ یا انحراف تیغهٔ بینی، صدایی نازیبا دارند].

و كذلك المنخران هما تقبا الأنف، و الأنف یدخل علی الملک ممّا یحبّ من الرّوائح الطّیبہ.

فاذا جاء ریح سوء الملک، أوحی إلی الیدین فحجبت بین الملک و بین تلک الرّوائح.

و نیز دو سوراخ که در بینی تعبیه شده [علاوه بر تلطیف و آهنگین کردن تن صدا، عمل بویایی و استشمام را نیز انجام می‌دهد] و رایحه‌ها و بوهای خوش و عطرآگین که

پادشاه آن را دوست دارد بر او داخل می کند [وقتی رایحه و بویی مطلوب و فرح انگیز از این روزنه ها به او می رسد، خاطرش شادمان و منبسط گردد] و اگر بویی نامطبوع و ناخوشایند به درون آید و به پادشاه آزار رساند بی درنگ به دست ها فرمان ممانعت دهد [و به دست ها دستور می دهد جلوی روزنه های بینی را بگیرند و راه را بر آن بوی های نامطبوع مانع شود].

و للملك مع هذا ثواب و عذاب. فعذابه أشدّ من عذاب الملوك الظّاهره القاهره في الدّنيا. و ثوابه أفضل من ثوابهم. فأما عذابه فالحزن. و أمّا ثوابه فالفرح. و أصل الحزن في الطّحال، و أصل الفرّح في الثّرب و الكلّيتين. و فيهما عرقان موصّـلان في الوجه، فمن هناك يظهر الفرّح و الحزن، فترى تباشيرهما في الوجه. و هذه العروق كلّها طرق من العمّال إلى الملك و من الملك إلى العمّال.

و تصديق ذلك: إذا تناول الدّواء أدّته العروق إلى موضع الدّاء.

برای پادشاهی با این همه امکانات، پاداشی است و کیفری (تنبیهاتی)، که تنبیهات و کیفرش شدیدتر از پادشاهان ظاهری و قدرتمند، و پاداش او برتر از پاداش آن هاست. اما کیفر و تنبیه پادشاه، بروز حزن و اندوه و پاداش او ایجاد شادی و فرح است. اصل و ریشه حزن و اندوه در طحال است و منشأ شادی ها در چربی شکم و کلیه هاست. [تجمع سوداء عامل بروز حزن و اندوه است و محل تجمع سوداء در طحال است. هنگامی که سوداء در طحال متراکم و سرشار گردید در بدن پراکنده و زمینه ساز بروز حزن و اندوه و افسردگی است که نمود آن در چهره می باشد. کلیه ها نیز جایگاه دفع سموم از بدن و چربی ها عامل جذب سموم است که با کاهش و تقلیل سموم زمینه فرح و شادمانی فراهم می شود] این عروق بی شمار در بدن انسان [به صورت یک شبکه منسجم] ارسال فرمان از پادشاه به اندام ها و بازگشت آن ها از طریق اعصاب و عروق (و عوامل موجود در عروق مانند هورمون ها) را به عهده دارند. گواه بر این انتقال آن است که با مصرف دارو، عوامل عروقی آن را به موضع بیماری می رسانند. [دارو از طریق رگ ها به موضع درد و محل التهاب و بیماری می رسد و احساس درد و بیماری را فرومی نشاند].

و اعلم أنّ الجسد بمنزله الأرض الطّيبه إن تعهدت بالعماره و السّقي من حيث لا تزاد من الماء فتغرق، و لا تنقص منه فتعطش دامت عمارتها و كثر ريعها، و زكا زرعها، و إن تغافلت عنها

فسدت و نبت فيها العشب، و الجسد بهذه المنزله، و بالتدبير في الأغذيه و الأشر به يصلح و يصح، و تزكو العافيه فيه.

بدان که بدن انسان، همچون زمین پاک و حاصلخیزی است که چون به عمران و آبادانی اش اقدام کنی و آن را آبیاری کنی به گونه ای که در آبیاری آن افراط نورزی تا غرق آب شود [و به صورت باتلاق و لجنزاری درآید] و تفریط نکنی تا از کم آبی، عطشناک بماند و خشک شود، همواره سرسبز و شاداب خواهد ماند و محصولش فراوان و مطلوب خواهد بود [و رویش آن مقرون به اعتدال و سرسبزی می گردد] و اگر از آن غفلت ورزی رو به فساد و ویرانی خواهد رفت، و جز علف هرز در آن روییده نخواهد شد [و محصولی از آن به دست نخواهد آمد]. بدن نیز در این مقام و با ساماندهی و تدبیر در مواد غذایی و نوشیدنی ها، صحت و سلامت می یابد و عافیت، رو به رشد و بالندگی می گذارد.

خصلت ها و سرشت بدن آدمی

و انظر ما یوافقک و ما یوافق معدتک، و یقوی علیه بدنک و یستمرئه من الطّعام و الشرّاب، فقدّره لنفسک، و اجعله غذاءک.

و بنگر و برگزین آنچه را که موافق و مناسب طبع تو (از مزاج، سن، اقلیم و فصل) و هماهنگ با معدّه توست و بدنت (با توجه به شغل و کاری که انجام می دهی) از آن نیرو می گیرد و خوراک و نوشیدنی که آن را گوارا می دارد و از آن بهره می برد؛ پس آن را غذای خودت قرار ده و بر آن مداومت کن. [غذایی را برگزین که بدنت از آن نیرو می گیرد و به آن تمایل پیدا می کند و براساس همین تشخیص به استفاده از مواد سودمند ادامه می دهد و انرژی خود را از چنین تغذیه ای به دست می آورد. پس چنین برنامه ای برای خود تدبیر کن و خوراک خود برگزین.]

و اعلم أنّ کلّ واحده من هذه الطّباع تحبّ ما یشاکلها، فاتّخذ ما یشاکل جسدک. و من أخذ الطّعام زیاده (إلّا بان) لم یفده، و من اخذ بقدر لا زیاده علیه و لا نقص، غذاه و نفعه. و کذلک (الماء، فسیبک) أنّ تأخذ من الطّعام من کلّ صنف منه فی إبتانه، و ارفع یدک من الطّعام و بک إلیه بعض القرم، فإنّه أصحّ لبدنک و أذکی لعقلک، و أخفّ علی نفسک إن شاء الله.

و بدان که هرکدام از این طبائع تمایل به موادی دارد که سنخیت و سازگاری با آن طبع دارد، بنابراین آنچه را که سازگار با طبع تو می باشد برگزین [خوراکی را انتخاب کن که با طبیعت تو همسانی دارد]، کسی که بیش از حد نیاز بخورد سودی به بدن نرسانده، اما کسی که متعادل (نه بیش و نه کم) غذا تناول کند، بدنش را تغذیه کرده و به آن سود رسانده است. نوشیدن آب هم به همین صورت است. بنابراین، [راه سلامت] این است که هر غذایی را به مقدار کافی و در زمان (و فصل) آن تناول کنی و هنگامی دست از غذا بدار که هنوز میل به خوردن داری [و قبل از اینکه سیر شوی (و هنوز اشتها باقی است) دست از طعام بکشی]. که این شیوه، موجب صحت و سلامت بیشتری در بدنت و هوش فزون تری برای عقلت و سبکباری برای وجودت می گردد. [زیرا این اعتدال و امساک برای معده، سودمندتر است و هرگز آن را از نشاط و فعالیت خسته نخواهد ساخت].

ثم كل البارد في الصيف، والحار في الشتاء، والمعتدل في الفصلين، على قدر قوتك وشهوتك و ابدأ في أول طعامك بأخف الأغذية التي تغذي بها بدنك، بقدر عادتك وبحسب وطنك، ونشاطك، وزمانك.

پس غذاهای با طبع سرد را در فصل تابستان (هنگام بروز گرما) و غذاهای با طبع گرم را در فصل زمستان (هنگام بروز سرما) و غذاهای با طبع معتدل را در فصول بهار و پاییز به میزان تحمل و اشتهایت تناول کن. در ابتدا از مواد غذایی سهل الهضم و سبک که مورد نیاز بدنت می باشد (مانند سوپ، شوربا و آش) بر حسب عادات غذایی خود و شرایط اقلیمی محلی که در آن زندگی می کنی و براساس تلاش و نیاز بدن و جدول زمانی خاص (که شرح آن خواهد آمد) شروع کن!

والذي يجب أن يكون أكلك في كل يوم عند ما يمضي من النهار ثمان ساعات (أكله واحده)، أو ثلاث أكالات في يومين. تتغذى باكرا في أول يوم أكلت ثم تتعشى، فإذا كان في اليوم الثاني عند (مضى) ثمان ساعات من النهار أكله واحده، ولم تحتج إلى العشاء.

جدول زمانی که باید روزانه در خوردن غذا رعایت کنی به قرار ذیل است: روزانه یک مرتبه وقتی که هشت ساعت از روز گذشته باشد (یک وعده غذایی) یا سه وعده غذا در مدت دو روز؛ یک مرتبه اول روز (صبحانه)، یک بار پایان روز (شام) و یک مرتبه، روز بعد هنگامی که هشت ساعت از صبح گذشته باشد (ناهار) و در آن روز نیازی به مصرف

شام پیدا نخواهی کرد. [این جدول غذایی، همان آموزه ای است که پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم به امیر المؤمنین علی علیه السلام فرمود که یک روز یک وعده و روز دیگر دو وعده غذا تناول شود].

و لیکن ذلک بقدر، لا یزید و لا ینقص. و تکف عن الطّعام و أنت مشته له. و لیکن شرابک علی اثر طعامک من هذا الشراب الصّافی المعتقد ممّا یحلّ شربه .

[رعایت جدول] وعده های غذا باید به اندازه باشد نه فزوده و نه کاسته گردد [و از تعدیل و اعتدال تجاوز نکند و زیاده و نقصانی نیابد]. در خوردن غذا، در صورتی که هنوز میل و اشتها داری، دست از غذا بکش و نوشابه و شرابی که در پی غذایت می نوشی باید عتیق (جافتاده) و حلال و طیب و طاهر و بی غش باشد (1) [به کیفیتی که ذیلا تهیه آن را برای تو تشریح خواهیم کرد].

ص: 54

1- - شارح متن رساله ذهبیه، ذیل بیان فراز فوق می گوید: اکنون به تشریح سامانه و تحولات فصول سال و تغییرات جوّی ماه های رومی که در هر فصلی جداگانه رخ می دهد می پردازیم و نیز خوراکی ها و مواد غذایی و نوشیدنی هایی که متناسب هر فصل و هر ماه مصرف می گردد و غذاها و اموری که باید از آن پرهیز کرد و راهکارهای حفظ سلامت و بهداشت را از آموزه ها و بیانات دانشوران و فرهیختگان قدیم یادآور می شویم. اکنون به فرموده های پیشوای راستین دین در بیان فرمول تهیه شراب حلال (نوشیدنی طیب و طاهر) که در پی غذا نوشیده می شود، باز می گردیم. (متن عربی شرح فصول و ماه های رومی در حواشی مرقومه همین بخش و متن ترجمه فارسی آن در شرح مبسوط متن کتاب آمده است).

ویژگی های نوشابه حلال

«صفه الشراب»

يؤخذ من الزبيب المنقى عشرة أرطال، فيغسل و يتقع في ماء صاف، في غمره و زياده عليه أربعة أصابع، و يترك في إنائه ذلك ثلاثة أيام في الشتاء، و في الصيف يوما و ليلة.

مقدار ده رطل (1) از مویز (کشمش سیاه) پاک کرده بی دانه را شسته، در ظرفی پر از آب صاف و زلال ریخته، به گونه ای که چهار انگشت آب، روی آن را فراگیرد. در زمستان سه روز تمام (72 ساعت) و در تابستان یک شبانه روز (24 ساعت) در ظرفی به همان حال می گذارند.

ثم يجعل في قدر نظيفه، و ليكن الماء ماء السماء إن قدر عليه، و إلا فمن الماء العذب الصافي الذي يكون ينبوعه من ناحيه المشرق. ماء أبيض، براقا، خفيفا. و هو القابل لما يعترضه على سرعه من السخونه و البروده، و تلك دلاله على خفه الماء.

سپس محتوای ظرف در دیگی (احتمالا ظرف مسی) تمیز و نظیف ریخته شود. این آب حتی الامکان از آب باران باشد در غیر این صورت از آب گوارا و شفافی که از سمت مشرق جریان دارد که آبی است شفاف و زلال، رخشنده و سبک. چنین آبی است که به

ص: 55

1- -رطل تقریبا معادل 340 گرم و ده رطل حدود 3/400 کیلوگرم است.

سرعت تحت تأثیر حرارت قرار می گیرد و [همین ویژگی] دلالت بر سبکی آب می کند [آب های صاف و سبک، هم زود جوش می آیند و هم زود یخ می بندند].

(بنابراین توصیه می شود آبی که برای تهیه این نوشیدنی حلال برمی دارند، اگر آب باران نبود حتما از آب چشمه هایی که در مشرق زمین می جوشد فراهم شود).

و يطبخ حتى ينتفخ الزبيب وينضج ثم يعصر، و يصفى ماؤه، و يبرد. ثم يرد إلى القدر ثانيا.

و يؤخذ مقداره بعود، و يغلى بنار لينة غليانا رقيقا حتى يمضى ثلثاه، و يبقى ثلثه. ثم يؤخذ من العسل المصفى رطل، فيلقى عليه.

و سپس [محتویات این ظرف که آب خالص و مویز است، در همان حال که در یک دیگ پاک و نظیف است] آن را روی آتش بگذارند تا مویز درون آب، پخته شده و مویزها باد کند و عمل بیاید. سپس آن را فشرده و آبش را صاف می کنند [و شیره و عصاره آن را پس از صاف شدن، در کناری دور از آتش به گوشه ای می گذارند] و می ماند تا سرد شود.

باز مجددا در دیگ ریخته و با چوبی اندازه آن را مشخص می کنند و با حرارت ملایمی می گذارند که بجوشد، و با همین حرارت ملایم آن قدر باید جوشیده شود تا دوسوم آن تبخیر و یک سوم آن باقی بماند. سپس به مقدار یک رطل (340 گرم) از عسل مصفی و خالص در آن می ریزند.

و يؤخذ (مقدار الماء و مقداره من القدر)، و يغلى حتى يذهب قدر العسل، و يعود إلى حده.

و باز اندازه آن عسل و آب باقیمانده در دیگ گرفته می شود و روی همان آتش ملایم، آن را می جوشانند تا به اندازه یک رطل (340 گرم) یعنی به میزان وزن عسل از آب موجود در دیگ تبخیر شود و وزن آن به همان میزان که پیش از افزودن عسل بود بازگردد.

و يؤخذ خرقة صفيقه، فيجعل فيها من الزنجبيل وزن درهم، و من القرنفل وزن درهم، و من الدار صيني وزن نصف درهم، و من الزعفران وزن درهم (و من السنبل وزن نصف درهم و من العود التي وزن نصف درهم)، و من المصطكي وزن نصف درهم بعد أن يسحق كل صنف من هذه الاصناف وحده و ينخل، و يجعل في الخرقة، و يشد بخيط شدا جيدا. و يكون للخيط طرف طويل تعلق به الخرقة المصرورة في عود معارض به على القدر، و يكون القى هذه الصره في القدر في الوقت الذي يلقي فيه العسل.

و تکه پارچه ای محکم بافت برداشته به مقدار یک درهم (2/5 گرم) زنجبیل و یک

درهم میخک و نصف درهم دارچین و یک درهم زعفران و نصف درهم سنبل الطیب و نصف درهم عود مندلی و نصف درهم مصطکی را هرکدام جداگانه کوبیده، بعد همه را میان این پارچه ریخته و آن را محکم با نخ به خوبی دوخته (یک طرف نخ که درازتر است به تکه پارچه وصل می شود و طرف دیگر نخ از بالا به تکه چوبی که از عرض بر روی آن گذاشته می شود بسته شده و در میان دیگ آویزان می شود و این کیسه هنگامی که عسل در دیگ ریخته می شود در دیگ آویزان می گردد.

ثم تمرس الخرقه ساعه فساعه، لينزل ما فيها قليلا قليلا، ويغلى إلى أن يعود إلى حاله، ويذهب زياده العسل. وليكن التار ليّنه، ثم يصفى و يبرد، و يترك في إنائه ثلاثة أشهر مختوما عليه، لا يفتح، فإذا بلغت المدّة فاشربه، و الشّربه منه قدر اوقيه بأوقيتين ماء.

[سپس درحالی که زیر دیگ روشن است و شیره مویز به آرامی می جوشد] تکه پارچه را ساعت به ساعت در دیگ حرکت داده تا محتویات آن در اثر حرکت در دیگ پایین تر رود و با حرارت ملایم آتش به همین منوال ادامه دهند تا جوشیده شود و به حال خود بازگردد و به قوام آید و فزونی عسل نیز از بین برود. [و حجم محتویات این دیگ به میزان نخستین خود برسد].

حرارت آتش باید ملایم باشد، سپس [دیگ را از روی آتش برمی دارند و] محتویات آن را صاف کرده، می گذارند سرد شود و آن گاه به مدت سه ماه، در ظرف (شیشه ای) را مسدود و مختوم نموده و بدون آنکه در این مدت باز شود، می ماند [تا تحت همین شرایط، خواص اجزای مواد متشکله درهم ترکیب شود و معجون، قوت کیفی پیدا کند].

پس از این مدت می توانی آن را بنوشی و در هر وعده یک اوقیه (7 مثقال، تقریباً 30 گرم) از آن را با دو برابر آب مخلوط کرده و بنوش.

اصول بهداشتی مصرف خوراکی ها و نوشیدنی ها

فإذا اكلت كما و صفت لك من قدر الطّعام فاشرب من هذا الشّراب ثلاثة أقداح بعد طعامك.

فإذا فعلت فقد أمنت يا ذن الله يومك (من وجع النّقرس و الأبرده، و الرّيح المؤذيه).

وقتی غذا را به میزانی که برای توصیف کردم میل کردی، سه قدح از این شراب حلال بنوش. این راهکار به اذن خداوند متعال، درمان بیماری نقرس (در طب قدیم

بیماری های مفصلی از مچ به پایین را گویند) و سردی ها و بادهای آزاردهنده [و اختلالات عصبی و ناراحتی های گوارشی، کبد، طحال و... می باشد و در آن روز و شب ایمن و محفوظ خواهی بود] و آسوده و پر نشاط خواهی شد؛ زیرا آثار شراب حلال در دردهای مزمن مانند نقرس و دیگر عوارض و اختلالات جسمی و ناراحتی های عصبی، گوارشی، کبدی، طحال و معده قطعی است].

فإن اشتهيت الماء بعد ذلك فاشرب منه نصف ما كنت تشرب، فإنه (أصح لبدنك، و أكثر لجماعك و أشد لضبطك و حفظك).

در صورتی که پس از مصرف این نوشابه تمایل به نوشیدن آب داشتی، می توانی با نوشیدن آب اما به میزان نصف آنچه که در گذشته مصرف می کردی تشنگی خود را فرو نشانی [زیرا مصلحت مزاج چنین اقتضا می کند و اگر براساس این برنامه عمل شود]، (برای صحت و سلامت بدن و تقویت امور جنسی و قدرت باه و حفظ بدن از سلطه بیماری ها به مراتب شایسته تر بوده و از لذت خواب، خوراک، جماع و صحت مزاج نیز برخوردار خواهی شد).

فإن الماء البارد، بعد أكل السمك الطري يورث الفالج. و أكل الأترج بالليل يقلب العين و يورث الحول، و إتيان المرأة الحائض يوّلد الجذام في الولد. و الجماع من غير إهراق الماء على إثره يورث الحصاه. و الجماع بعد الجماع من غير أن يكون بينهما غسل يورث للولد الجنون (إن غفل عن الغسل).

نوشیدن آب سرد پس از خوردن ماهی تازه، موجب بروز فلج و لقوه و سستی اندام می شود (آب و ماهی تازه طبع سرد دارند و مصرف توأم آن ها باعث تشدید بلغم می شود).

خوردن اترج (ترنج و بالنگ) در شب، چشم را منحرف می کند و باعث دوبینی (احول) شود. نزدیکی با زن در زمان قاعدگی (پریود)، موجب بروز جذام در کودک می گردد [جذام در گذشته مشتمل بر بیماری های مختلفی بوده که اکنون برخی از این بیماری ها از بین رفته است و در حال حاضر بیماری مزمن جلدی است به صورت لکه های مدور سرخ فام برآمده و پوشیده از پوست های خشک با سیری تدریجی و طولانی]. عدم تخلیه ادرار (که ماده ای اسیدی است) بعد از آمیزش جنسی و انزال منی (که ماده ای قلیایی است)، زمینه ساز تشکیل سنگ است. مقاربت جنسی پی در پی و بدون انجام

غسل که باید در فواصل آن‌ها باشد، موجب بروز و پیدایش جنون در فرزند می‌باشد.

و کثره أكل البيض و إدمانه يورث الطحال، و رياحا في رأس المعده . و الامتلاء من البيض المسلوق يورث الربو، و الابتهاار . (و أكل اللحم التي يورث الدود في البطن). و أكل التين يمل الجسد إذا أدمن عليه. و شرب الماء البارد عقيب الشئ الحارّ و عقيب الحلاوه يذهب بالأسنان. و الإكثار من أكل لحوم الوحش و البقر، يورث تيبس العقل و تحيير الفهم، و تلبّد الذهن، و كثره التسيان .

مصرف زیاد تخم مرغ و عادت به خوردن مداوم آن موجب افزایش حجم طحال و ایجاد نفخ و باد بر سر معده می‌شود، و پر کردن شکم از تخم مرغ پخته (آب پز) باعث تنگی نفس، آسم و تنگی سینه می‌گردد (مصرف گوشت خام نیز در معده تولید کرم و انگل می‌کند). خوردن مداوم انجیر بدن را فربه و چاق می‌کند، و نوشیدن آب سرد پس از غذای گرم و در پی مصرف شیرینی دندان‌ها را فاسد می‌کند. و مصرف زیاد گوشت حیوانات وحشی و گاو، موجب خشکاندن چشمه‌های عقل [کاهش عقل و اندیشه] و سردرگمی درک و فهم [ابهام و کندذهنی] و تحجّر ذهنی [دیرفهمی و کاهش درک ذهنی] و فزونی نسیان و فراموشی می‌گردد.

ص: 59

وإذا أردت دخول الحَمَّامِ وأن لا تجد في رأسك ما يؤذيك، فابدأ عند دخول الحَمَّامِ بخمس حَسَوَاتِ ماء حَارٍّ فَإِنَّكَ تَسْلَمُ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى مِنْ وَجَعِ الرَّأْسِ وَالشَّقِيقَةِ. وَقِيلَ خَمْسَةٌ أَكْفَتْ مَاءَ حَارٍّ تَصَبَّهَا عَلَى رَأْسِكَ عِنْدَ دُخُولِ الحَمَّامِ.

و گاهی که می خواهی وارد حمام شوی و دچار سردرد و اختلالات آزاردهنده آن نشوی، هنگام ورود به حمام، پنج جرعه از آب گرم [نظیف] را بنوش تا به اذن خداوند متعال از درد سر و شقیقه به سلامت و در امان باشی. و گفته اند پنج مشت آب گرم بر سر ریختن در هنگام ورود به حمام نیز همین خواص را در پی خواهد داشت [سردردهای میگرن (گرم و سرد)، سردرد از آفتاب، سردرد از حمام، سردرد از سرما، سردرد از سوداء، سردرد از بلغم و انواع دیگری از سردرد وجود دارد].

و اعلم أنّ ترکیب الحَمَّامِ علی ترکیب الجسد. للحَمَّامِ أربعة أبيات مثل أربع طبائع. ألبیت الأول: بارد یابس، و الثانی: بارد رطب، و الثالث: حارّ رطب، و الرابع: حارّ یابس .

و آگاه باش که ساختار بنای حمام، شبیه ساختار ترکیب بدن انسان است. حمام، چهارخانه [چهار مرحله] دارد و مانند طبائع اربعه [شکل های چهارگانه طبع آدمی] است.

منزلگاه نخست: سرد و خشک [آنجا که لباس را از تنت درمی آوری (رختکن)]، منزلگاه دوم: سرد و تر (مسیر عبور از رختکن به جای گرم و تر داخل حمام)، منزلگاه سوم: گرم و تر (مانند حمام و خزینه)، و منزلگاه چهارم: گرم و خشک (مانند تون حمام).

و منفعه الحَمَّام تَوَدَّى إِلَى الاعتدال، و يَلْتَمِسُ العصب و العروق، و يَقْوَى الأعضاء الكبار، و يذِيب الفضول و العفونات .

منافع حَمَّام اینکه: مزاج انسان را به سمت تعدیل و اعتدال می کشاند، آلودگی و چرک را از بدن می زداید، اعصاب و عروق را نرم می سازد، به اعضای رئیسیه و اندام های بزرگ و اصلی بدن نیرو می بخشد و بالاخره، سموم و فضولات و عوامل عفونی را از بین می برد، و عفونت ها را ذوب می کند.

و إذا أردت أن لا يظهر في بدنك بثره و لا غيرها، فابدأ عند دخول الحمام بدهن بدنك، بدهن البنفسج . و إذا أردت (أن لا يبيح قروح و لا شقاق، و لا سواد، فاغسل بالماء البارد قبل أن تتنور.

اگر می خواهی بعد از استحمام بدنت دچار جوش پوستی و مشکلات دیگری نشود، هنگامی که وارد حمام می شوی بدن خود را با روغن بنفشه چرب کن و هرگاه خواستی از نوره (داروی نظافت) استفاده کنی، برای جلوگیری از زخم و ترک در پوست خود، پیش از آنکه نوره را مورد استفاده قرار دهی، موضع را با آب سرد شستشو ده [زیرا آب سرد با ایجاد انقباض در منافذ پوست مانع نفوذ نوره در پوست و عوارض احتمالی می شود].

و من أراد دخول الحمام للتوره، فليتجنب الجماع قبل ذلك يائتي عشره ساعه، و هو تمام يوم. و ليطرح في التوره شيئاً من الصبر، و القاقيا، و الحضحض . أو يجمع ذلك، و يأخذ منه اليسير إذا كان مجتمعاً أو متفرقاً.

کسی که می خواهد وارد حمام شود و از نوره (داروی نظافت) استفاده کند، لازم است دوازده ساعت یعنی یک روز تمام از اقدام به عمل جنسی [مقاربت] پرهیز جوید. و سپس "نوره" را با اندکی "صبر زرد" (گیاه دارویی آلوئه ورا)، و اقاقیا [گیاه دارویی] و حضحض [گیاه خاردار] شبیه اقاقیا [بیامیزد. این مواد را جدا جدا تهیه کند یا همه را جمعاً با هم بکوبد و سپس از آن کوبیده، بخشی را با نوره مخلوط سازد.

و لا يلقى في التوره من ذلك شيئاً حتى تَمَاتِ التوره بالماء الحارّ الذي يطبخ فيه البابونج و المرزنجوش أو ورد البنفسج اليابس. و ان جمع ذلك أخذ منه اليسير مجتمعاً أو متفرقاً قدر ما يشرب الماء رائحته.

و باید رعایت کرد تا نوره را به عمل نیاورده اند نباید هیچ ماده دیگری به آن اضافه کنند و نوره را چنین تهیه کنند: از بابونه و مرزنجوش و گل بنفشه خشک یا گل سرخ مقداری در آب جوش بریزند و نوره را با آب این جوشانده معطر خمیر کنند [و اگر جمع این گیاهان را به عنوان جوشانده به کار بردند، مقدار کمی از محلول جوشانده و یا اگر هریک از گیاهان را به تنهایی در تهیه جوشانده به کار بردند به اندازه ای که آب، بوی عطر گیاه را به خود بگیرد، جهت خمیر نوره، استفاده نمایند] و مقدار بابونه و مرزنجوش و گل بنفشه یا گل سرخ خشک باید به میزانی باشد که آب جوشانده را معطر سازد.

و لیکن زرنیخ التوره مثل ثلثها. و یدلک الجسد بعد الخروج منها ما یقطع ریحها، کورق الخوخ و ثجیره العصفر، و الحناء و (السعد و الورد).

مقدار زرنیخ (زرنیخ واژه ای است که به یونانی آن را فرساطیس گویند و در شیمی، سولفید آرسنیک به فرمول $AS^2 S^3$ می باشد) به میزان 1/3 (یک سوم) مقدار نوره باشد. [پس از تهیه چنین نوره ای] پس از استفاده از نوره و شستشوی محل آن، برای برطرف کردن بوی نوره با موادی مرکب از برگ هلو و عصفر [گلی است مانند زعفران به نام کافشه یا کاجیره یا گل رنگ] و حنا و سعد کوفی و گل سرخ موضع را ماساژ دهند. [تا بوی زنده نوره، جای خود را به عطر دلپذیر گل ها ببخشد].

و من أراد أن یأمن التوره و یأمن احراقها، فلیقل من تقلیها، و لیبادر إذا عملت فی غسلها و أن یمسح البدن بشیء من دهن ورد. فإن أحرقت - و العیاذ باللّه - اخذ عدس مقشّر (فیسحق بخلّ و ماء ورد) و یطلى على الموضع الذی احرقته التوره، فانه یرأ یاذن اللّه.

کسی که بخواهد از عوارض نوره و سوزش آن در امان باشد پس از استعمال، کمتر آن را دستکاری کرده و هرچه سریع تر موضع را با روغن گل سرخ بمالد. اگر بدن، در نتیجه سوزش و احتراق نوره آسیبی ببیند [العیاذ باللّه]، عدس پوست کنده را آرد کند [و با گلاب و سرکه بیامیزد] و موضع التهاب را که در اثر نوره سوخته است [با این خمیر رقیق] بمالد. به اذن خداوند متعال [التهاب زخم و سوزش] بهبود خواهد یافت.

و الذی یمنع من تأثیر التوره للبدن هو أن یدلک عقیب التوره بخلّ عنب، و دهن ورد دلکا جیّدا...

و کسی که بخواهد از عوارض نوره پیشگیری کند، باید بعد از استفاده از نوره، موضع

نوره کشیده را با سرکهٔ طبیعی انگور و روغن گل سرخ به خوبی ماساژ و مالش دهد [آن موضع، هرگز از مواد سوزناک "نوره" هر قدر هم قوی باشد، التهاب و آسیبی نخواهد دید].

ص: 63

بخش پنجم: آداب بهزیستی و بهداشت فردی

و من أراد أن لا يشتكى مثانته، فلا يحبس البول و لو على ظهر دابته.

هرکس می خواهد مثانه اش به عارضه ای گرفتار نشود [دچار عوارض دستگاه ادراری نگردد] ادرار خود را نگه ندارد، گرچه بر مرکبی سوار باشد [تخلیه ادرار را به تأخیر نیندازد، مهم ترین عارضه آن، بازگشت ادرار به کلیه و ایجاد زمینه عفونت ادراری است]. و من أراد أن لا تؤذیه معدته فلا يشرب علی طعامه ماء حتی یفرغ منه، و من فعل ذلک رطب بدنه، و ضعف معدته، و لم تأخذ العروق قوه الطعام، لأنه یصیر فی المعده فجاً اذا صب الماء علی الطعام أولاً فأولاً.

کسی که می خواهد معده اش آسیب نبیند در بین غذا آب ننوشد که در چنین صورتی دچار افزایش رطوبت بدن و ضعف معده می گردد [زیرا معده برای هضم نیازمند حرارت است. مصرف آب در چنین شرایطی علاوه بر ایجاد اختلال در هضم معده، باعث افزایش آب سلولی و رطوبت بدن می گردد، و هنگامی که هضم اول در معده دچار اختلال شد، غذای هضم نشده از طریق عروق «ماساریقا» جذب نمی شود. [زیرا اگر پشت سرهم روی غذا آب ریخته شود، آن غذا در معده نارس و بدگوارش می گردد. [این اقدام غیر بهداشتی غالباً موجب بزرگی شکم و انباشت چربی در ناحیه شکم خواهد شد و افرادی که در میان غذا، آب یا نوشابه می نوشند، به اختلالات گوارشی دچار می شوند]. و من أراد ان یأمن الحصاه، و عسر البول، فلا یحبس المنی عند نزول الشَّهوه، و

کسی که می خواهد از ایجاد سنگ در مجاری ادراری و ناراحتی در هنگام دفع ادرار [در اثر بزرگ شدن پروستات] در امان باشد در هنگام انزال، مانع خروج آن نشود، و به هوای احساس لذت بیشتر عمل مقاربت را خیلی طولانی نکند [این گونه اقدامات بازدارنده از نظر سکسوفیزیولوژی بسیار زیانمند بوده، موجب بازگشت هورمون های جنسی و فشار بر سیستم تناسلی و مجاری آن شده و نیز اثرات سوئی بر سیستم مغز و اعصاب خواهد داشت. و نیز پس از اطفای میل جنسی هر چه زودتر برای تخلیه ادرار اقدام کند].

و من أراد أن يأمن وجع السفل، و لا يضربه شيء من أرياح البواسير فليأكل سبع تمرات هيرون بسمن بقر، و يدهن انثيه بزنبق خالص .

و کسی که می خواهد از درد عضلات داخل لگن و اطراف مقعد در امان بوده و از عوارض و فشار بادهای بواسیر آسیبی نبیند، هفت عدد خرما ی هیرون (برنی) که در روغن گاو تفت داده میل نماید و به دو بیضه اش روغن زنبق بمالد. [احتمالاً به این دلیل که ویژگی ضد سودایی خرما به خصوص وقتی که در روغن گاو که ماده ای گرم و تر است اضافه شود، زمینه را برای کاهش فشار بادهای بواسیر فراهم می کند و باعث نرمی رگ های اطراف ناحیه مقعد و تقلیل درد و عوارض ناشی از بواسیر می گردد].

و من أراد أن يزيد في حفظه، فليأكل سبع مثاقيل زببيا بالغداه على الرقيق.

کسی که می خواهد حافظه اش افزایش یابد هر روز صبح ناشتا هفت مثقال (بیست و یک دانه) کشمش سیاه [مویز] میل کند. [مویز حاوی مقدار زیادی املاح معدنی مانند کلسیم، فسفر، پتاسیم، منگنز، منیزیم، و نیز هیدرات های کربن و پروتئین می باشد و به علت وجود دو عنصر فسفر و کلسیم، سلول های مغزی را تغذیه می کند و باعث تثبیت عناصر مورد نیاز در بافت ها و نسوج و سلول های حافظه در مغز می گردد].

و من أراد أن يقلل نسيانه و يكون حافظا، فليأكل في كل يوم ثلاث قطع زنجبيل مرّي بالعسل، و يصطبغ بالخردل مع طعامه في كل يوم.

کسی که می خواهد فراموشی خود را کاهش داده، و از قدرت حافظه خوب برخوردار شود باید هر روز سه قطعه زنجبیل پرورده در عسل [زنجبیلی که در عسل

خوابانیده شده] و آغشته به خردل را همراه با غذای روزانه خود بخورد. [ترکیب عسل و زنجبیل و خوردن آن، رطوبت های زیاد میان سلول ها و بافت های مغزی را که به علت مصرف غذاهای رطوبی و سرد به وجود آمده، و یکی از عوامل نسیان و فراموشی است، خنثی ساخته و از بین می برد].

و من أراد أن یزید فی عقله فلا یخرج کلّ یوم حتی یلوك علی الریق ثلاث هلیلجات سود مع سکر طبرزد .

کسی که می خواهد از هوش و ذکاوت بسیاری برخوردار شود، هر روز قبل از خروج از خانه، صبح ناشتا سه دانه هلیله سیاه را با شکر سرخ (طبرزد) میل کند. [هلیله سیاه را کوبیده، پودر نماید و با شکر طبرزد بیامیزد و مصرف کند].

و من أراد أن لا تشقق أظفاره و لا تفسد فلا یقلّم أظفاره الا یوم الخمیس .

کسی که می خواهد ناخن هایش نشکند و خراب نشود روز پنج شنبه آن را کوتاه کند [شاید به این دلیل که در روزهای کاری هفته به ناخن به عنوان عامل کمکی انگشتان نیاز دارد و چیدن ناخن در روز پنج شنبه تا صبح شنبه که آغاز کار است، رعایت نظافت برای انجام عبادت در شب و روز جمعه که عید مسلمین است و مراعات اصول بهداشت بوده است].

و من أراد أن لا یشتکی اذنه، فلیجعل فیها عند التّوم قطنه .

کسی که می خواهد دچار درد گوش نشود، هر شب به هنگام خواب اندکی پنبه در گوش خود گذارد. [فشار هوا از دو طرف بر پرده گوش وارد می شود (سوراخ گوش و مجرای حلقی گوش). بلعیدن هوا باعث می شود که هوا با فشار جدید به قسمت داخلی پرده گوش وارد شود و فشار دو طرف برابر بوده، پرده گوش فقط از یک طرف تحت فشار نباشد، ولی در هنگام خواب که عمل بلعیدن آب دهان انجام نمی شود فشار هوا از مجرای گوش باعث فشار بر پرده و درد گوش خواهد شد که قرار دادن پنبه مانع انتقال فشار به پرده گوش می شود].

و من أراد دفع الزّکام فی الشّتاء أجمع، فلیأکل کلّ یوم ثلاث لقم شهد .

کسی که می خواهد در تمام فصل زمستان به زکام دچار نشود هر روز سه قاشق [سوپخوری] عسل (طبیعی) میل کند.

و اعلم أنّ للعسل دلائل يعرف بها نفعه (من ضرره) و ذلك أنّ منه ما إذا أدرکه الشّمّ عطس، و منه ما يسکر و له عند الذّوق حرافه شدیده فهذه الأنواع من العسل قاتله.

بدان که در میان عسل های (خالص طبیعی و عسل های تقلبی و فاسد) نشانه هایی وجود دارد که بدان وسیله شناخته می شوند و مفید بودن عسل از زیان بار بودن آن ها مشخص می گردد. از جمله اینکه در هنگام بوییدن آن دچار عطسه می شوی [وقتی جلوی بینی می گیرند ایجاد عطسه می کند]. دیگر اینکه مستی آور باشد و در هنگام چشیدن، مزه ای شدیداً تند داشته باشد که این ها انواع کشنده عسل هستند.

و لیشّم التّرجس فإنّه یا من الزّکام. و كذلك الحبه السّوداء .

در زمستان بوییدن گل نرگس و سیاه دانه عامل پیشگیری از بروز زکام است.

[گل نرگس و سیاه دانه دارای طبع گرم است که بوییدن آن ها باعث گرمی مغز و پیشگیری از زکام می شود. ضمناً اسانس روغنی موجود در سیاه دانه و گل نرگس خواص ضد میکروبی و ضد ویروسی شدید داشته، موجب تقویت سیستم دفاعی در مقابله با حملات ویروسی و میکروبی می باشد و همین امر باعث پیشگیری از زکام است].

و إذا جاء الزّکام فی الصّیف، فلیأکل کلّ یوم خیاره واحده، و لیحذر الجلوس فی الشّمس.

و هنگامی که در تابستان زکام به سراغتان آمد، هر روز یک خیار میل کنید، [و برای پیشگیری از زکام در ایام تابستان] از نشستن در آفتاب پرهیز گردد. [زکام در تابستان از گرمی است که رطوبت های مغز از طریق بینی تخلیه می شود و موجب خشکی مغز می گردد. باید مواد خوراکی و میوه هایی را تناول نمود که این رطوبت را به مغز برگرداند و نیز این گونه میوه ها موجب تبرید و ترطیب (سرد و رطوبتی کردن) مغز شده، ویتامین های مورد نیاز مانند ویتامین C را در جهت تقویت سیستم دفاعی و گلبول های سفید در اختیار بدن می گذارند. پرهیز از نشستن در آفتاب و مصرف خیار که ماده ای شدیداً رطوبتی است باعث بازگشت مغز به حالت طبیعی می شود (هندوانه نیز همین خاصیت را دارد، اما خیار از ویژگی ممتازی در پیشگیری از زکام برخوردار است)].

و من خشی الشّقیقه، و الشّوصه، فلا ینم حین یأکل السّمک الطّریّ صیفا کان أم شتاء.

کسی که از بروز درد شقیقه و درد پهلو و شکم [شوصه یا ذات الجنب، آماسی است گرم و دردناک اندر حجاب و آنچه در عضله های سینه باشد] بیمناک است در فصل

تابستان بعد از خوردن ماهی تازه، بلافاصله به خواب و استراحت نپردازد. [زیرا طبع ماهی سرد است و خواب نیز سردکننده بدن است که موجب تشدید سردی مغز و اعصاب و احشاء و درد سر و شکم می شود. خواب پس از خوردن ماهی احتمالاً موجب سستی و بی حسی اندام می گردد. از این رو از معصومین علیهم السلام نقل گردیده که بعد از خوردن ماهی، چند دانه خرما میل شود تا طبع سرد ماهی را خنثی ساخته، اثرات منفی طبع سرد را بر اندام مرتفع نماید، و نیز مواد قندی موجود در خرما سبب سوق مواد پروتئینی و اسید آمینه های موجود در ماهی به سمت بافت ها و سلول ها و در نتیجه، سوخت و ساز صحیح مواد غذایی می شود].

و من أراد أن یكون صالحاً، خفیف اللحم، فلیقلل عشاءه باللیل.

کسی که می خواهد همواره بدنی صحیح و سالم، سبک بار، [پرنشاط و متعادل داشته باشد تا آنجا که امکان دارد] از شام شب بکاهد [و سبک بار به بستر برود].

(و من أراد أن لا یشتیکی کبده عند الحجامه، فلیأکل فی عقیبها هندباء بخل).

کسی که می خواهد کبدش با انجام حجامت دچار اختلال نشود، پس از انجام حجامت، کاسنی و سرکه انگور میل کند.

و من أراد أن لا یشتیکی سرته فلیدهنها اذا دهن رأسه.

کسی که می خواهد دچار درد ناف نشود، در هنگام روغن مالی سر، نافش را نیز روغن مالی کند.

و من أراد أن لا تشقق شفتاه، ولا یخرج فیها ناسور فلیدهن حاجبیه.

کسی که می خواهد دچار خشکی و ترک و زخم لب نشود ابروهایش را روغن مالی کند.

و من أراد أن لا یسقط اذناه، ولا لهاته، فلا یأکل حلوا الا تغرغر بخل.

کسی که می خواهد دچار افتادگی کام و کانال حلقی گوش نشود، پس از خوردن شیرینی با سرکه غرغره کند [سرکه که طبعش سرد و خشک است، باعث برطرف کردن اختلال ناشی از مصرف شیرینی (که گرم و تر است) می گردد].

(و من أراد أن لا یفسد أسنانه فلا یأکل حلوا إلا أكل بعده كسره خبز).

کسی که می خواهد دندان هایش پوسیدگی و فساد پیدا نکند هرگاه شیرینی مصرف

می کند، پس از آن، تکه نانی را میل کند [به وسیله این تکه نان، لای دندان ها و اطراف لثه ها پر می شود که جلوی نفوذ شیرینی را می گیرد، از این رو مانع تجزیه مواد قندی و گسترش فعالیت باکتری ها می گردد].

و من أراد أن لا یصیبه الیرقان، و الصّفار فلا یدخلنّ بیتا فی الصّیف أوّل ما یفتح بابه (و لا یخرجنّ من بیت فی الشّتاء أوّل ما یفتح بابه بالغداه).

کسی که می خواهد دچار زردی و یرقان نشود در فصل تابستان به اتاقی که درب آن تازه باز شده باشد وارد نشود [ویژگی گرمی هوا در اتاق در بسته عامل کشاندن صفرا به سطح پوست و زردی چهره و بدن می شود] (و نیز در صبح زمستان ناگهان از اتاق خارج نشود) [گرمی اتاق باعث اتساع عروق سطحی و کشاندن صفرا به سطح پوست می گردد و با احساس سردی ناگهانی، عروق سطحی منقبض و پوست دچار کاهش و کمبود خون شده، و رنگ خون به زردی می گراید. در فصل زمستان از اتاق گرم، ناگهان خود را در معرض هوای سرد قرار ندهد، بلکه صبر کند تا به تدریج بدنش با هوای تازه انس و الفت بگیرد].

و من أراد أن لا یصیبه ریح، فلیأکل الثّوم فی کلّ سبعة آیام.

کسی که می خواهد دچار عوارض ریح (نفخ و باد) نشود، هفته ای یک بار سیر بخورد [در طب سنتی دردهای منتشره در بدن را که هر لحظه در نقطه ای بروز می کند ناشی از ریح (باد) می دانند. سیر یک ماده گرم و محلّ ریح است و بادها را تحلیل می برد].

و من أراد أن یمریه الطّعام، فلیتکئ علی یمینه، ثمّ ینقلب بعد ذلک علی یساره حین ینام.

کسی که می خواهد غذا گوارای و جودش شود [و دستگاه گوارش او به خوبی و سهولت، عمل خود را انجام دهد] هرگاه که می خواهد با شکم سیر بخوابد، ابتدا به پهلو راست دراز بکشد و پس از چند دقیقه از پهلو راست به پهلو چپ بگردد [این شیوه، دستگاه گوارش را در وظایف خود، آزاد و آسوده خواهد نمود. با توجه به وضعیت استقرار معده و روده، خوابیدن به پهلو راست، موجب تسهیل در خروج محتویات معدی (ماده کیموس) به روده می گردد و پس از خروج غذا از معده می توان به پهلو چپ خوابید].

و من أراد أن یدهب بالبلغم، فلیأکل کلّ یوم جوارشا حریفا، و یكثر دخول الحمّام، و إتیان النّساء، و القعود فی الشّمس، و یتجنّب کلّ بارد، فأنّه یدیب البلغم و یحرّقه.

کسی که [افزونی بلغم را در مزاج خود احساس می کند و] می خواهد بلغم را از وجود خود بزدايد، هر روز غذای خود را با اندکی از "جوارش" [ادویه جات مانند فلفل، زیره و دیگر مواد تند از این قبیل] بپیمزد و به قدری که مقدور است حمام بگیرد و اقدام به مقاربت با همسران خود نماید، و در آفتاب بنشیند [حمام آفتاب بگیرد] و از صرف غذاهایی با طبع سرد پرهیز جوید، تا بلغم در مزاجش سوخته و زدوده شود و حالش به اعتدال گراید. [جوارشات موادی هستند که پس از غذا و برای هضم آن خورده می شود].

"جوارش حریف" جوارشی است که تندمزه باشد. "حمام" در گذشته با آنچه که امروز وجود دارد متفاوت است. در گذشته ورود به حمام به خاطر حرارت بالا و تعریق، باعث تقلیل بلغم می گردید، و دفع منی که یک ماده بلغمی است، در جریان مقاربت و مباشرت، باعث کاهش و کم کردن رطوبت می شود و آفتاب که گرم و خشک است موجب تقلیل بلغم که سرد و تر است می گردد. شایان توجه اینکه حضرت با درایت ویژه با تحلیل علمی، سوزاندن بلغم را مطرح می فرماید؛ یعنی باید یک سری واکنش های شیمیایی و متابولیک بر آن اثر گذاشته و دفع شود. مثلاً- بافت چربی برای این که وارد خون شود ابتدا به تری گلیسیرید تبدیل می شود و سپس در اثر عوامل متعدد متابولیک و آنزیمی می سوزد و در بافت ها و سلول ها مصرف می گردد و مواد زاید آن دفع می شود].

و من أراد أن يطفئ المرّة الصفراء، فليأكل كلّ بارد لّين، و يروّح بدنه، و يقلّل الانتصاب، و يكثر التّظر الی من یحبّ.

کسی که می خواهد آتش صفرا را در بدن خاموش کند، باید هر روز چیزی سرد و تر بخورد، و بدنش را خنک کند و تحرک و تلاش خود را کاهش دهد و به کسی که دوستش دارد نگاه کند. [این عوامل و شرایط، داروی درمان طغیان صفراست. صفرا در طب سنتی به منزله آتش است که گرم و خشک می باشد و باید با آب که سرد و تر و سایر موادی که سرد و تر هستند، تقلیل یابد. حرکت موجب گرمی است و دفع رطوبت نیز شخص صفراوی را بیشتر می سوزاند، و استراحت، سرد و تر است که موجب اصلاح صفرا می شود. نگاه کردن به دشمن باعث خشم و خشم موجب افزایش گرمی می گردد، اما نگاه کردن به کسی که محبوب انسان است موجب آرامش و تقلیل صفرا می شود].

و من أراد أن لا تحرقه السوداء فعليه بالقيء، و فصد العروق، و الإطلاء بالتوره.

کسی که [مزاج سوداوی دارد و] می خواهد سوداء او را نسوزاند، می تواند با استفاده از روش "قی" و فصد [خون گیری از رگ ها] و استفاده از "نوره" به مقصود خود دست یابد [و طغیان سوداء را در طبیعت خود فرو بنشانند. سودای معده را با انجام "قی" و سودای عروق را با انجام "فصد" باید دفع و خارج نمود. سودای نواحی پوست و غدد لنفاوی و زیر بغل و کشاله ران را با کشیدن "نوره" باید خارج ساخت؛ زیرا مواد زاید در این نواحی موادی سوداوی هستند که با نوره- که یک ماده بسیار ارزشمند ضد سوداء به نام "زرنیخ" در آن است- برطرف می گردند].

و من أراد أن يذهب بالرياح الباردة، فعليه بالحقنه، و الإدهان اللين على الجسد، و عليه بالتكميد بالماء الحار في الابرن. (و يتجنب كل بارد يابس و يلزم كل حار لين).

کسی که می خواهد بادهای سرد را از بدنش دفع نماید باید اقدام به اماله و تنقیه کند (با موادی که بلغم زدا هستند) و روغن مالی نرم داشته (نه با فشار) و در ظرف یا حوضچه (طشت) مسی بنشیند و از بالا آب گرم بریزند و ماساژ دهد. (از هرگونه مواد غذایی با طبع سرد و خشک دوری جوید، و خود را ملزم به استفاده از مواد غذایی با طبع گرم و ملین نماید).

و من أراد أن يذهب عنه البلغم فليتناول كل يوم من الإطريفل الأصغر (مثقلا واحدا).

کسی که می خواهد بلغم را دفع کند [برای مقابله با طغیان بلغم] روزانه یک مثقال اطریفل صغیر میل کند. [اطریفل صغیر مرکب است از هلیله جات پنج گانه شامل: پوست هلیله زرد، پوست هلیله کابلی، هلیله سیاه، بلبله منقی و آمله منقی به اجزای متساوی با روغن بادام که به صورت خمیر درآورده و با سه برابر آن عسل مخلوط نمایند. و نیز گفته اند: اطریفل معجون است که بخش اعظم آن از سه داروی آمله، هلیله، و بلبله، تشکیل شده است. اطریفل صغیر به ویژه برای درمان بواسیر مفید است و در آن علاوه بر سه داروی اصلی، روغن بادام شیرین، روغن گاو، و عسل وجود دارد. (قربادین، ص 755-764)].

واعلم أنّ المسافر ينبغي له أن يحتز في الحرّ أن يسافر و هو ممتلئ من الطّعام، أو خالی الجوف. وليكن على حدّ الاعتدال، ولیتناول من الأغذیه (إذا أراد الحركة) الأغذیه الباردة مثل القریص، و الهلام، و الخلّ، و الزّیت، و ماء الحصرم، و نحو ذلك من البوادر.

بدان که مسافر اگر می تواند در ایام گرما به سفر نرود و اگر به سفر می رود در حالت سیری یا گرسنگی نباشد، بلکه در حدّ اعتدال باشد [غذا از معده عبور کرده باشد؛ زیرا در حرکت، خون به عضلات منتشر می شود و دستگاه گوارش کم خون شده، اختلال هضم بروز می کند]. (هنگامی که تصمیم به سفر گرفت) مواد غذایی سرد مانند قریص (غذایی است معتدل با برودت و رطوبت، که از گوشت های لطیف مانند آهو و بزغاله و جوجه که با سرکه و ترشی و ادویه لطیف تهیه می شود و مخصوص گرم مزاجان است)، هلام (نوعی غذا که از گوشت گوساله تهیه می شود و بعد از پختن در آب نمک در جایی می گذارند تا آب آن چکیده شود و برحسب نیاز بقولات یا سبزیجات با طبع گرم یا سرد را با سرکه پخته و گوشت مذکور را در آن می اندازند. طبع این غذا تابع بقولات و گوشت است) و از سرکه، روغن زیتون، آب غوره و خوراک های سرد دیگر نظیر آن ها استفاده کند.

واعلم أنّ السّیر الشّدید فی الحرّ ضارّ للأجسام المهلوسه، إذا كانت خالیه من الطّعام و هو نافع للأبدان الخصبه.

و بدان که حرکت شدید [پیاده روی تند و سریع] در هوای بسیار گرم برای بدن های

لاغر، به ویژه هنگامی که شکم از طعام تهی باشد، زیانمند است، ولی برای افراد چاق و فربه سودمند و مفید است. [اشخاص لاغر نوعاً صفاوی هستند، هوای گرم نیز صفازاست که در شرایط گرسنگی باعث تقلیل رطوبت و تشدید صفا می گردد و افراد چاق و فربه نوعاً بلغمی هستند و حرکت آن ها در هوای گرم باعث تقلیل رطوبت و اصلاح مزاجشان می گردد].

فأما اصلاح المياہ للمسافر، و دفع الأذى عنه، هو أن لا يشرب المسافر من ماء كل منزل يرد، إلا بعد أن يمزجه بماء المنزل الأول الذي قبله، أو بشارب واحد غير مختلف، فيشوبه بالمياه على اختلافها .

[افرادی که به مسافرت می روند باید در خصوص آب آشامیدنی خویش نیک بیندیشند و] آب شایسته نوشیدن برای مسافر از اهمیت ویژه ای برخوردار است [زیرا] آب قابل شرب موجب دفع آسیب ها و صدمات از مسافر است [و تحقق آن به این است] که از آب هیچ منزلگاه و منطقه ای که در آن وارد می شود، ننوشد مگر آنکه اندکی از آب منزل قبلی با خویش به همراه داشته باشد، تا آن را با آب منزلگاه جدید بیامیزد، یا آب هر منزل را با نوشیدنی دیگری که همراه خویش دارد، ممزوج کرده و از آن بنوشد.

و الواجب أن يتزود المسافر من ترابه بلده و طينه، فكلما دخل منزلاً طرح في إنائه الذي يكون فيه الماء شيئاً من الطين (و يماث فيه فائه يرد إلى مائه المعتاد به بمخالطته الطين).

برای مسافر، ضروری است که از خاک و طین خویش [جایی که در آن رشد و تربیت یافته] اندکی با خود داشته باشد و در هر منزلی که وارد می شود کمی از آن خاک را با آب های نوشیدنی آنجا بیامیزد [که این کار هم یک نوع واکسیناسیون طبیعی و ایجاد مصونیت در بدن است و هم املاح و موادی را که به آن عادت داشته یک باره ترک نمی کند] (و خوب آن را به هم زده، بعد درنگ کند تا آب خاک آلود، ذرات گل و خاک آن در آب کاملاً رسوب کرده و صاف شود، سپس از آبی که با خاک و طینش آمیخته است، و به آن عادت داشته، بنوشد).

و خير المياہ شرباً للمقيم و المسافر ما كان ينبوعها من المشرق نبعاً أبيض. و أفضل المياہ التي تجرى من بين مشرق الشمس الصّيفي و مغرب الشمس الصّيفي. و أفضلها و أصحّها اذا كانت بهذا الوصف الذي ينبع منه، و كانت تجرى في جبال الطين لأنها تكون حارّة في الشتاء،

بارده فی الصّیف، ملیّنه للبطن، نافعہ لأصحاب الحرارة .

بهترین و شایسته ترین آب ها برای نوشیدن، خواه برای شهروندان ساکن، خواه برای مسافران، آبی است که چشمه آن از سمت مشرق، سبک، شفاف و زلال باشد. برترین آب ها نیز آبی است که [علاوه بر ویژگی های فوق] محل پیدایش و خروج آن از طرف طلوع خورشید فصل تابستان [که نخستین اشعه خورشید در فصل تابستان از بالای آن می گذرد. یعنی آن چشمه ها که از میان مشرق خورشید فصل تابستان] و مغرب فصل تابستان از زمین می جوشد، می باشد. و باید دانست که برترین، سالم ترین و گواراترین آب ها، براساس این ویژگی، آبی است که مجرایش از کوه های خاکی و شنی بگذرد؛ زیرا این گونه آب ها در فصل زمستان گرم و در تابستان سرد می باشند و موجبات لنت شکم (معه و روده) را فراهم می سازند. چنین آب هایی برای مزاج های گرم نیز سودمند است.

و أمّا المیاه المالحة الثقیله فأنّھا تیّس البطن، و میاه الثلوج و الجلید ردیئه للأجسام، کثیره الإضرار بها.

اما در مورد آب های شور سنگین که [موجب تشدید صفراء و سوداء] و باعث یبوست شکم می شوند و آبی که از برف یا یخ یا تگرگ مستقیماً منشأ می گیرد (سودازاست) [نه آبی که از ذوب برف ها در کوه و جریان آب در رودخانه ها مانند رودخانه فرات و دجله جاری است]. برای بدن ضرر و زیان فراوانی دارد.

و أمّا میاه الجبّ فأنّھا خفیفة، عذبه، صافیة، نافعہ جدّاً للأجسام اذا لم یطل خزنها و حبسها فی الأرض.

و اما آب های چاه، سبک، شیرین (گوارا)، صاف و زلال و برای بدن ها بسیار سودمند است، به شرطی که همواره جریان داشته و در زمین محبوس نشود.

و أمّا میاه البطائح و السّ باخ، فحازّه غلیظه فی الصّیف لركودها و دوام طلوع الشّمس علیها. و قد تولّد لمن دوام علی شربها المرّه الصّفاء و تعظم أطلحتهم.

اما آب مرداب ها (زمینی که آب در آن جمع شده باشد) و آب درّه ها (به علت رکود و تابش طولانی اشعه آفتاب)، گرم و غلیظاند، به خصوص در تابستان چون راکد است و آفتاب دائماً بر آن می تابد [و در زیر اشعه خورشید می ماند و همواره در یک جا ساکن و راکد است؛ از این رو سودی نمی رساند] و اگر به نوشیدنش ادامه دهند، مصرف طولانی

آن موجب تشدید صفرا و بزرگی طحال (به دلیل خصلت سودازایی آن) می شود.

وقد وصفت لك فيما تقدّم من كتابي هذا ما فيه كفايه لمن أخذ به، وأنا ذاكر من أمر الجماع.

تا اینجا به اندازه کافی برای اهل عمل آموزه هایی را که در حفظ سلامتی و درمان بیماری ها لازم بود بیان کردم. مقداری درباره امور جنسی و موضوع مقاربت یادآور خواهم شد.

ص: 75

شناخت مزاج ها

و اعلم أنّ قوى النفوس تابعه لمزاجات الأبدان، و مزاجات الأبدان تابعه لتصرف الهواء. فاذا برد مرّه، و سخن اخرى، تغيّرت بسببه الأبدان و الصّور. (فاذا استوى الهواء و اعتدل صار الجسم معتدلاً) لأنّ الله عزّ و جلّ بنى الأجسام على أربع طبائع: على الدّم و البلغم و الصّفراء، و السّوداء. فاثان حارّان، و اثنان باردان، و خولف بينهما فجعل: حارّ يابس، و حارّ ليّن، و بارد يابس، و بارد ليّن.

بدان که قوت نفس (نیروهای وجود و نفسانی) تابع مزاج های بدن آدمی است، و مزاج بدن نیز تحت تأثیر و شرایط جوّی است که با تغییر و تحول هوا در مکان های مختلف تغییر می یابد. هنگامی که هوا سرد یا گرم باشد، مزاج بدن ها نیز تغییر می کند و نمود این تغییر در صورت (حالت ظاهری) واضح و آشکار است (و اگر هوا معتدل باشد مزاج بدن نیز معتدل می گردد). زیرا خداوند متعال بدن ها را بر پایه چهار طبع بنا نموده است: خون، بلغم، صفراء و سوداء. دوتای آن ها گرم و دوتای دیگر سرد هستند. بین دوتای آن ها نیز تفاوتی وجود دارد؛ یکی گرم و خشک و دیگری گرم و تر، یکی سرد و خشک و دیگری سرد و تر. [پزشکان و حکیمان قدیم معتقد بودند که وقتی شخصی غذا می خورد، آن غذا پس از گوارش در معده به کبد می رود و به چهار بخش تقسیم می شود:

جزء اول که مایعی زرد رنگ و از سه جزء دیگر سبک تر است و در روده می ایستد،

موسوم به صفر است که بالا قرار می گیرد. جزء دوم کمی سنگین تر است و پایین تر از صفراء قرار می گیرد و آن خون است، جزء سوم مایه سفید لزجی است که آن را بلغم می نامند. جزء چهارم که از همه اجزاء سنگین تر است و مانند گل و لای می ماند، سوداء نام دارد، در قسمت زیرین ته نشین می شود. هریک از این اجزاء را خلط و جمع آن را اخلاط گویند. طبیعت صفراء گرم و خشک، طبیعت خون گرم و تر، طبیعت سوداء سرد و خشک و طبیعت بلغم سرد و تر است. هرکدام از این اخلاط غلبه کند، آثارش در بخشی از اندام های بدن مشهود می گردد. رجوع کنید به کتاب "معجزات درمانی گیاهان دارویی در طب ایرانی"، تألیف دکتر محمد دریایی، چاپ و نشر سفیر اردهال].

ثم فرّق ذلك على أربعة أجزاء من الجسد: على الرأس، والصدر والشراسيف، وأسفل البطن.

واعلم أنّ الرأس، والاذنين، والعينين والمنخرين، والأنف، والفم من الدّم. وأنّ الصّدر من البلغم والريح. وأنّ الشّراسيف من المرّه الصّفراء وأنّ أسفل البطن من المرّه السّوداء).

سپس آن ها [اخلاط اربعه] را بر چهار بخش اصلی بدن؛ یعنی سر، سینه، پهلوها و قسمت تحتانی شکم توزیع نمود.

بدان که سر، گوش ها، چشم ها، مجاری بینی، و دهان در غلبه خون (دم)، سینه از بلغم و باد، پهلوها از صفراء و قسمت تحتانی شکم از سوداء می باشد. [تأثیرات طبائع و اخلاط را بر چهار جزء بدن تقسیم کرد: بر سر، سینه، دنده های پهلو و بخش زیرین شکم. خون را بر سر و صورت و گوش ها، چشم ها و دو سوراخ بینی و سینوس ها و دهان مسلط کرد. و بلغم را بر سینه با نیروی باد استیلا بخشید. و صفراء را بر دنده های پهلو غلبه داد. و سوداء را بر شکم و احشاء و امعاء سیطره داد.]

[اعلايم غلبه هریک از اخلاط اربعه را در کتاب "طب ایرانی" تألیف دکتر محمد دریایی مطالعه فرمایید].

آداب خواب و بیداری

واعلم أنّ التّوم سلطانه فی الدّماغ، و هو قوام الجسد و قوّته. و اذا أردت التّوم، فليكن اضطرّجاعمك أوّلا. علی شقّک الأيمن، ثمّ انقلب علی شقّک الأيسر. و كذلك فقم من مضطجعك

علی شَقِّکَ الْأَیْمَنُ کَمَا بَدَأْتُ بِهٖ عِنْدَ نَوْمِکَ.

بدان که میدان اثر و سلطه خواب در مغز است و آن مایه زندگی و قوت بدن است [خواب بر مغز، سیطره می یابد و بدن را قوام و دوام می بخشد. سموم ناشی از مواد ستونی و مواد دفعی، انواع اسیدهای سمی و فرساینده؛ مانند اسید لاکتیک، اسید اوریک، آمونیاک ناشی از تجزیه اوره و پورین ها که موجب خستگی، خواب آلودگی و فرسایش سلولی است، در اثر پدیده معجزه آسای خواب و استراحت، کاهش یافته یا متابولیزه شده و به گونه ای به سیستم دفعی بدن منتقل می گردد و سپس در بیداری به صورت تعریق، خروج مواد دفعی از طریق کلیه ها و بخش پایانی کلون و راست روده به خارج دفع می شود]. و هرگاه خواستی بخوابی، ابتدا به پهلو راست دراز بکش، سپس به پهلو چپ بازگرد. همچنین هنگام برخاستن از پهلو راست برخیز، همچنان که در ابتدای خواب از آن آغاز کردی. [هنگامی که به پهلو راست می خوابیم مواد غذایی به قسمت تحتانی معده منتقل می شود و چون به پهلو چپ برگردیم، کبد روی معده قرار می گیرد و همین امر موجب انتقال انرژی و حرارت کبدی و سهولت سوخت و ساز (متابولیسم) و انجام عمل گوارش می گردد].

و عَوْدَ نَفْسِکَ مِنَ الْقَعُوْدِ (بِاللَّیْلِ مِثْلَ ثَلَاثٍ مَا تَنَامُ، فَاِذَا بَقِیَ) مِنَ اللَّیْلِ سَاعَتَانِ، فَادْخُلِ الْخَلَاءَ لِحَاجَةِ الْإِنْسَانِ، وَ الْبَثِّ فِیْهِ بِقَدْرِ مَا تَقْضِی حَاجَتِکَ، وَ لَا تَطْلُ فَإِنَّ ذَلِکَ یُورِثُ الدَّاءَ الدَّفِیْنَ .

خود را عادت بده که بخشی از شب را بنشین [به اندازه تقریباً یک سوم میزان خواب خود] یعنی از شب دو ساعت [پس از صرف شام] را بیدار باشید. [با معده پر به بستر نروید! مقداری پیاده روی موجب تسهیل فرآیند گوارش و حرکت مواد غذایی در معده و آرامش در استراحت شبانه می شود]. برای قضای حاجت و تخلیه به دستشویی برو، به قدری که نیاز به اجابت مزاج داری، در آن درنگ کن و زیاد در بیت الخلاء (دستشویی) درنگ مکن؛ چه توقف طولانی در آنجا موجب داء الدفین یا [داء الفیل] می گردد (دو مقوله متفاوت: نخوابیدن با معده پر برای پرهیز از اختلال در هضم و جذب است و تخلیه مدفوع برای پرهیز از عوارض جذب مواد سمی است. حضرت می فرماید: خود را عادت بده در شب برخیزی و برای قضای حاجت (دفع مدفوع) به بیت الخلاء رفته،

ص: 78

اجابت مزاج داشته باشید و تذکر می دهد که توقف طولانی موجب بیماری ها و اختلالات در ناحیه مقعد و حجیم شدن ساق پا و زانو و انتهای ران می گردد). [داء اللّفين یعنی مرضی که در شکم پنهان می ماند. و نیز گفته اند مراد امراضی است که در مقعد مانند بواسیر پیدا می شود. و داء الفیل (فیل پا)، عارضه حجیم و بزرگ شدن قدم، ساق پا و زانو و بیخ ران است و گاهی نیز در جای دیگر بدن پدیدار گردد و سبب آن فراخ شدن رگ هاست و رنگ پا متمایل به سیاهی می شود و چون پای انسان شبیه پای پیل گردد آن را پیل پا گویند. مخزن الادویه، ص 537. و در پاتولوژی (آسیب شناسی) به آن ادم یا خیز عضوی می گویند و علت آن را تجمع آب میان بافتی در میان سلول ها ذکر کرده اند].

آداب مسواک کردن، بهداشت دهان و دندان

و اعلم أنّ خیر ما استکت به (الأشیاء المقبضه الّتی تکون لها ماء) فإنّه یجلو الأسنان، و یطیب النّکّه، و یشدّ اللّثه و یسمنها، و هو نافع من الحفر، اذا کان ذلک باعتدال، و الإکتار منه یرقّ الأسنان و یزعزعا، و یضعّف اصولها.

بدان که بهترین موادی که می توانی با آن دندان را مسواک کنی (مواد گیرنده و زداینده ای است که مقداری آب در ساختار آن می باشد) [و آن لیف یا چوب اراک است که در آن، مواد تقویت کننده لثه و زداینده جرم دندان است] چه مسواک کردن، دندان ها را جلا می دهد، دهان را خوش بو می کند، لثه را محکم می سازد، و در عین حال برای جلوگیری از پوسیدگی دندان ها سودمند است، به شرطی که در مسواک کردن اعتدال و میانه روی پیشه کنیم؛ زیرا زیاده روی و افراط در مسواک، [عاج] دندان ها را نازک کرده و از آن ها می کاهد و ریشه آن ها را ناپایدار و سست می سازد.

فمن أراد حفظ أسنانه فلیأخذ قرن أیل محرقا، و کزمازج و سعدا و وردا و سنبل الطیب، أجزاء بالسّویّه و ملحاً اندرائتیا ربع جزء (فخذ کلّ جزء منها، فتدقّ وحده و تستک) به فانه ممسک للأسنان .

بنابراین کسی که می خواهد دندان هایش سالم بماند، شاخ گوزن را گرفته و بسوزاند و از گز مازج [میوه درخت گز] و سعد کوفی و گل سرخ و سنبل الطیب از هر کدام به مقدار مساوی گرفته با یک چهارم نمک اندرانی (نمک بلورین) [نمک ترکی و نیز می توان از

نمک دریا استفاده نمود] همه را نرم کوبیده و بسایید و پودر به دست آمده را به عنوان پودر دندان شوی مصرف کند. این پودر [مفید و طبیعی] دندان ها را حفظ می کند و ریشه آن ها را از آسیب و آفات نگه می دارد. [برخی گیاهان دارویی مانند اقلام یاد شده، بر اثر خاصیت رادیواکتیو و عمل بیولوژیک بر روی دندان ها، موجب جذب ویتامین ها و املاح معدنی و ضد عفونی کردن دهان و دندان می شوند].

و من أراد أن تبيض أسنانه فليأخذ جزءا من ملح اندرانی و جزءا من زبد البحر بالسويّة، يسحقان جميعا و يستقنّ بهما.

کسی که می خواهد دندان هایش سفید و براق شود مقداری نمک اندرانی [نمک ترکی یا نمک دریا] و به همان مقدار از کف دریا، هر دورا نرم ساییده (پودر کند) و به دندان ها بمالد. [هر دو ماده مذکور دارای کربنات کلسیم و سایر املاح معدنی قابل جذب و ضد عفونی کننده برای دندان ها می باشند و به سهولت زردی و جرم دندان را که ناشی از خوردن مواد چربی، قندی، و پروتئینی است، ضد عفونی نموده، می زداید].

ادوار حیات انسان

و اعلم أنّ أحوال الإنسان التي بناه الله تعالى عليها و جعله متصرفا بها أربعة أحوال: الحاله الأولى لخمس عشرة سنه، و فيها شبابه، و صباه، و حسنه، و بهاؤه، و سلطان الدّم في جسمه.

و الحاله الثانيه لعشرين سنه، من خمس عشرة الى خمس و ثلاثين سنه، و فيها سلطان المرّه الصّفراء و غلبتها، و هو أقوم ما يكون، و أيقظه و أعبه. فلا يزال كذلك حتّى يستوفى خمس و ثلاثين سنه.

بدان حالات انسان که خداوند متعال ساختار وجودی او را براساس آن بنا نهاده [و این حالات را به گونه ای قرار داده که] رفتار انسان، بر پایه آن سامان دهی شده، چهار حالت است که جلوه گر دوره زندگی انسان می باشد. حالت اول [دوره نخست] تا پانزده سالگی است که جوانی و کودکی، حسن و زیبایی، هیبت و جلوه گری [و نشاط و طراوت] او در این دوره از عمر رخ می نماید، در این مدت "خلط خون" در مزاج او بر سایر اخلاط سیطره دارد. [دوران کودکی دوران بازی، دوران نوجوانی دوران سرگرمی، دوران جوانی دوران عشق به زیبایی و زینت و خودآرایی است که در مدت پانزده سال تحقق می یابد.

از هنگام تولد تا آخرین لحظه بلوغ و رشد طبیعی، خون دائماً رو به افزایش و عروق در گسترش است و به همین علت، بدن به سرعت حجیم می شود و تحلیل بدن نسبت به تبدیل آن بسیار کمتر است]. حالت دوم؛ [دوره دوم] به مدت بیست سال که از پانزده سالگی تا سی و پنج سالگی است. در این بخش از زندگی، غلبه با «صفر» است که به اوج شدت و قدرت می رسد، و صفراء با سیطره شگرفی، بدن را اداره می کند، شرایطی پایدارتر [مانند حس جاه طلبی و تفاخر و مباحثات در انسان بیدار می شود و اندیشه او را به خود مشغول می دارد]، همواره بر (امواج این مناسبات می نشیند) تا سی و پنج سالگی به پایان می رسد.

(ثم یدخل فی) الحاله الثالثه و هی من خمس و ثلاثین سنه الی أن یتوفی ستین سنه، فیکون فی سلطان المره السوداء (و یكون أحکم ما یکون و أقوله، و أدراه، و أکتمه للسرّ، و أحسنه نظراً فی الامور، و فکراً فی عواقبها، و مداراه لها، و تصرّفاً فیها).

سپس وارد حالت یا دوره سوم عمر خود می شود و این مرحله از سی و پنج سالگی آغاز شده، تا شصت سالگی تداوم می یابد. حاکمیت این دوره با محوریت غلبه «مزاج سوداوی» است. (این دوره، روزگار حکمت و پند و اندرز و معرفت و عبرت و خویشنداری است. [لازمه این سن و سال]، انتظام و سامان دهی امور زندگی و صحت نظر و ژرف اندیشی و دوراندیشی در عواقب امور است. [در این دوره]، مدارا و متانت [و رأی صادق و متین، ثبوت و استحکام دل و اعتماد به نفس حاکم بوده] حوادث و تحولات، شخص را دگرگون نمی سازد) [این مرحله، دوره آرامش و متانت اندیشه و حکمت و درایت است و آدمی در این دوره، انسانی حکمت اندوز و عارفی سالک و عاقل و مآل اندیش است].

ثم یدخل فی الحاله الرابعه و هی سلطان البلغم، و هی الحاله الّتی لا یتحوّل منها ما بقی (وقد دخل فی الهرم حینئذ، وفاته الشّباب، و استنکر کلّ شیء کان یعرفه من نفسه، حتّی صار)

ینام عند القوم، و یسهر عند النّوم، و یدکر ما تقدّم، و ینسی ما تحدّث به، یکثر من حدیث النّفس، و یدهب ماء الجسم و بهاؤه، و یقلّ نبات أظفاره و شعره، و لا یزال جسمه فی ادبار و انعکاس ما عاش، لأنّه فی سلطان البلغم، و هو یارد جامد، (فلجموده و رطوبته فی طباعه یکون فناء جسمه).

سپس وارد حالت یا دوره چهارم [از زندگی خود] می شود. در این دوران اداره امور

بدن انسان با (بلغم) است. و این مرحله، حالتی است که دیگر تا آخر عمر تغییر نمی یابد، و به چیزی تعبیر نمی یابد مگر پیری و ناتوانی. (انسان در این مرحله، گام به عرصه پیری و فرتوتی گذارده و جوانی [طراوت و نشاط] را از کف داده، و چیزها و کسانی را که با آن مربوط بوده نمی شناسد، تا آنجا که) در محفل دوستان به خواب می رود [چرت می زند]، اما هنگامی که به بستر می رود، خوابش نمی برد [هنگام بیداری خوابش می برد و هنگام خواب بیدار می ماند]. [در این شرایط] مغز آدمی گذشته های دور را به آسانی فریاد می آورد، اما حوادث روزانه را فراموش می کند، مدام با خود سخن می گوید (حدیث نفس)، مایعات جسم (طراوت و شادابی) و هیبت او کم می شود [تنی فرسوده، استخوانی خشکیده، چهره ای پژمرده و چشمانی فرو مرده می یابد]، قدرت رویش ناخن و موی او کاسته می گردد [موهای سر، بی دریغ از دندانهای شانه فرو می ریزند و ناخن ها دیگر رشد نمی گیرند] و انسان همواره در سراسیمگی سستی و پژمردگی است و بدنش در آخرین روزهای زندگی به صورت نخستین دوران حیات خود بازمی گردد. [این دوران، شایسته ترین عنوانی که دارد] تحت عنوان دوران "معکوس زندگی" است. تا هر روزی که انسان زنده بماند، [حال او به همین منوال خواهد بود]. [سلطان بلغم با چیرگی تمام] همراه با برودت و رطوبت، ضعف و زبونی خود، انسان را برق آسا به سوی فنا و انهدام خواهد برد. و بلغم، سرد است و جامد، (و جمود و رطوبت آن اساس فنای جسم اوست)... [در این مرحله از حیات، آدمی خواب و خیالش زیاد و رطوبت های دهان و بینی فزونی می گیرد و ادرار غیر منظم و مسلسل شده، به یبوست مزاج مبتلا می شود. رنگ چهره پریده و سفید می گردد و استخوان ها پوک و اعصاب، حساس و ناتوان شده، حواس پنج گانه کند و ضعیف، خیال و توهمات نیرومند می گردد و در خواب و خیال، پدیده ها را به رنگ سفید و خاکستری می بیند. در این روزگار، فرآیند سوخت و ساز، تحلیل غذا و تبدیل مواد به کندی صورت می گیرد؛ زیرا سلول های فرسوده و مرده به علت کاهش انرژی حیاتی و حرارت نمی سوزند و جای خود را به سلول های زنده و جوان نمی دهند.

در نتیجه، مواد رسوبی بدن زیاد شده، پوست به خشکی می گراید، و عضلات، مایعات خود را از دست داده، جمع می شوند و حالت ارتجاعی خود را از دست می دهند].

بخش هشتم: مدیریت و ساماندهی بدن، آداب حجامت و فصد

مدیریت و ساماندهی بدن

وقد ذكرت جملا ممّا يحتاج الى معرفته من سياسه الجسم و أحواله و أنا أذكر ما يحتاج الى تناوله و اجتنابه. و ما يجب أن يفعله في أوقاته.

برای شما فراهایی را خاطر نشان کردم [که چستی بدن انسان را مطرح نمود و گفتم نیازهای آن کدام است] اما آنچه تاکنون گذشت، سخن در خصوص کشور تن و سیاست و مدیریت آن بود، و حال جهت تکمیل بحث خود از مواد غذایی و داروها و برنامه های کاربردی آن و پرهیز از اموری [که باید در جهت حفظ سلامت و تأمین بهداشت] در زمان خود به اجرا درآید، آموزه ها و دستوراتی را یادآور می شوم.

[اینک سخن من در خصوص حجامت خواهد بود. حجامت یک عمل ضروری برای بدن انسان است و کسی که در این باره و به اجرای این فراز از برنامه بهداشتی می اندیشد لزوماً باید اوقات و شرایط آن را نیز مراعات کند].

آداب صحیح حجامت

فاذا أردت الحجامه فلا تحتجم إلا لاثنتي عشرة تخلو من الهلال الى خمس عشرة منه، فإنه أصحّ لبدنك. فاذا نقص الشهر فلا تحتجم إلا أن تكون مضطراً الى اخراج الدّم، و ذلك أن الدّم ينقص في نقصان الهلال، و يزيد في زيادته .

بنابراین هرگاه خواستی حجامت کنی، ضروری است که از دوازدهم تا پانزدهم هر ماه را برای حجامت قرار دهی، [زیرا این روزها به لحاظ آنکه ماه در گردش خود به دوران تکامل (بدر کامل) خود می رسد]، خون گیری و حجامت [برای بدن از نظر بهداشتی]، صحیح و مفیدتر است. و در [خارج از این محدوده زمانی و] نقصان [قرص] ماه، حجامت مکن مگر از انجام حجامت ناگزیر شوی؛ زیرا [هیجان] خون با کم شدن قرص ماه کم و با زیاد شدن آن زیاد می شود. [بعید نیست که گاهی مقتضیات مزاجی انسان، لزوم عمل حجامت را ایجاب کند، البته در چنین شرایط استثنایی، رعایت اوقات حجامت، ضرورتی نخواهد داشت و ناچار باید به انجام وظیفه اقدام نمود، ولی قدر مسلم اینکه مرحله تکامل ماه برای عمل حجامت، دوران مناسبی است؛ زیرا در آن روزها، آغاز "هلال و پایان ماه" که قمر در گردش تکامل خود یا رو به نقصان است، جریان خون آرامش و قرار ندارد. هرچه هلال ماه به سوی کمال می رود خون در بدن انسان هیجان یافته و بر جوش و خروش خود می افزاید و هرچه به سمت محاق و نقصان می گذارد، این جوش و خروش فرومی نشیند. دوره ای که خون در رگ ها، حد اکثر هیجان دارد، روزهای 12-15 ماه های قمری است].

و لتكن الحجامة بقدر ما مضى من السنين، ابن عشرين سنه يحتجم في كل عشرين يوما، و ابن ثلاثين سنه في كل ثلاثين يوما، و ابن أربعين في كل أربعين يوما، و ما زاد فبحساب ذلك.

فاصله های زمانی انجام حجامت در ارتباط با سن افراد [گذشت سن و سال] می باشد، بیست ساله ها هر بیست روز یک بار، سی ساله ها، هر سی روز و چهل ساله ها هر چهل روز یک بار می توانند حجامت کنند و با همین حساب فاصله [انجام حجامت] با افزایش سن، زیاد می گردد. [امروزه در کشورهای پیشرفته، حجامت را یک شیوه درمانی سودمند برای بیماری های گوناگون به شمار آورده اند و در طب مکمل از جایگاه ویژه ای برخوردار است. طب شکوهمند و اصیل ایرانی، طب چینی، طب یونانی، مصری نیز از قرن ها پیش، بر ارزشمندی این شیوه درمانی تأکید نموده اند. "طب ایرانی" علت عمده بیماری ها را فساد خون می داند و از این رو برای عمل خون گیری اهمیت ویژه ای قائل است و با تجربیات فراوان، بر این باور است که بسیاری از بیماری های عفونی و غلظت خون را با حجامت، فصد و زالودرمانی، می توان بهبود بخشید. در سنت

و سیره ادیان و آموزه های پیامبران مبعوث الهی، به ویژه در سنت نبوی و سیره علوی، پیامبر عظیم الشان اسلام و پیشوایان بر حق شیعه بر این سنت حسنه تأکید وافر داشته اند].

و اعلم أنّ الحجامه إنّما يؤخذ دمها من صغار العروق المبتوثة في اللحم، و مصداق ذلك أنّها لا تضعف القوّة كما يوجد من الضّعف عند الفصد. و حجامه النقره تنفع لثقل الرأس، و حجامه الاخدعين يخفف عن الرأس و الوجه و العين، و هي نافعه لوجع الأضراس.

بدان که در انجام عمل حجامت، خون از عروق موئینه که در عضلات پراکنده است، گرفته می شود؛ از این رو بدن انسان در اثر حجامت آن گونه که در طی فصد، دچار ضعف می گردد، احساس ضعف نمی کند. [عمل فصد از ورید (سیاهرگ) خون می جهانند، مسلم است که قوای بدنی را خواهد کاست.] حجامت نقره (در گودی پس گردن) برای سنگینی سر سودمند است. و حجامت اخدعین (دورگی که در دو طرف پشت گردن واقع شده) سروصورت و چشم ها را از سنگینی و رخوت بیرون می آورد و برای درد دندان ها بسیار سودمند است. [ناراحتی های چشم و چهره را برطرف می سازد و به جریان خون در عضلات و عروق سر، حالت عادی می بخشد. این حجامت، سردردهای بی دلیل را درمان می کند].

و ربّما ناب الفصد عن سایر ذلك. و قد يحتجم تحت الذّقن لعلاج القلاع في الفم، و فساد اللّثة، و غیر ذلك من أوجاع الفم، و كذلك التي توضع بين الكتفين تنفع من الخفقان الذي يكون مع الامتلاء و الحرارة.

و گرچه در این موارد فصد از سایر روش ها بهتر است، اما حجامت زیر چانه برای درمان زخم های دهان [قلاع (جوش های کوچکی) که در دهان و زبان پدید می آید و رفته رفته پهن می شود] و برای درمان فساد لثه و سایر بیماری های دهان سودمند است.

همچنین حجامت بین دو کتف برای خفقان حاصل از امتلاء و گرمی مفید و مؤثر است.

[خفقان، تپش قلب و دوران سر است. حجامتی که بین دو کتف صورت می گیرد، در مورد بیماری های سینه و تنگ نفس خونی (تنگ نفس ناشی از احتقان خون) سودمند است].

و التي توضع على السّاقين قد ينقص من الامتلاء في الكلى و المثانة و الأرحام، و يدرّ الطّمث، غیر أنّها منهكه للجسد و قد تعرض منها العشوه الشّديده، إلا أنّها نافعه لذوی البثور

حجامت ساق پا، امتلاء را در کلیه ها، مثانه و رحم کاهش می دهد و زمینه ساز جریان قاعدگی (حیض) می شود [این نوع حجامت برای دردهای مزمن کلیوی و اختلال مثانه و رحم به ویژه «طمث الدّم»؛ یعنی به جریان آمدن و روان شدن خون حیض سودمند است]. این نوع حجامت، ضعف بینایی توأم با ریزش اشک را به همراه دارد، اما برای افرادی که دچار بثورات جلدی؛ جوش و دمل هستند سودمند است. [حجامت روی قسمت جلویی ران، انسان را از ورم بیضه ها و دمل و ورم هایی که روی ران و ساق پا و زیر زانو پیدا می شود حفظ می کند. حجامت از پشت پا (بالای انگشتان و قسمت برآمدگی پا) برای درمان احتقان یا حبس خون حیض (و درمان عدم جریان خون قاعدگی و جریان یافتن خون حیض) و درمان عرق النساء (سیاتیک) و نقرس مفید است].

و الّذی یخفّف من ألم الحجامه تخفیف (المصّ عند أوّل ما یضع المحاجم ثم یدرّج) المصّ قليلا قليلا و الثّوانی أزید فی المصّ من الأوائل، و کذلک الثّوالث فصاعدا. و یتوقّف عن الشّروط حتّى یحمّر الموضع جیّدا بتکریر المحاجم علیه، و تلّین المشرطه علی جلود لیّنه، و یمسح الموضع قبل شرطه بالدّهن.

اما آنچه که درد حجامت را کاهش می دهد، سبک، خفیف (و آرام بودن) مکش اول حجامت است. سپس مکش را به تدریج زیاد می کنند، به گونه ای که مکش مرحله دوم بیش از مکش مرحله اول باشد و مکش مرحله سوم بیشتر از مرحله دوم باشد. در این مرحله باید صبر کرد تا موضع حجامت کاملا قرمز شود. بهتر است که قبل از ایجاد خراش با تیغ، محل حجامت چرب شود تا اینکه تیغ در روی پوست به نرمی فرود آید.

آداب فصد (خون گیری)

و کذلک یمسح الموضع الّذی یفصد بدهن، فأنّه یقلّل الألم. و کذلک یلّین المشرط و المبضع بالدّهن، و یمسح عقب الحجامه، و عند الفراغ منها یلّین الموضع بالدّهن.

همچنین به هنگام فصد نیز باید موضع را با روغن چرب نمود. این کار باعث کاهش درد می شود. چرب کردن تیغ برای انجام حجامت و نیز چرب کردن موضع حجامت پس از اتمام آن مناسب است.

و لينتقط على العروق اذا فصدت شيئاً من الدّهن، كيلا- تلتحم فيضّر ذلك المقصود. و ليعمد الفاصد أن يفصد من العروق ما كان في المواضع القليله اللّحم، لأنّ في قلّه اللّحم من فوق العروق قلّه الألم.

در هنگام فصد می بایست چند قطره روغن روی رگ چکانده شود تا رگ مورد نظر از نگاه فصد پنهان نگردد و موضع شکاف، به هنگام فصد به هم برنیاید و هدف از فصد را زیان وارد نسازد. [موضوع دیگری که فصد باید دقت کند، انتخاب موضع فصد است. فصد باید رگ را در محل های کم گوشت (کم عضله) فصد کند؛ زیرا کم بودن عضله موجب کم شدن درد می گردد.

[قسمت های کم گوشت بدن، دردش کمتر است، چون کمی عضله روی رگ سبب کاهش درد می شود].

و أكثر العروق ألما اذا كان الفصد في حبل الذراع، و القيفال (لأجل كثرة اللّحم عليها) فأما الباسليق، و الأكحل فأنهما أقلّ ألما في الفصد اذا لم يكن فوقهما لحم.

فصد رگ حبل الذراع [رگی که همچون ریسمان از بالای بازو به پایین کشیده شده است] و رگ قيفال [وریدی که روی مرفق آشکار می شود] از دردناک ترین فصدها است؛ (زیرا ارتباط این دو رگ با گوشت و بافت عضلانی روی آن، بیشتر است) [و اتصال و پیوندی محکم با عضله و ماهیچه و پوست دارند]، ولی فصد رگ باسلیق [سیاهرگی که همیشه روی مرفق پیداست] و رگ اکحل در صورتی که روی آن ها را گوشت و عضله نگرفته باشد، کمترین درد را دارد.

و الواجب تکميد موضع الفصد بالماء الحارّ، ليظهر الدّم، و خاصّه في الشّتاء فأنّه يلين الجلد، و يقلّل الألم، و يسهّل الفصد.

لازم است محلی را که می خواهند فصد کنند با آب گرم کمپرس کنند تا جریان خون سریع و خون در سطح رگ آشکار شود به ویژه در زمستان، این شست و شو [که به منظور گرم کردن موضع فصد به عمل می آید] ضروری است؛ چه این عمل، پوست را نرم و درد را کم و فصد را آسان می سازد.

و يجب في كلّ ما ذكرنا من اخراج الدّم، اجتناب النّساء قبل ذلك باثنتي عشرة ساعه. و يحتجم في يوم صاف، صاف، لا غيم فيه، و لا ریح شديد. و ليخرج من الدّم بقدر ما يری من

تغییره. و لا تدخل یومک ذاک الحمّام، فانه یورث الداء. و اصیب علی رأسک و جسدک الماء الحارّ، (و لا تفعل ذلک من ساعتک).

لازم است قبل از هر نوع خارج کردن خون، مدت دوازده ساعت از مقاربت و مباشرت با زنان اجتناب شود. حجامت باید در روزی باشد که آسمان صاف و هوا، آرام و بدون ابر است و باد شدیدی نمی وزد [وقتی آرامش مزاج احساس شد]، مقدار خونی که خارج می شود باید به اندازه ای باشد که حالت آن تغییر یابد [خون گیری آغاز و به میزان ضرورت، خون خارج گردد]. در روزی که حجامت می کنی به حمام نروی، که مورث درد و بیماری است [زیرا حمام به دنبال حجامت، بیماری هایی به وجود خواهد آورد، ولی پس از گذشت چند ساعت از حجامت می توانی حمام بگیری]. و آب گرم بر سر و بدنت بریز (البته نه در همان ساعت اول حجامت).

و ایّاک و الحمّام اذا احتجمت، فانّ الحمّی الدائمہ تكون منه. فإذا اغتسلت من الحجامه، فخذ خرقة مرعّزی فألقها علی محاجمک، أو ثوبا لیّنا من قزّ، أو غیره. و خذ قدر الحمّصه من الدریاق الأکبر (فاشریه، و کله من غیر شرب ان کان شتاء، و ان کان صیفا فاشرب الإسکنجین العنصلی) فانک اذا فعلت ذلک فقد أمنت من اللّقوه، و البهق، و البرص، و الجذام باذن اللّٰه تعالی.

از رفتن به حمام پس از حجامت پرهیز که موجب تب دائم می گردد. پس از شست و شوی محل حجامت، پارچه ای نرم یا ابریشمین روی محل حجامت بگذار، یا لباسی نرم یا ابریشمین بپوش. در زمستان پس از حجامت به اندازه یک نخود از تریاق اکبر (نسخه های گوناگون دارد) بخور [تریاق، پادزهر، معجون است مرکب از داروهای مسکن و مخدر که به عنوان ضد درد و ضد سموم مختلف از جمله ضد زهرمار به کار می رود. تریاق واژه ای یونانی است و معنای آن ماده ای که نافع برای درمان گزش جانوران سمی است. در تریاق اکبر یا کبیر یا تریاق فاروق، بیست و هفت داروی گیاهی وجود دارد] و در تابستان پس از حجامت، سکنجین عنصلی [پیاز صحرائی که از آن شربت معتدل و مفرّحی تهیه شود] مصرف کن. اگر به این دستور عمل کنی، از لقوه و رعشه [دست و صورت] و بهق و برص [لک و پیس] و جذام [بیماری های پوستی و سرطان] به اذن خداوند متعال در امان خواهی بود.

و مصّ الرّمان الأملیسیّ فأنّه یقویّ النّفس و یحیی الدّم. و لا تأکلنّ طعاما مالحا بعده بثلی ساعه فأنّه یعرض منه الجرب. و ان کان شتاء افکل الطّیاهیج اذا احتجمت، و اشرب علیه من ذلك الشّراب الّذی و صفته لک.

و نیز آب انار ترش و شیرین (ملس) را از درون آن به حالت مکیدن بنوش که نفس را تقویت و خون را بازسازی و احیا می کند. تا سه ساعت پس از حجامت از غذای شور پرهیز کن؛ زیرا ممکن است به بیماری جرب مبتلا شوی. [اگر این پرهیز رعایت نشود بعید نیست که انسان حجامت کرده و فصد شده به بیماری "جرب" (جوش های کوچک پوستی همراه با خارش شدید) دچار شود]. و اگر در فصل زمستان بود، پس از حجامت، از خوردن تیهو دریغ مکن [خوراک مناسب این فصل را که از گوشت تیهو تهیه می شود، میل کن]. [تیهو پرنده ای از دسته کبک هاست، ولی از آن کوچک تر و گوشتش خوشمزه است. در طب قدیم، گوشت تیهو را برای تقویت بیمارانی که در دوران نقاهت به سر برده و برای درمان ضعف احشاء توصیه می کردند و مورد استفاده قرار می دادند.

مخزن الادویه، ص 285] و از همان شراب حلال (نوشابه پاکیزه ای) که برای وصف نمودم بنوش.

و ادهن موضع الحجامه بدهن الخیریّ، و ماء ورد، و شیء من مسک. و صبّ منه علی هامتك ساعه تفرغ من حجامتك. و أمّافی الصّیف، فاذا احتجمت فکل السّکباج و الهلام و المصوص و الخامیر. و صبّ علی هامتك دهن البنفسج، و ماء ورد، و شیئا من کافور. و اشرب من ذلك الشّراب الّذی و صفته لک بعد طعامک. و ایتاک و کثره الحرکه، و الغضب، و مجامعه النّساء یومک ذاک.

سپس محل حجامت، را با روغن شب بو و گلاب حاوی مشک بیالای [روغن گل شب بو یا خیری تعریب هیری، همان شب بو می باشد که بوی آن در شب پخش می شود و همان خزامی یا اروانه و مادر بوی است و انواعی هفت گانه دارد، عقیلی خراسانی می گوید: خیری محلّ، ملطّف و مدرّ و جذّاب از عمق بدن و مسکن است. مخزن، ص 203] و سپس بر سر و رویت مقداری گلاب همراه با مشک پاش و ساعتی پس از حجامت بیاسای! [مشک یا مشگ، ماده ای است قهوه ای رنگ، بسیار خوشبوی که در نافه آهوی ختن قرار دارد، شادی آور است و برای چشم و دماغ فایده دارد

(اغراض الطَّيِّبَة، ص 276). در فصل تابستان، اگر عمل حجامت انجام شود، خوراک سکباج [آشی که از سرکه و گوشت و بلغور و میوه خشک و سبزی پزند، (سرکه با) آش سرکه؛ سکبا از سک به معنی سرکه و با به معنی آش ترکیب شده است. (برهان، ص 1151)]. هلام [طعامی که از گوشت گوساله تهیه کنند]. و مصوص [مرغ بریان کرده که از ادویه گرم مثل کرفس و زیره و سداب پر کرده و در سرکه پرورده باشند، گوشت پخته و خیسانده در سرکه، ماهی یا غذایی که از گوشت جوجه کبوتر درست شود و یا مرغ بریان کرده که در ادویه و سرکه پرورده باشند (المنجد، ص 764)]. و خامیر [گوشتی است که با سرکه و خردل و بذوری مانند زیره، رازیانه، انیسون و سیاه دانه می خورند (وسایل الشیعه، 16/374)] مطلوب است. و در این فصل خوب است پس از انجام حجامت، قدری روغن بنفشه همراه با گلاب و مقدار کمی کافور بر سر و بدن خود بریزی و از آن نوشابه (شراب حلالی) که برایت وصف نمودم و سودمندترین نوشابه هاست، بعد از صرف غذا بنوش! از فعالیت شدید و جنب و جوش و خشم و هیجان های عصبی [استرس و تنش ها] و انجام مقاربت و جماع، در این روز پرهیز!

ص: 90

مواد غذایی ترکیبی و تعارض های غذایی

و ینبغی أن تحذر أن تجمع فی جوفک البیض و السمک فی حال واحده، فأنهما اذا اجتماعا ولذا القولنج و ریح البواسیر، و جمع الأضراس.

شایان ذکر است که از خوردن تخم مرغ و ماهی در یک وعده غذایی پرهیز کنی [و از اینکه در شکم خود یک جا این دو را جمع کنی پرهیز]؛ زیرا آن ها وقتی در معده گرد آمدند دستگاه گوارش را خواهند آزرده و مقدمات بیماری های قولنج (کولیک کلیوی و صفراوی)، و بواسیر بادی، و درد دندان ها را فراهم خواهند ساخت. [بسیاری از غذاها به دلیل فرمول شیمیایی مواد تشکیل دهنده خود، با یکدیگر ناهم ساز بوده و چون با هم درآمیزند، گاهی اوقات خواص یکدیگر را تشدید، گاهی هم خنثی و کم اثر می کنند. در صورت ادامه، انسان دچار کمبود املاح و ویتامین های ضروری شده، به تدریج مستعد انواع بیماری ها و اختلالات می گردد. همین تعارضات غذایی موجب مسمومیت، اختلال گوارش و جذب، و در نتیجه، قولنج و بواسیر می شود. برخی مواد به علت عدم جذب، در خون رسوب کرده، حساسیت های خونی، پوستی و انواع سوداها و آگزماهای پوستی را به وجود می آورد].

و اللبن و التبيد الذي يشربه أهله اذا اجتماعا ولدا النقرس و البرص. و ادامه أكل البصل يوئد الكلف في الوجه. و أكل الملوحة و اللحمان المملوحة، و أكل السمك المملوح بعد الحجامه و الفصد للعروق، يوئد البهق، و الجرب. و ادمان أكل كلى الغنم و أجوافها يعكس المثانه، و دخول الحمام على البطنه يوئد القولنج.

توصیه می کنم شیر را با "نیبذی" که اهل نیبذ از نوشیدنش باک ندارند، یکجا ننوشند؛ زیرا هرگاه این دو باهم جمع شوند (شیر و نیبذ) بیماری نقرس و برص به بار خواهند آورد. [نیبذ، شراب خرما (date wine)؛ شرابی که از شیر خرما، انگور، جو و غیره تهیه کنند] (الایغراض الطبیه، ص 356). سفارش می کنم که از ادامه و افراط در مصرف پیاز خودداری کنید، زیرا [مصرف زیاد پیاز] رنگ نشاط از چهره می رباید [و حالتی حزن انگیز به سیما می نشانند]. (ابن قیّم جوزی در زاد المعاد 196/2 نقل می کند: در برخی نسخه ها آمده؛ ادامه و افراط در مصرف تخم مرغ در چهره ایجاد کک و مک می کند. و در همین نسخه، پیاز را متهم به ایجاد کلف؛ کک و مک، لکه صورت می نماید). از خوردن شوری و مواد غذایی شور، گوشت های شور (قدید) و ماهی های شور، پس از حجامت و عمل فصد خودداری کنید؛ زیرا بیماری های بهق (بهک؛ خال ها و نقطه ها و برآمدگی های سیاه و سفید روی بدن، لک و پیس. قرابادین کبیر، ص 531) و سفیدک های روی پوست و جرب (جوش های ریز همراه با خارش شدید) از عوارض این ناپرهیزی هاست. من شما را از خوردن قلو و تودلی های گوسفند (سیرابی و شیردان) منع می کنم؛ زیرا این نوع خوراک را برای مثانه انسان زیانمند می دانم و موجب سنگ مثانه می گردد. [افراط در مصرف انواع مواد غذایی، زیانبار بوده و امام علیه السلام تداوم و افراط در خوردن تودلی ها را موجب تشکیل سنگ مثانه می داند؛ زیرا از نظر علمی مصرف این گونه مواد، به علت افزایش ویتامین های گروه B عامل کاهش سایر ویتامین ها به ویژه ویتامین های A و D می باشند که این پدیده قابل تأمل و بررسی است، لذا در مصرف جهازات درونی گوسفند نباید راه اسراف و افراط پیمود. سوزش مجاری ادرار هنگام دفع بول، تسلسل و تقطیر بول، ادرار زیاده از حد معمول می تواند از عوارض اسراف و افراط و تداوم در مصرف بی رویه برخی مواد غذایی باشند]. یادآور می شوم که وقتی از غذا سیر شدید و شکم انباشته از خوراک است، حمام نگیرید؛ چون بعید نیست به قولنج (کلیت) دچار شوید. [با شکم پر به حمام

رفتن مغایر با اصول سلامت و بهداشت است و عوارض و عواقب سوئی در بر دارد.

تجربیات علمی به اثبات رسانده وقتی عوامل حرارتی، بدن را از بیرون گرم کند، حرارت داخلی بدن کم می شود. کاهش حرارت موجب اختلالاتی در معده و روده و فرآیند متابولیسم و هضم می گردد که "طب اصیل ایرانی" از آن به قولنج تعبیر می کند. نشانه های ابتلا به این بیماری، سردی دست و پا، درد شدید در داخل و خارج شکم مخصوصاً قسمت بالای آن و پریدگی رنگ و گاهی توأم با سردرد و سرگیجه و عرق زیاد و بی حالی است. نوشیدن شربت عسل که قدری گرم باشد و نیز استراحت به پشت ضروری بوده، تأثیر خوب می بخشد. در برخی نسخه ها آمده است: و هنگامی که ماهی خورده اید، با آب سرد خود را نشوید؛ زیرا این عمل با خطر فلج همراه است].

آداب زناشویی و امور جنسی

و لا- تقرب النساء فی أول اللیل، لا- شتاء و لا صیفا. و ذلك أنّ المعده و العروق تكون ممثليه و هو غیر محمود، يتخوّف منه القولنج، و الفالج، و اللقوه، و التقرس، و الحصاه، و التّقطیر، و الفتق و ضعف البصر و الدّماغ.

[آنچه شایسته گفتن بود تا اینجا یادآوری شد و اکنون به توضیح آداب صحیح زناشویی می پردازم]: در آغاز شب، چه تابستان و چه زمستان، از آمیزش جنسی و نزدیکی با زنان اجتناب کنید [ستوده است که آمیزش در سحرگاهان انجام گیرد]؛ زیرا در آغاز شب معده گرانبار، رگ ها سرشار و مزاج سنگین است، نزدیکی در چنین شرایطی، بیماری قولنج، فلج، لقوه، رعشه، تقرس، سنگ مثانه، کلیه، تسلسل ادرار، فتق، ضعف بینایی، نزدیک بینی و ناتوانی مغزی و عصبی به همراه خواهد داشت. [قوای مدبّره که تدبیر امور مختلف بدن را عهده دار است در یک لحظه نمی تواند چند عمل متفاوت را تمشیت و هماهنگ کند، لذا هنگامی که قوه مدبّره به امر هضم و جذب مشغول است، نباید به عمل سنگین دیگری مانند مقاربت و مباشرت جنسی مشغول گردد، که نتیجه اش بروز اختلال گوارشی و انسدادی (قولنج و فتق)، تضعیف سیستم عصبی، بروز فالج و لقوه و بروز اختلالات مفصلی در اثر اختلالات جذب مواد مختلف و تشکیل سنگ و اختلالات فعالیت مثانه و اختلالات و ضعف بینایی است. بنابراین در یک فرآیند

متابولیک وقتی غذا وارد معده می شود تحت تأثیر آنزیم های گوارشی تغییراتی یافته و مواد حاصل، جذب خون می شود و فشار خون را افزایش می دهد و در همین حال نوعی سستی و رخوت، اعصاب را در بر می گیرد. هنگامی که شخص اقدام به آمیزش می کند، اعصاب تحریک شده و فشار خون بالا می رود و ریسک پارگی عروق بیشتر می گردد.

حد اقل ریسک پذیری در چنین شرایطی، ورم و درد در ناحیه مفاصل و اعضای رئیسیه بدن خواهد بود که سرانجام منجر به نقرس و در صورت خونریزی در مغز، شخص مبتلا به فلج، لقوه و رعشه شده و در صورت مصونیت از خطرات مذکور، به علت کاهش فشار خون و کاستی حرارت بازال (حرارت غریزی) در معده و روده، موجب ثقل و قولنج می گردد].

فاذا ارید ذلک فلیکن فی آخر اللیل، فانه أصح للبدن، و أرجی للولد، و أذکی للعقل فی الولد الذی یقضی بینهما.

هنگامی که خواستی با همسرت همبستر شوی، عمل مقاربت را به آخر شب موکول کن که برای سلامتی بدن بهتر و در مورد فرزند مایه امید بیشتر است، و هوشیاری و عقل بیشتری را برای فرزند موجب می شود. [پایان شب، دستگاه گوارش، هضم و جذبش را به انجام رسانده، در حال استراحت است و تنظیم فیزیولوژیک بدن به گونه ای است که مواد اصلی و هورمونی بدن در همین زمان ساخته می شود و آماده است که قوای مدبّره بدن با فراغت از سایر امور و با در اختیار داشتن عوامل هورمونی، تولید مثل را هماهنگ نماید. کودکی که مولود چنین آمیزشی باشد هوشمندتر از کودکان دیگر خواهد بود.

غرض اصلی و طبیعی از ازدواج ادامه نسل و فرزند است، و تمایلات جنسی، شرایط ایجاد نسل را فراهم می سازد. برای تحقق شرعی و قانونی اعمال غریزه جنسی، شرایطی لازم است؛ از آن جمله، جدول زمانی و هنگام آمیزش است. بهترین زمان آمیزش جنسی، آخر شب و هنگام سحرگاهان است که فعالیت دستگاه گوارش، کاهش یافته و فشار خون در مرز اعتدال بوده، و اعصاب آرامش خود را بازیافته است. یکی از موجبات اختلالات جنسی افراد، اعمال غریزه جنسی به هنگام پر بودن معده و بالا بودن فشار خون می باشد. بنابراین، فعالیت اعصاب ناحیه شکم و دستگاه گوارش و اشتغال آن در انجام وظیفه گوارش مواد غذایی، مانع انجام وظیفه صحیح و کامل دستگاه تناسلی،

و لا تجامع امرأه حتى تلاعبها، و تغمز ثدييها، فانك ان فعلت، اجتمع ماؤها(و ماؤك فكان منها الحمل) و اشتته منك مثل الذی تشتهيه منها،(و ظهر ذلك في عينيها).

[برای آمیزش و جماع، مقررات و مقدماتی لازم است و باید این مقدمات و آداب پیش از آغاز آمیزش انجام شود.] تا با همسر خود بازی و شوخی نکرده ای (هرگز) آمیزش مکن! ابتدا با وی بازی کن! پستان هایش را به آرامی بمال و میل جنسی او را تحریک کن؛ زیرا اگر چنین کنی، در آن هنگام [به تحریکات جنسی پاسخ داده و بر سر ذوق و اشتیاق آمده] آتش جمع شده، [هورمون های جنسی او ترشح می شود و آثار میل جنسی در چشم و چهره اش جلوه می کند] (و همزمان، آب نطفه تو نیز که منشأ حمل و باروری است، متمرکز می شود)، سپس به جماع بپرداز. در این هنگام، همسرت همچون تو از آمیزش، لذت خواهد برد و آن چنان که احساس لذت، تو را بر خوردار می سازد، او را نیز بهره مند خواهد ساخت (و این احساس لذت و رضایت در چشم های او هویدا می گردد). [طبیعت زن به گونه ای است که دیرتر از مرد به اوج لذت (ارگاسم جنسی) می رسد. از همین روست که امام علیه السلام می فرماید: ابتدای آمیزش را صرف شوخی و مداعبه و ملاعبه کن تا زن آمادگی جسمی و روانی پیدا نموده، هورمون های جنسی، در اندام تناسلی او تمرکز یابد و با شور و حرارت جنسی بیشتری تمایل به ایفای آن نماید. نشانه های آمادگی جنسی زن، عبارت اند از: سرخی گونه ها و چشم ها و ریزش اشک از گوشه چشم و تغییرات در نگاه او، نفس و ضربان قلب شدید می گردد، ترشحات لزج مهبل، نشانه آمادگی جنسی زن است. آمیزش بدون آمادگی زن، میل غریزی زن را اشباع نمی کند و لذت را ناتمام می گذارد و در پی این تسامح، حلاوت زناشویی از بین رفته، علاوه بر این، جنینی که از تخم غیر آماده در رحم فراهم آید، در رشد و تربیت، نامستعد شده، کودک کاملی نخواهد بود. از نظر روان شناسی، جذب و انجذاب مرد و زن و میل و اشتیاق جنسی میان زن و مرد، شور و عشق فرزندی را رقم می زند که در امور ساختاری او ایجاد تحرک و جنبش می کند. در حقیقت این پدیده، محصول اراده پروردگاری است که به نحوی در هستی جلوه گری می نماید و در چارچوب میل غریزی و تمایل جنسی شکل می گیرد. در صورتی که میل یکی از دو سوی این معادله (زن یا مرد) نقصان پذیرد، فرزند

در عرصه روحی، روانی و بدنی دچار کاستی جسمی و شخصیتی خواهد شد.

سیستم مشترک عصبی-هورمونی، موجبات هیجان و تحریک جنسی را در وجود زن فراهم می سازد، با این تفاوت که مرکز هیجان در اندام زن ثابت نیست. در برخی از زنان، اعضای تناسلی عهده دار این مهم حیاتی است و در بعضی، پستان ها، زبان، پلک چشم، نرمه گوش، لب ها، دهان و موی، ولی در این میان، پستان ها از نقش و حساسیت مهم تری برخوردارند؛ زیرا دستگاه «نعوظ» (تحریک و ایستایی آلت جنسی) در برخی از زنان به پستان ها ارتباط پیدا می کند.

امام علیه السلام فیزیولوژی جنسی زنان را با ایجاز و اختصار و در عین حال، در کمال لفظی و معنوی تبیین می سازد و از اهمیت «سکسوفیزیولوژی» و تحریک میل جنسی زنان در ایفای وظایف اخلاقی و اجتماعی و تولید نسلی سالم و برومند، خطاب به مردان، حقایق عملی را تشریح فرموده است که در عرصه دانش نوین به اثبات رسیده است.

و لا تجامعها الا و هی طاهره، فاذا فعلت ذلک (کان روح لبدنک، و اصحّ لک یاذن الله).

[خوب دقت کنید] با زنان جز به هنگام طهر و پاکی آن ها آمیزش مکن [با زنی که در جریان قاعدگی (پریود) قرار دارد نزدیکی مکن]. بنابراین اگر در حالت پاکی زنان آمیزش کنی [نتایج درخشان آن از نظر علمی و عملی] برای بدن تو بهتر و آرام بخش تر بوده و از نظر بهداشتی برای تو سالم تر و به اذن خداوند متعال به صحت و صلاح تو شایسته تر است. [در دوران قاعدگی (پریود)، جداره داخلی رحم (آندومتر) تحت تأثیر برخی هورمون ها و کنش های شیمیایی فرو می ریزند و خونریزی از دیواره رحم با پارگی مویرگ های خونی آغاز می شود؛ زیرا افزایش تدریجی خون، مقاومت قشر نازک مویرگ ها را در هم شکسته، لایه داخلی رحم از هم گسسته، خون سرازیر می گردد. این هنگام، وقت قاعدگی زن است. حال اگر در شرایط قاعدگی زن، عمل آمیزش صورت گیرد و دو سلول جنسی (زن و مرد) با هم ترکیب شوند، جنین در سیل خون و مخاطره قرار می گیرد و مضافاً اینکه جداره رحم برای حفظ جنین شروع به فعالیت و لایه سازی خونی خود می کند و از سویی هم لایه سابق آندومتر (قشر داخلی رحم) پاره شده و خون های قبلی به بیرون می ریزد، این دو نوع تحریک و فعالیت متغایر، واکنش های پیچیده ای در رحم و تأثیراتی بر جنین و سرانجام بر سلامتی زن نیز خواهد داشت. لذا در

یک بیان موجز، امام علیه السلام به اجتناب از آمیزش در شرایط قاعدگی توصیه می فرماید].

مدعیان دروغین بهداشت و سلامت

و لا تقول طالما فعلت كذا وأكلت كذا فلم يؤذني، و شربت كذا و لم يضرني، و فعلت كذا و لم أر مكروها، و إنما هذا القليل من الناس كالبهيمة لا يعرف ما يضره، و لا ما ينفعه.

[هرگز این سخن را بر زبان جاری نساز] و مگو که من چنین کرده ام و چنان خورده ام، ایمن مانده ام و چنین نوشیده ام، زبانی ندیده ام و فلان کار را انجام داده ام و هیچ مشکل و ناراحتی و ناپسندی را نیافته ام. این گروه اندک و افراد انگشت شمار، به سان چهارپایان نادان و کوتاه فکر و سطحی نگرند که هنوز نمی توانند به زیان و سود خویش بیندیشند و قادر به بازشناسی (نیک و بد و زشت و زیبای امور) نمی باشند.

و لو أصيب اللّصّ أول ما يسرق فعوقب لم يعد، و لكانت عقوبته أسهل، و لكن يرزق الإمهال و العافية، فيعاود ثمّ يعاود، حتّى يؤخذ على أعظم السرقات، فيقطع، و يعظم التّنكيل به، و ما أوردته عاقبه طمعه.

[بیماری ها آفات جان و تن انسان اند و به دزد می مانند]، دزد اگر یک بار به خانه دستبرد زند و بنگرد صاحب خانه [واکنش شدید نشان داد و] به تعقیب و تنبیه او اقدام نمود، بار دیگر دستبردی نخواهد زد و کیفر و مجازات او [در نخستین وهله] سهل تر صورت می گیرد، لکن اگر عرصه را باز گذاشت و فرصت را از کف نهاد و با خیال آسوده نشست و کاری انجام نداد و به او مهلت و امان داد، بار دیگر نیز دستبردی گران تر خواهد زد و سرانجام به حمله و سرقتی بزرگ تر دست می یازد و باز هم سرقت را تکرار نماید.

[بیماری را پیش از حدوث آن باید درهم شکست و از قلّت و خفّت آن نباید فریب خورد و غفلت کرد] تا آنجا که باید او را دستگیر کرد و دستش را قطع نمود و کیفری سخت رساند و نتیجه حرص و طمعش را به او چشاند. [دزد خطرناک را در نخستین بار که دست خیانت پیش می آورد، آن چنان ادب کنید که برای بار دیگر طمع دستبرد نداشته باشد و حتی چنین اندیشه ای را نیز بر خود حرام شمارد].

و الامور كلّها بيد الله عزّ و جلّ أن يكون له ولد، و إليه المآب. و نرجو منه حسن الثّواب، انّه غفور توّاب، عليه توکلنا و عليه فليتوكلّ المؤمنون. و لا حول و لا قوه الاّ بالله العلیّ العظیم.

و بدان که تمام کارها به دست [توانمند] خداوند عزیز و پر جلال و جبروت است، خداوندی که پاک و منزّه از داشتن فرزند بوده و [همواره] بازگشت همه به سوی اوست.

از درگاه [پرفیض] او امید پاداشی نیک را داریم؛ چرا که همو بسیار بخشنده و توبه پذیر است. بر او تکیه و توکل نموده ایم و همه باورمندان نیز باید بر او توکل کنند. هیچ جنبش و حرکت و نیرویی جز به اراده خداوند بلند مرتبه و عظیم الشان، انجام شدنی نیست.

و قال أبو محمد الحسن القمّي: قال لي أبي: فلما وصلت هذه الرسالة من أبي الحسن علي بن موسى الرضا صلوات الله عليهما و علي آبائهما و الطيبين من ذريتهما الى المأمون، قرأها، وفرح بها، و أمر أن تكتب بالذهب، و أن تترجم بالرسالة الذهبية.

تمت الرسالة بحمد الله تعالى، و كتب العبد الفقير الى الله تعالى عبد الرحمن المدعو بأبي بكر بن عبد الله كرخي الجنس، عتيق السعيد المرحوم قاضي القضاة كان بالعراق الحسن بن قاسم بن أبي الحسين بن علي بن قاسم التلي رحمة الله تعالى. في يوم الإثنين قبل أذان المغرب بلخ، كان فراغها من النسخ تاسع عشر ذي الحجة سنة خمس عشرة و سبعمائة (715 هـ). تم.

ابو محمد حسن قمی (عمی) می گوید: پدرم به من گفت: هنگامی که این رساله شریفه از سوی ابا الحسن علی بن موسی الرضا - که صلوات و درود خدا بر او و پدر و اجداد گرانقدر و نسل پاک و مطهرشان باد - به مأمون [خلیفه عباسی] رسید، آن را به دقت مطالعه کرد و از [شرح مطالب] آن مسرور و شادمان گردید و فرمان داد آن را با آب طلا - نگارش کنند و تحت عنوان "رساله ذهبیه" یا مکتوب زرین ترجمه و نامگذاری کنند.

این مکتوب (مرقومه طلائی) به حمد و لطف خداوند متعال پایان یافت، و کتابت و نگارش آن را این بنده محتاج به رحمت های بی کران خداوند متعال به نام عبد الرحمن معروف به ابو بکر بن عبد الله کرخي، بنده آزاده سعادت مند مرحوم قاضی القضاة جناب حسن بن قاسم بن ابی الحسین بن علی بن قاسم نیلی که [در عراق می زیست و در سال 712 بدرود حیات گفت] و خداوند متعال همه آن ها را غریق رحمت خود فرماید، به انجام رساند.

نگارش این مجموعه گرانها قبل از اذان مغرب روز دوشنبه که مصادف با روز نوزدهم ذی الحجه سال 715 هـ. ق بود، در بلخ به پایان رسید.

نجاشی نقل می کند: هارون بن موسی بن احمد بن سعید، ابو محمد تلّعبکری از بنی شیبان، از شخصیت ها و چهره های مورد اعتمادی است که به درستی و راستی مشهور بوده، دارای کتابی به نام الجوامع فی علوم الدین می باشد. نجاشی می گوید: من در منزل آن بزرگ مرد حضور یافتم و فرزند او ابو جعفر و گروهی از مردم نیز بر او گرد آمده بودند. [بنگرید به: رجال نجاشی، ص 343].

شیخ طوسی در خصوص تلّعبکری می گوید: وی مردی جلیل القدر، عظیم المنزله، واسع الروایه و بی نظیر است و تمام اصول و مکتوبات را روایت نموده است. درگذشت او به سال 385 ه. ق بوده است.

[بنگرید به: رجال طوسی، ص 516].

تلّعبکری: منسوب به تلّ عکبر- به ضم عین- و ظاهرا محلّه ای از آن بوده است. [بنگرید به:

مراصد الاطلاع، ج 1، ص 271].

در اصل "سهل" بوده و درست آن نیز همین "سهل" است. نجاشی در رجال خود (ص 294) می گوید: محمد بن ابی بکر همّام بن سهیل الکاتب الاسکافی، بزرگ و پیش کسوت یاران، که منزلتی عظیم دارد و احادیث فراوان نقل کرده است. شیخ طوسی نیز در رجال خود (ص 494)، او را جلیل القدر و مورد وثوق دانسته که تلّعبکری از او روایت نقل می کند و تا سال 323 از وی حدیث و روایت شنیده و نیز از او اجازه روایت داشته است، و درگذشت او سال 323 ه. ق بوده است.

نجاشی در رجال (ص 49) می گوید: حسن بن محمد بن جمهور عمّی، ابو محمد بصری، که خود مورد وثوق و منسوب به بنی عمّ از تمیم است.

نجاشی در رجال (ص 260) در شرح حال محمد بن جمهور می گوید: وی از امام علی بن موسی الرضا علیه السلام روایت ها نقل کرده است، و ملاحم الکبیر، نوادر الحج، و ادب العلم از آثار اوست.

محمد بن علی کاتب گفته است: محمد بن عبد الله می گوید: علی بن الحسین الهذلی المسعودی گفته است:

حسن بن محمد بن جمهور به من گفت: پدرم محمد بن جمهور برایم حدیث نقل می کرد، در حالی که در 110 سالگی بود.

خراسان: در آن زمان منطقه وسیعی بوده است که از مرزهای عراق آغاز و جوین و بیهق را پشت سر گذاشته و تمامی افغانستان و غزنه و سیستان و طخارستان و مرزهای هند را در بر می گرفته است (بنگرید به: مرصدا الاطلاع).

طوس: شهری که از نیشابور ده فرسخ به طرف شرق فاصله داشته است و شامل دو بخش بزرگ به نام طابران و دیگری نوقان بوده که بیش از هزار روستا را در بر می گرفته است. و مرقد منور امام هشتم شیعیان حضرت علی بن موسی الرضا علیه السلام و نیز قبر هارون در آن شهر قرار گرفته است (بنگرید به:

منبع پیشین، ج 2، ص 897).

نیشابور که آن را نیشابور نیز گویند، شهری بزرگ بوده است که ویژگی ها و فضیلت فراوان به همراه داشته و فرهیختگان و دانشوران زیاد از آن برخاسته اند و فاصله میان نیشابور تا مرو تقریباً سی فرسخ بوده است (بنگرید به: منبع پیشین).

ابوزکریا یوحنا بن ماسویه، مسیحی سریانی بود که هارون الرشید او را مسئول ترجمه کتب طبی قدیم موجود در انقره، عموریه و شهرهای دیگری از امپراتوری روم که توسط مسلمانان فتح شده و در اختیار گرفته بودند، نمود. ابوزکریا از طرف هارون مسئول امین ترجمه کتب سریانی بود و به هارون، امین و مأمون خدمات شایانی را عرضه داشت و تا روزگار خلافت متوکل عباسی بر این منصب، صدارت نمود. در بغداد شخصیتی برجسته و جلیل القدر و مورد احترام همگان بود. مأمون در سال 215 او را به ریاست تشکیلات بیت الحکمه بغداد منصوب کرد. [بنگرید به: فهرست ابن ندیم، ص 295؛ ابن جلجل، طبقات الاطباء، ص 65].

جبرائیل بن بختیشوع بن جورجیس بن بختیشوع الجندیسابوری، وی طبیعی حاذق و پزشک مخصوص هارون الرشید و دوست و ندیم او بود. گویند: شأن و مقام بختیشوع چنان نزد هارون فزونی یافت که به وابستگان خلافت گفت: هرکس بخواهد با من تماس گرفته و نیازی را مطرح سازد باید از کانال بختیشوع انجام پذیرد؛ زیرا همه درخواست های افراد را از همین مجرا به انجام می رسانم. و نیز وقتی که هارون درگذشت، به خدمت امین و مأمون درآمد و تا زمان حیات خود در مقام خویش باقی ماند و زمانی که درگذشت در دیر مارجرجیس در مدائن به سال 213 به خاک سپرده شد [بنگرید به: طبقات الاطباء، ص 64].

ابن ابی اصیبه در عیون الانباء فی طبقات الاطباء (ج 3، ص 52) یادآور می شود که وی از دانشوران هند و در درمان های طبی فردی آگاه و دارای قدرت پیشگویی در شناخت و تشخیص بیماری ها بوده است. در روزگار خلافت هارون الرشید در عراق بود که اتفاق شگفتی افتاد: پسر عموی خلیفه ابراهیم بن صالح ناگهان سکتته کرد و فوت کرد و به دستور خلیفه او را غسل داده، کفن نمودند. این متخصص هندی الاصل با تأکید به خلیفه گفت: پسر عمویت نمرده، او سکتته کرده و دست نگه دارید! مراسم تدفین را به تعویق اندازید که او زنده خواهد بود. خلیفه خم به ابرو آورد و به گونه ای او را تهدید کرد که اگر چنان که می گویی نباشد، تمام اموال مصادره شده و خود نیز به زندان خواهی رفت و پزشک قول مساعد داد که به زودی آثار حیات را در جسم پسر عمویت خواهی دید و سرانجام دست به کار شد، چاقوی جراحی را برداشت و بالای سر جسد ظاهراً فوت کرده رفت و شکاف کوچکی در میان دو انگشت کوچک و کناری دست چپ میّت داد، خون از میان انگشتان دست جریان یافت و به بیرون جهید، به تدریج حرکت های خفیفی در جسد پدیدار گشت و بالاخره پس از مدتی کوتاه صدای ناله میّت بلند شد و آثار حیات در او هویدا گردید و ابراهیم بن صالح حیات دوباره یافت و از مخمصه نجات یافت.

بلخ، از شهرهای بزرگ و مشهور در قلمرو پهناور خراسان قدیم بوده است و به خاطر بخش ها و روستاها و ولایات مشهور در حوزه بلخ و سرشار بودن از خیر و برکت، شهرت داشته است. [بنگرید به:

مراصد الاطلاع، ج 1، ص 217].

فصد: شیخ رئیس ابوعلی سینا درباره آن می گوید: تخلیه و تهی سازی کلی خون از کثرت اخلاط و فزونی و غلبه اخلاط در رگ های خون است. [قانون در طب، ج 1، ص 204].

حجامت: مانند فصد است با این تفاوت که در فصد از سیاهرگ باسلیق یا سیاهرگ روی قوزک پا خونگیری می شود و حجامت از مویرگ های کوچک سیاهرگی تحت فرآیند تعریف شده، خون گیری به عمل می آید. [منبع پیشین].

أما فی نسخه فأولها بعد البسملة: «الرساله الذهبیه فی الطب بعث بها الإمام علی بن موسی الرضا علیه السلام إلى المأمون العباسی فی صحه المزاج و تدبیره بالأغذیه و الأشربه و الأدوية. قال امام الأنام عزّ وجه الإسلام مظهر الغموض... إلى آخر.

الثرّب: جسم شحمی یحیط بالمعده و الأمعاء و غیرهما، مؤلف من طبقتین غشائیتین یحللها شحم لین و شظایا صغار من الأورده و الشرابین، و هو یتدئ من فم المعده و ینتهی إلى القولون (التلویح، ص 87).

و المراد منه: انک اذا أخذت من الطعام زیاده علی حاجتک، فستظهر اضراجه فیما بعد.

آبانه: بکسر الهمزة و تشدید الباء: أى حینه، آیامه و هما بمعنی واحد.

القرم: شده شهوه اللحم، ثم اتسع حتی استعمل فی الشوق الی کل شیء. [بنگرید به:

القاموس، ج 4، ص 164].

و کذا أمر جدی محمد صلی الله علیه و آله علیا علیه السلام فی کل یوم وجبه و فی غده و جبّین.

عن الاصبغ بن نباته قال: قال امیر المؤمنین (علیه السلام) للحسن: ألا أعلمک أربع خصال تستغنی بها عن الطب؟ قال: بلی. قال: لا تجلس علی الطعام الاّ و انت جائع، و لا تقم عن الطعام الاّ و انت تشتهیه، و جوّد المضغ، و اذا نمت فأعرض نفسك علی الخلاء. فاذا استعملت هذا استغنی عن الطب. [الخصال، ج 1، ص 109].

فی نسخ مختلفه ینبغی علیه النص التالی: «و الذی أنا واصفه فیما بعد. و نذكر الآن ما ینبغی ذکره من تدبیر فصول السنه و شهورها الرومیه الواقعه فیها من کل فصل علی حده و ما یتعمل من الأطعمه و الأشربه و ما یجتنب منه و کیفیه حفظ الصحه من أقوال العلماء القدماء. و نعود إلى قول الاثمه (علیهم السلام) فی صفه شراب یحلّ شربه و یتعمل بعد الطعام.

أما فصل الربيع فانه روح الأزمان، وأوله آذار، وعدد أيامه واحد و ثلاثون يوما، وفيه يطيب الليل والنهار، وتلين الأرض، ويذهب سلطان البلغم، ويهيج الدم، ويستعمل فيه من الغذاء اللطيف، واللحوم، والبيض النيبرشت (1)، ويشرب الشراب بعد تعديله بالماء، ويتقى فيه أكل البصل، والثوم، والحامض. ويحمد فيه شرب المسهل، ويستعمل فيه الفصد والحجامه.

نيسان: ثلاثون يوما. فيه يطول النهار، ويقوى مزاج الفصل، ويتحرك الدم، وتهب فيه الرياح الشرقيه، ويستعمل فيه من المأكول المشويه، وما يعمل بالخل، ولحوم الصيد، ويصلح الجماع، والتمريخ بالدهن فى الحمام، ولا يشرب الماء على الريق، ويشم الرياحين، والطيب.

آيار: واحد و ثلاثون يوما. تصفو فيه الرياح، وهو آخر فصل الربيع، وقد نهى فيه عن أكل الملوحات، واللحوم الغليظه كالرؤوس، ولحم البقر، واللبن. وينفع فيه دخول الحمام أول النهار، ويكره فيه الرياضه قبل الغذاء.

حزيران: ثلاثون يوما. يذهب فيه سلطان البلغم والدم، ويقبل زمان المره الصفراويه ونهى فيه عن التعب، وأكل اللحم دسما، والاكثار منه، وشم المسك (2) والعنبر (3) وفيه ينفع أكل البقول الباردة، كالهندباء (4)، وبقلة الحمقاء (5)، وأكل الخضر، كالخيار، والقثاء

ص: 102

1- لفظه فارسىه يقصد منها البيض الذى لم ينضج نضجا كاملا.

2- المسك: قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 360): سره دابه كالضبى أو هو بعينه، له نابان أبيضان معقفان الى الانسى كقرنين.

3- العنبر: قال الشيخ الرئيس: «فيما يظن: نبع عين فى البحر، والذى يقال أنه زبد البحر، أو روث دابه بعيد. (ج 1، ص 398).

4- الهندباء: هو صنفان برى و بستانى، فالبرى أعرض ورقا من البستانى، و اجود للمعده منه، و البستانى منه صنفان أحدهما قريب الشبه من الخس عريض الورق، والاخر أدق ورقا منه، و فى طعمه مراره. (الجامع لمفردات الأدوية والأغذية، ج 4، ص 198).

5- قال ابن البيطار فى المصدر السابق (ص 102): وهى البقله المباركه البقله اللينه و العرفج و العرفجين أيضا وهى الرجله. وفيه عن جالينوس: هذه البقله بارده مائيه المزاج و فيها قبض يسير. وقال الانطاكى فى تذكرته (ج 1، ص 8): وسميت حمقاء لخروجها فى الطرق بنفسها وهى نبات طرى فى غلظ الأصابع فتطول دون ذراع و تمتد على الأرض و تزهر جملة الى البياض تخلف بزرا صغيرا و تدرک فى الربيع و الصيف و هى بارده رطبه.

و الشيرخشت (1) و الفاكهه الرطبه و استعمال المحمضات، و من اللحوم: لحم المعز الثنى و الجذع (2). و من الطيور: الدجاج، و الطيهوج، و الدراج، و الالبان، و السمك الطرىّ.

تمّوز: واحد و ثلاثون يوما. فيه شده الحراره، و تغور المياه و يستعمل فيه شرب المياه الباردة على الريق. و يؤكل فيه الأشياء الباردة الرطبه. و يكسر فيه مزاج الشراب. و تؤكل فيه الأغذيه اللطيفه السريعه الهضم، كما ذكر فى حزيان. و يستعمل فيه من الثور (3) و الرياحين الباردة الرطبه الطيبه الرائحه.

آب: واحد و ثلاثون يوما، فيه تشتدّ السموم، و يهيج الزكام بالليل، و تهبّ الشمال، و يصلح المزاج بالتبريد و الترطيب، و ينفع فيه شرب اللبن الرائب، و يجتنب فيه الجماع، و المسهل. و يقلّ من الرياضه، و يشم الرياحين الباردة.

أيلول: ثلاثون يوما، فيه يطيب الهواء، و يقوى سلطان المره السوداء، و يصلح من شرب المسهل، و ينفع فيه أكل الحلاوات، و أصناف اللحوم المعتدله كالجداء و الحولى من الضأن، و يجتنب فيه لحم البقر، و الاكثار من الشواء، و دخول الحمام، و يستعمل فيه الطيب المعتدل المزاج، و يجتنب فيه أكل البطّيح و القثاء.

تشرين الاول: واحد و ثلاثون يوما، فيه تهبّ الرياح المختلفه، و يتنفس فيه ريح الصبا، و يجتنب فيه الفصد، شرب الدواء، و يحمد فيه الجماع، و ينفع فيه (أكل اللحم السمين، و الرمان المزم (4)، و الفاكهه بعد الطعام، و يستعمل فيه) أكل اللحوم بالتوابل، و يقلّل فيه شرب الماء، و يحمد فيه الرياضه.

تشرين الثانى: ثلاثون يوما، فيه يقطع المطر الوسمى (5)، و ينهى فيه عن شرب الماء بالليل، و يقلل فيه من دخول الحمام، و الجماع، و يشرب بكره كل يوم جرعه ماء حارّ، و يجتنب فيه أكل البقول الحاره كالكرفس، و النعناع و الجرجير. (6)

ص: 103

1- قال ابن البيطار فى المصدر السابق (ص 75): شيرخشت. هو طل يقع من السماء ببلاد العجم على شجر الخلاف بهراه و هو حلو الى الاعتدال. و فيه عن التميمي هو افضل اصناف المنّ و اكثرها نفعاً لمحرورى الأمزجه.

2- الجذع: هو الذى أكمل السنه الاولى و دخل فى الثانيه. و فى نسخه الجداء، و الجداء: جمع جدى، الذكر من أولاد المعز فى السنه الاولى. (انظر: حياه الحيوان، ج 1، ص 185).

3- النور: الزهر، أو الابيض منه. (انظر: القاموس، ج 2، ص 149).

4- المزم: بالضم، بين الحامض و الحلو. (انظر: القاموس، ج 2، ص 199).

5- بارده رطبه.

6- الجرجير: بقله يكثر زرعها فى ثغر الاسكندريه، و يسمونها بقله عائشه، و هى برى و بستانى. (انظر: الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه، ج 1، ص 160).

كانون الاول: واحد و ثلاثون يوما، تقوى فيه العواصف، و يشتد البرد، و ينفع فيه كل ما ذكرناه فى تشرين الثانى. و يحذر فيه من أكل الطعام البارد، و يتقى فيه الحجامه و الفصد، و يستعمل فيه الاغذيه الحاره بالقوه و الفعل.

كانون الآخر: واحد و ثلاثون يوما، يقوى فيه غلبه البلغم، و ينبغى أن يتجرع فيه الماء الحار على الريق، و يحمد فيه الجماع، و ينفع الأحشاء فيه أكل البقول الحاره كالكرفس، و الجرجير، و الكراث، و ينفع فيه دخول الحمام أول النهار، و التمريخ بدهن الخيرى (1) و ما ناسبه، و يحذر فيه الحلو، و أكل السمك الطرى، و اللبن.

شباط: ثمانيه و عشرون يوما. تختلف فيه الرياح، و تكثر الأمطار، و يظهر فيه العشب، و يجرى فيه الماء فى العود، و ينفع فيه أكل الثوم، و لحم الطير، و الصيود، و الفاكهه اليابسه، و يقلل من أكل الحلاوات، و يحمد فيه كثره الجماع، و الحركه، و الرياضه.

پاورقى هاى متن "طب الرضا" (ادامه):

صفه الشراب الذى يحلّ شربه و استعماله بعد الطعام، و قد تقدم ذكر نفعه فى ابتدائنا بالقول على فصول السنه و ما يعتمد فيها من حفظ الصّحه.

الزبيب: هو جفيف العنب.

ماء السماء: اى ماء المطر.

قال الخجندى فى التلويح: و أفضل المياه مياه العيون الجاريه على الأراضى الطينيه المنحدره من مواضع عاليه لا سيما الغمره المكشوفه التى تبعد منابعها، و يخف وزنها، و يجرى نحو المشرق الصيفى و الشمال.

الرطل: ما يساوى (340) غراما تقريبا.

الزنجبيل: قال الشيخ الرئيس ابن سينا فى القانون (ج 1، ص 302): «قال ديسقوريدوس:

الزنجبيل أصوله صغار مثل أصول السعد، لونها الى البياض، و طعمها شبيه بطعم الفلفل، طيب الرائحه».

الدرهم: هو ما يساوى (2/5) غراما تقريبا.

القرنفل: قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 416): «نبات فى حد الصين، و القرنفل ثمره ذلك النبات، و هو يشبه الياسمين لكنه أسود. و ذكره كنوى الزيتون، و أطول و أشد سوادا».

الدارسينى: قال الشيخ الرئيس فى المصدر السابق (ص 288): «هو أصناف كثيره لها أسماء عند الأماكن التى تكون فيها. فمنه صنف جيد مائل الى السواد، ما هو جبلى غليظ، و صنف أبيض رخو منتفخ، منفرك الاصل، أسود ملس، قليل العقد، و منه صنف رائحته كالسليخه مائل الى الخضره، و قشره كقشرتها الحمراء، و هو مما تبقى قوته زمانا، و خصوصا ان دق و قرص بشراب».

1- -دهن الخيري:قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية والأغذية(ج 2، ص 108)عن التميمى:«أنه لطيف محلل، موافق للجراحات؛ و خاصه ما عمل من الأصفر منه، و هو شديد التحليل لأورام الرحم؛ و الأورام الكائنه فى المفاصل؛ و لما يعرض من التعقد و التحجر فى الأعصاب و التقبض».

الزعفران: قال الرئيس فى القانون (ج 1، ص 306): «معروف مشهور جوده الطرى الحسن اللون الذكى الرائحه، على شعره قليل بياض غير كثير، ممتلى صحيح، سريع الصبغ، غير ملزج ولا متفتت».

السنبل: قال الشيخ الرئيس فى المصدر السابق (ص 390): «السنبل سنبلان: سنبل الطيب و هو سنبل العصافير، و الناردین و هو السنبل الرومى».

العود: قال الرئيس فى القانون (ج 1، ص 398): «هو خشب، أو اصول خشب يؤتى به من بلاد الصين، و بلاد الهند و بلاد العرب، بعضه منقط مائل الى السواد، طيب الرائحه، قابض، فيه مراره يسيره، و له قشر كأنه جلد. أجود أصنافه العود المندى، و يجلب من وسط بلاد الهند».

المصطكى: قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 360): «منه رومى أبيض، و منه نبطى الى السواد. و شجرته مركبه مائه قليله، و أرضيه كثيره». و قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه (ج 4، ص 158): «هو علك الروم. و هو ثمره المصطكا. و المصطكا: شجره معروفه كلها قابضه. و قد يكون من هذه الشجره صمغه يقال لها مستجى».

الأوقيه: تساوى (29) غراما تقريبا، 1/12 رطل.

النقرس: بالكسر، ورم أو وجع فى مفاصل الكعبين و أصابع الرجلين. (انظر: القاموس، ج 2، ص 255).

و ليلتك من الأوجاع الباردة المزمنه، كالنقرس و الرياح و غير ذلك من أوجاع العصب و الدماغ و المعده، و بعض أوجاع الكبد و الطحال، و الأمعاء و الأحشاء.

أصلح لبدنه و اكثر لجماعه، و أشد لضبطه و حفظه، فان صلاح البدن و قوامه يكون بالطعام و الشراب، و فساده يكون بهما، فان أصلحتهما صلح البدن، و ان افسدتهما فسد البدن.

الفالج: قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 2، ص 90): «هو ما كان من الاسترخاء عاما لأحد شقى البدن طولا. فمنه ما يكون فى الشق المبدأ من الرقبه و يكون الوجه و الرأس معه صحيحين، و منه ما يسرى فى جميع الشق من الرأس الى القدم».

الأترج: قال ديسقوريدوس هو نبات تبقى ثمرته عليه جميع السنه. و الثمر بنفسه طويل، و لونه شبيه بلون الذهب، طيب الرائحه مع شىء من كراهه، و له بزر شبيه ببزر الكمثرى. (انظر: الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه، ج 1، ص 10).

الحول: ظهور البياض فى مؤخر العين، و يكون السواد من قبل الماق، أو اقبال الحدقه على الأنف، أو ذهاب حدقتها قبل مؤخرها (انظر: القاموس، ج 4، ص 375). و قال ابن البيطار عن ابن ماسويه: «من أكل الأتراج بالليل و نام عليه أورثه الحول». (انظر: المغنى فى الطب/منحوط، ورقه 57).

الجدام:عله تحدث من انتشار السوداء فى البدن كله، فيفسد مزاج الأعضاء، وحياتها، وربما انتهى الى تأكل الأعضاء و سقوطها عن تفرح.
(انظر: القاموس، ج 4، ص 88؛ ونقله ابن القيم الجوزى فى كتابه زاد المعاد).

الحصاه: اشتداد البول فى المثانه حتى يصير كالحصاه. (انظر: القاموس، ج 4، ص 318). نقل ابن القيم فى زاد المعاد (ج 2، ص 196) قول ابن بختيشوع: الجماع من غير أن يهرق الماء عقيبه يولد الحصاه. ونقل عن ابن ماسويه قوله: و من جامع فلم يصبر حتى يفرغ فاصابه حصاه فلا يلومنّ الا نفسه.

وقال ابن ماسويه: و من احتلم فلم يغتسل حتى وطئ أهله فولدت مجنوناً أو مخبلاً فلا يلومنّ الا نفسه. (انظر: زاد المعاد، ج 2، ص 196).

قال ابن البيطار: و ينبغى أن يتجنب الإكثار من البيض المسلوق لمن يعتره القولنج. (انظر:

الجامع لمفردات الأدوية، ج 1، ص 132).

الربو: بالفتح، ضيق النفس. ونقل ابن القيم الجوزى فى زاد المعاد (ج 2، ص 196) عن ابن ماسويه قوله: و من أكل بيضا مسلوقاً بارداً و امتلاً منه فاصابه ربو فلا يلومنّ الا نفسه.

البهر: بالضم، انقطاع النفس من الأعياء. (زاد المعاد، ج 1، ص 378).

ذكر ابن البيطار عن جالينوس: اذا هو أكثر منه أعى بالامراض الحادته عن المره السوداء كالسرطان و الجدام و الوسواس. (انظر: الجامع لمفردات الأدوية، ج 1، ص 105).

الشقيقه: و جمع يأخذ نصف الرأس و الوجه. (انظر: القاموس، ج 3، ص 259).

قال الخجندى فى التلويح (ص 121) فى تقسيم بيوت الحمام: «الفعل الطبيعى للحمام ان يستخن بهوائه، و يربط بمائه. و العرضى مثل: ان يستخن بمائه البارد، و بهوائه الحار. و البيت الاول: مبرد مجفف، و الثانى مبرد مرطب، و الثالث مسخن مرطب، و الرابع مسخن مجفف.

قال الدميرى فى حياه الحيوان (ج 2، ص 125): اعلم أنّ الحكماء قد ذكروا أنّ للحمام و النوره منافع و مضار، فمن منافعه: «أنه يوسع المسام، و يستفرغ الفضول، و يحلل الرياح، و ينظف البدن من الوسخ و العرق، و يذهب الأعياء، و يلين الجسد، و يجيد الهضم».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 266): «بارد رطب فى الاولى، و دهن البنفسج طلاء جيد للجرب». و قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه (ج 2، ص 107): «انه يبرد: و يربط و ينوم، و يعدل الحرارة».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 415): «الصبر عصاره جامده بين حمرة و شقره و ماؤه كماء الزعفران».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 346): «القايقا: هو عصاره القرظ يجفف ثم يقرص و فيه لذع يزول بالغسل» و فيه عن ديسقوريدوس: هو شجر ذات شوكة و شوكة غير قائم و كذلك اغصانها و لها زهر أبيض و ثمر أبيض و فى غلف و تجمع الاقايقا و تعمل عصارته بأن يدق ورقه مع ثمره و تخرج

:الحضحص: شجره مشوكه، لها أغصان طولها ثلاثه أذرع، وكثر عليها الورق، ولها ثمر شبيه بالفلفل، أسود ملرز، مر المذاق، أملس، وقشر الشجر أصفر، ولها أصول كثيره. وينبت في أماكن الأرض الوعره. (انظر: الجامع لمفردات الأدوية والأغذية، ج 2، ص 323).

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 1، ص 73): «البابونج»: هو ثلاثه أصناف، والفرق بينها انما هو في لون الزهر فقط. وله أغصان طولها نحو من شبر، وفيها شعب، وورق صغار دقاق ورؤوس مستديره صغار في باطن بعضها زهر أبيض، وأصفر، وفرفيرى. وينبت في أماكن خشنه، وبالقرب من الطرق، ويقلع في الربيع. والبابونج بالقاف. اسم خاص للنوع العطر من البابونج الدقيق.

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 4، ص 144): «المرزنجوش» ويقال له مرزنجوش و مردقوش. وهو فارسي، واسمه السمسق بالعربيه، والعنقر أيضا. وهو نبات كثير الأغصان ينبسط على الأرض في نباته، وله ورق مستدير عليه زغب وهو طيب الرائحة جدًا.

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 1، ص 114): «البنفسج»: هو نبات معروف له ورق أسود، وله ساق يخرج من أصله، عليه زغب صغير، وعلى طرف ساقه زهر طيب الرائحة جدًا. ينبت في المواضع الحسنه.

قال الشيخ الرئيس في القانون (ج 1، ص 304): «الزرنيج»: جوهر معدني، منه أخضر، ومنه أصفر، ومنه أحمر. أجوده الاصفر المتسرح الامني، الذهبي الصفائحى، وله رائحة كرائحه الكبريت.

العصفر: قال ديسقوريدوس: «هو نبات له ورق طوال مشرف خشن مشوك و ساق طولها نحو من ذراعين بلا شوكة، عليها رؤوس مدوره مثل حب الزيتون الكبار، وزهر شبيه بالزعفران، ونور أبيض، ومنه ما يضرب الى الحمرة».

الحناء: قال ديسقوريدوس: «هى شجره ورقها على أغصانها وهو شبيه بورق الزيتون غير أنه أوسع وألين وأشد خضره. ولها زهر أبيض شبيه بالاشنه طيب الرائحة، وبزره أسود». (انظر: المصدر السابق، ج 1، ص 313).

السعد: قال ديسقوريدوس: «هو أصل نبات له ورق يشبه الكراث غير أن له أصول وأرق وأصلب.

وله ساق طولها ذراع أو أكثر، وساقه ليست مستقيمه بل فيها أعوجاج على طرفها أوراق صغار نابته، وبزر. وأصوله كأنها زيتون منه طوال، ومنه مدور، منشبك بعضه مع بعض، سود، طيب الرائحة، فيها مراره. (انظر:

القانون، ج 1، ص 378).

الهيرون: البرنى من التمر (انظر: كتاب الالفاظ الفارسيه المعربه، ص 159)؛ ونقل الزبيدي في تاج العروس (ج 9، ص 367) عن القتيبي قوله: الهيرون كزيتون ضرب من التمر جيّد.

قال الانطاكى: الزنيق بارد رطب يذهب الحكه و الجرب و القروح التى فى خارج البدن. (انظر:

تذكرة اولى الالباب، ج 1، ص 184).

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 302): «انه يزيد فى الحفظ».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 454): «الخردل. بقله معروفه، و من خواصها أن شرب على الريق ذكى الفهم». وقال قسطس: «ان من شرب من بزر الخردل بشراب على الريق ذكى فؤاد آكله» (انظر: الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه، ج 3، ص 22).

الهليلج: قال ديسقوريدوس: «معروف، و هو أصناف كثيره، منه الأصفر الفج، و منه الأسود الهندى، و البالغ النضج و هو أسمن، و منه كابلى و أكبر الجميع، و منه صينى و هو دقيق خفيف». و قال الشيخ الرئيس ابن سينا فى خواص الكابلى: «انه ينفع الحواس و الحفظ». (انظر: القانون، ج 1، ص 298). و قال الرازى فى الحاوى (ج 21، ص 637): «يقوى الحواس، يزيد فى الحفظ و الذهن».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 389): «سكر الطبرزد، أبرد و ألطف أنواع السكر، سكر أبلوج».

الشهد: هو العسل.

قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه (ج 4، ص 179): «النجس: نبات له ورق شبيه بورق الكراث، الا انه أدق منه و أصغر بكثير، و له ساق جوفاء ليس لها ورق، طولها أكثر من شبر، عليها زهر أبيض، فى وسطه شىء لونه أصفر، و منه ما لونه الى القرمزى، و له أصل أبيض مستدير، و ثمرته سوداء كانها غشاء مستطيله. و فيه عن ابن عمران شمه ينفع الزكام البارد».

قال ابن البيطار فى المصدر السابق (ج 3، ص 72): «الحبه السوداء، و تسمى أيضا بالشونيز».

هو نبات صغير دقيق العيدان، طولها نحو من شبرين أو أكثر، و له ورق صغار، على طرفه رأس شبيه بالخشخاش فى شكله، طويله مجوفه، تحوى بزر أسود حريفا طيب الرائحه». و فيه أيضا عن جالينوس: «انه يشفى الزكام اذا صير فى خرقة و هو مقلو و شمه الانسان. و فيه أيضا عن ديسقوريدوس: اذا سحق و جعل فى صره و اشتم نفع الزكام».

الشوصه: وجع فى البطن، أو ريح تعتقب فى الأضلاع، أو ورم فى حجابها من داخل. (انظر:

المصدر السابق، ج 2، ص 307).

قال الرازى فى الحاوى (ج 21، ص 632): «هو صالح للكبد و المعده، و نافع اذا استعمل بالخل بعد الفصد و الحجامة».

الناصور: عله فى اللثه. (انظر: القاموس، ج 2، ص 141).

اللهاه: اللحمه المشرفه على الحلق، أو ما بين منقطع أصل اللسان الى منقطع القلب من أعلى الفم.

(انظر: القاموس، ج 4، ص 388).

اليرقان: وجع يتغير منه لون البدن فاحشا الى صفره أو سواد. (انظر: القاموس، ج 3، ص 215).

قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه (ج 1، ص 152): «الثوم: بستانى و برى و يعرف بثوم الحيه». و فيه عن جالينوس: «الثوم يحلل الرياح أكثر من كل شىء يحلله و لا يعطش». و فيه أيضا عن الرازى: «يحلل الرياح و يفشها أكثر من كل غذاء حتى إنه يمنع تولد

القولنج الريحى اذا أكل.»

ص: 108

أمرأ الطعام: طاب له و نفعه.

الجوارش: قال الانطاكي فارسيه: عباره عن الدواء الذى لم يحكم سحقه و لم يطرح على النار بشرط تقطيعه رفاقا. و يستعمل غالبا لاصلاح المعده و الاطعمه و تحليل الرياح. (انظر: تذكره اولى الالباب، ج 1، ص 112).

الأبزن: حوض يغتسل فيه، و قد يتخذ من نحاس. معرب من أبزن. (انظر: القاموس، ج 4، ص 201).

الاطريفل: لفظه يونانيه معناها الاهليلجات. و بلغه المدينه هو ما ركب من الاهليلجات و هى من الأدوية التى تبقى قوتها الى سنتين و نصف. و جل نفعه فى أمراض الدماغ، و قطع الابخره، و تقويه الأعصاب و المعده، و يقطع البواسير و يزكى و يذهب سلسل البول. (انظر: طريقه صنعه فى تذكره اولى الالباب، ج 1، ص 50).

القريص: غذاء يطبخ من اللحوم اللطيفه كلحم السمك و الفرخ، مع الخل أو الحموضات.

الهلام: طعام من لحم العجل بجلده، أو مرق السكباغ المبرد المصفى من الدهن. (انظر:

القاموس، ج 4، ص 191)؛ و فى الجامع لمفردات الأدوية (ج 1، ص 106): هو مرق لحم البقر المبرد المصفى عن دسمه.

الحصرم: هو غرض العنب ما دام أخضر.

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 187): «و من التدبير الجيّد لمن سافر فى المياه المختلفه أن يستصحب من ماء بلده فيمزج به الماء الذى يليه. و يأخذ من ماء كل منزل للمنزل الذى يليه».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 187): «و من التدبير الجيّد للمسافر أن يستصحب طين بلده و خلطه بكل ما يطرأ عليه، و خضخضه فيه ثم يتركه حتى يصفو». و قال الخجندى فى التلويح (ص 177) «و من التدبير الجيّد لمن سافر فى المياه المختلفه أن يستصحب من ماء بلده أو طين بلده فيصلح بهما ماءه الذى يورده من بلده. و يشرب الماء و الطين فى الآنيه بالتحريك، و يؤخر شربه حتى يصفو صفاء جيّدا».

قال الخجندى فى التلويح: «و أفضل المياه مياه العيون الجارية على الأراضى الطينية المنحدره من مواضع عاليه، لا سيما الغمره المكشوفه التى تبعد منابعها، و يخف وزنها، و يجرى نحو المشرق الصيفى و الشمال».

البطائح: جمع بطحاء. مسيل واسع فيه دقاق الحصى. (انظر: القاموس، ج 1، ص 216).

السباخ: جمع سبخه. أى الأرض ذات الملح. (انظر: القاموس، ج 1، ص 261).

فاذا كان الهواء معتدلا اعتدلت أمزجه الأبدان و صلحت تصرفات الأمزجه فى الحركات الطبيعيه كالهضم و الجماع و النوم و الحركه و ساير الحركات.

الدم: ويشتمل أضافه الى ما ذكر فيما بعد على القلب و العروق و توابعهما.

البلغم: ويضم الجهاز التنفسي بمجاريه و الرئتين و القصبات الهوائية و توابعها.

الصفراء: و تشمل الجهاز الهضمي و الكبد و المراره و الطحال و البنكرياس و توابعها.

السوداء: و تشمل الكلى و المجارى البولي و التناسليه و الأرحام و توابعها.

داء الفيل: و المراد من الداء الدفين، الأمراض التي تكون في المقعد عند أسفل الانسان، كالبواسير و غيره.

ليف الاراك.

قال الشيخ الرئيس في القانون (ج 1، ص 426): «قرن الأيّل و العنز المحرقان يجلو الاسنان بقوه، و يشدّ اللثه، و يسكن وجعها الهائج، و يجب أن يحرق حتى يبيض. و قال ابن البيطار في المغني ورقه 82ب: «و لقرن الأيّل خاصه المحرق في قلع الصداً من الأسنان و الحفر فيها و تسويه أصولها».

قال الشيخ الرئيس في القانون (ج 1، ص 327): «الكزمازك هو ثمر الطرفاء». و فيه عن ديسقوريدوس: الطرفاء شجره معروفه تنبت عند مياه قائمه، و لها ثمر شبيه بالزهر. و قد يكون بمصر الشام طرفاء بستاني شبيه بالبرّي في كل شىء ما خلا الثمر، فانه يشبه العفص. و من خواصه: قال الشيخ الرئيس:

«ان فيه قبضا، و جلاء، و تنقيه من غير تجفيف شديد، و ماءه جال مجفف، جلائه أكثر من تجفيفه، و طبيخ ورقه بالشراب ينفع وجع الأسنان مضمضمه. و يمنع من تأكلها خصوصا ثمرته».

قال الشيخ الرئيس في القانون (ج 1، ص 378): «انه ينفع من عفن الانف، و الفم، و القلاع، و استرخاء اللثه، و يزيد في الحفظ جدا، و ينفع من قروح الفم المتآكله».

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 3، ص 37) عن ديسقوريدوس: «انه يجفف اللسان، و يمكث طيب الرائحه في الفم إذا مضغ».

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 4، ص 163): «هو أحد أصناف الملح المعدني». و فيه عن ديسقوريدوس: «و قوته قابضه تجلو و تنقى، و نافع للثه المسترخيه. و فيه أيضا و قال غيره: «إذا حل الملح بالخل و تمضمض به قطع سيلان الدم المنبعث من اللثات، و المنبعث أيضا بعد قلع الضرس. و إذا سخن و أمسك في الفم نفع من وجع الضرس».

و يحفظ أصولها من الآفات العارضه.

قال ابن البيطار في المصدر السابق (ج 2، ص 154) عن ديسقوريدوس: «له خمس أصناف منها صنفان يقبضان الأسنان، و قد يستعملان في أشياء أخر تجلو و تنقى». و قال ابن البيطار أيضا في المغني 82ب: «انه جيّد لجلاء الأسنان و خاصه الصبيان». و قال الشيخ الرئيس في القانون (ج 1، ص 304): «و الاملس أوفق بجلاء الأسنان و هو بالجمله شديد للأسنان».

و هو سن الحكمه و الموغظه و المعرفه و الدرايه و انتظام الأمور، و صحه النظر في العواقب، و صدق الرأى، و ثبات الجأش في التصرفات.

الى الهرم و نكد عيش و ذبول و نقص فى القوه و فساد فى كونه و نكهته حتى ان كل شىء كان لا يعرفه، حتى ينام».

فبجموده و برده يكون فناء كل جسم يستولى عليه فى آخر القوه البلغميه.

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 212): «و يؤمر باستعمال الحجامه لا فى أول الشهر لان الأخلاط تكون قد تحركت أو هاجت، و لا فى آخره لانها تكون قد نقصت، بل فى وسط الشهر حين تكون الأخلاط هائجه تابعه فى تزايدها لتزيد النور فى جرم القمر».

و قال الخجندى فى التلويح (ص 197): «و وقتها المختار وسط الشهر فان الأخلاط تزيد فيه لتزايد نور القمر».

النقره: قال الشيخ الرئيس ابن سينا فى القانون (ج 1، ص 212): «الحجامه على النقره خليفه الاكحل تنفع من ثقل الحاجبين، و تخفف الجفن، و تنفع من جرب العين». و قال الرازى فى الحاوى (ج 1، ص 264): «و ان دام الصداع، أحجم النقره».

الاخدعان: قال الشيخ ابن سينا فى القانون (ج 1، ص 212): «و الحجامه على الأخدعين خليفه القيصال. تنفع من ارتعاش الرأس و تنفع الأعضاء التى فى الرأس: مثل الوجه و الأسنان و الضرس و الأذنين و العينين و الحلق و الأنف».

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 213): «و الحجامه تحت الذقن تنفع الأسنان و الوجه و الحلقوم، و تنقى الرأس و الفكّين».

الامتلاء نقصاً بيّنا و ينفع من الأوجاع المزمنه.

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 212): «و الحجامه على الساق تنقى الدم و تدر الطمث».

العشوه: و هى العمش، ضعف الرؤيه مع سيلان الدمع فى أكثر الأوقات. (انظر: القاموس، ج 4، ص 364).

حبل الذراع. عرق فى اليد. و هو أحد الفروع الثلاثه للقيصال، و يمتد على ظهر الزند الأعلى ثم يمتد الى الوحشى، مائلاً الى حديه الزند الأسفل، و يتفرق فى أسافل الأجزاء الوحشيه من الرسغ. (انظر:

القانون، ج 1، ص 64).

القيصال: هو عرق فى الكتف. المصدر السابق.

الباسليق: وريد يستفرغ من نواحي تنور البدن الى أسفل التنور. (انظر: القانون، ج 1، ص 209).

الأكحل: وريد يبتدأ من الانسى، و يعلو الزند الأعلى، ثم يقبل على الوحشى، و يتفرع على صوره حرف اللام اليونانيه فيصير أعلى أجزائه الى طرف الزند الأعلى، و يأخذ نحو الرسغ. (انظر: المصدر السابق، ج 1، ص 65).

المرعزى: بكسر الميم و العين نوع من المعز طويل الشعر ناعمه يوجد فى آسيا الصغرى، وسمى بالمرعز أو المرعزى لأن المرعز هو فى الأصل الزغب تحت شعر العنز. (انظر: المعجم الزوولوجى الحديث، ج 5، ص 450).

الترياق: بالتاء و بالبدال يطلق على ما له بادزهرية و نفع عظيم، و هو الآن يطلق على الترياق الاكبر الذى ركه اندروماخس القديم. وبقى مده يسمى ترياق الاربع. (انظر تركيبه مفصلا فى: تذكره اولى الالباب، ج 1، ص 92) و فيه أيضا انه ينفع للجذام و البرص و اختلاط العقل و الفالج و الاسترخاء و التشنج و الاختلاج و الصرع.

و امزجه بالشراب المفرح المعتدل، و تناوله أو بشراب الفاكهه، و ان تعذر ذلك فبشراب الاترج فان لم تجد شيئا من ذلك فتناوله بعد علكه ناعما تحت الأسنان و اشرب عليه جرغ ماء فاتر، و ان كان فى زمان الشتاء و البرد، فاشرب عليه السكنجبين العنصلى.

اللقوه: مرض يميل به الوجه الى جانب. (انظر: حياه الحيوان، ج 2، ص 319).

البهق: بياض رقيق يعترى ظاهر البشره لسوء مزاج العضو الى البروده، و غلبه البلغم على الدم.

(انظر: القاموس، ج 3، ص 223).

البرص: بياض يظهر فى ظاهر البدن لفساد المزاج. (انظر: القاموس، ج 2، ص 192).

المزو. و الامليسى، هو الذى لا يكون فى حبه نوى.

ثلاث ساعات.

الجرب: داء يحدث فى الجلد بثورا صغارا لها حگه شديده.

الطياهيح: جمع طيهوج. و هو طائر يعرف بالاندلس بالضرريس. و هو شبيه بالحجل الصغير غير أنّ عنقه أحمر و منقاره و رجله أحمران مثل الحجل و ما تحت جناح أسود و أبيض. منه ما يسمى المنهاج، أجوده السمين الرطب الخريفى و هو معتدل الحل ينفع الناقهين. (انظر: الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه، ج 3، ص 105).

قال ابن البيطار فى الجامع لمفردات الأدوية و الأغذيه (ج 4، ص 156) عن ابن ماسه: انه يسخن الأعضاء الخارجيه و يقويها اذا ضعفت و وضع عليها. و قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 360): اذا حلّ فى الأدهان المسخنه و طلى بها فقار الظهر نفع من الخدر.

السكباج: فارسىه: مرق يعمل من اللحم و الخل.

المصوص: طعام من لحم يطبخ و يتقع فى الخل، أو يكون من لحم الطير خاصه. (انظر:

القاموس، ج 2، ص 318).

كذا فى الاصل. و لم أعر على معناها، و لعلاها تحريف «اليحامير»: و هو اللحم الذى يأكلونه بالخل و الخردل و الازرار. (انظر: وسائل الشيعه، ج 16، ص 374).

قال الشيخ الرئيس فى القانون (ج 1، ص 336): «الكافور أصناف، وقال بعضهم إنَّها شجره كبيره تظل خلقا، وتألّفه البابوره فلا يوصل إليها إلاّ فى مده معلومه من السنه، وهى سفينه بحريه أما خشبه فهو أبيض هش خفيف جدا، وربما اختنق فى خلله شىء من أثر الكافور.

القولنج: مرض معوى مؤلم، يعسر منه خروج الثقل و الريح. (انظر: القاموس، ج 1، ص 204). وقال: ابن ماسويه فى كتاب المحاذير على ما نقله ابن قيّم الجوزى فى كتابه زاد المعاد (ج 2، ص 196): و من جمع فى معدته البيض و السمك فأصابه فالج أو لقوه فلا يلو منّ الأ نفسه. و قال: ابن بختيشوع فى المصدر السابق: احذر أن تجمع بين البيض و السمك فأنهما يورثان القولنج و البواسير و وجع الاضراس.

اللبن. و ظاهره الصواب كما نقل عن ابن ماسويه قوله: و من جمع فى معدته اللبن و النبيذ فأصابه برص أو نقرس فلا يلو منّ الأ نفسه.

البيض. قال ابن بختيشوع كما نقله ابن القيّم الجوزى فى زاد المعاد (ج 2، ص 196): و ادامه أكل البيض يولد الكلف فى الوجه. و نقل عن ابن ماسويه فى نفسه المصدر: من أكل البصل أربعين يوما و كلف فلا يلو لو منّ الأ نفسه.

الكلف: شىء يعلو الوجه كالسمسم، أو لون بين السواد و الحمره. (انظر: القاموس، ج 3، ص 198).

قال ابن بختيشوع كما نقله عنه ابن القيّم الجوزى فى كتابه زاد المعاد (ج 2، ص 196)، و أكل المملوحه و السمك المالح و الاقتصاد بعد الحمام يولد البهق و الجرب. قال ابن ماسويه فى نفس المصدر: و من اقتصد فأكل مالحا فأصابه بهق أو جرب فلا يلو منّ الأ نفسه.

يعكّر. ظاهره الصواب كما نقل عن ابن بختيشوع قوله: ادامه أكل الغنم يعقر المثانه. (انظر: زاد المعاد، ج 2، ص 196).

التقطير: عله فى الصفاق، يحدث منها تقطير البول المستمر.

الفتق: عله فى الصفاق، بان ينحل الغشاء أو يقع فيه شق ينفذه جسم غريب كان محصورا فيه قبل الشق. (انظر: القاموس، ج 3، ص 283).

و تكثر ملاحظتها.

لان مائها يخرج من ثديها و الشهوه تظهر من وجهها و عينيها.

فلا- تقم قائما و لا- تجلس جالسا و لكن تميل على يمينك ثم انهض للبول من ساعتك، فانك تأمن الحصاه باذن الله تعالى. ثم اغتسل و اشرب شيئا من الموميائى بشراب العسل أو بعسل منزوع الرغوه، فانه يرد من الماء مثل الذى خرج منك.

و اعلم ان جماعهن و القمر فى برج الحمل أو فى الدلو من البروج أفضل و خير من ذلك أن يكون فى برج الثور لكونه شرف القمر و من عمل فيما وصفت فى كتابى هذا، و دبّر به جسده أمن باذن الله تعالى من كل داء، و صح جسمه بحول الله تعالى و قوّته. فان الله تعالى يعطى العافيه لمن يشاء، و يمنحها إيّاه و الحمد لله ربّ العالمين أولا و آخرا و ظاهرا و باطنا.

كذا في الاصل. و هو أبو محمد الحسن بن جمهور العمى، وقد تقدمت ترجمته.

هو عزّ الدين أبو محمد الحسن بن قاسم بن هبة الله النيلي مدرس المالكية بالمستنصريه، من أكابر العلماء وأعيان الأفاضل وأفراد الفقهاء. قدم بغداد. رتب قاضى القضاة فى رجب سنة سبع مائه ولم يزل على منصبه الى أن توفى فى شعبان سنة اثنتى عشره و سبع مائه. (انظر: ابن الفوطى، تلخيص مجمع الآداب، ج 4، ص 90-92).

ص: 114

نمایه مفردات گیاهی و واژه های طبی

الأبرده، 57

الابزار، 114

الابزن، 110

الاترج، 106، 114

الاذنين، 113

ارتعاش الرأس، 113

أرياح البواسير، 65

الإسكنجبین، 88

الأسنان، 79، 111، 112، 113، 114

الاطريف، 110

الاعياء، 107

البابونج، 61

البثور، 85

البرص، 88، 92، 114

البصل، 92، 102، 115

البطيخ، 104

البقر، 59، 103، 104، 110

بقله الحمقاء، 103

البنفسج، 61، 89، 107، 108

البواسير، 65، 91، 110، 115

البهق، 88.92، 114، 115،

البيض، 59،

التقطير، 93، 115،

تلبّد الذّهن، 59،

التمر، 102، 104، 109،

التوابل، 104،

التّين، 59،

الثّوم، 69، 102، 105، 110،

الجداء، 103،

الجذام، 58، 106، 107،

الجذع، 103،

الجرب، 89.92، 109، 114، 115،

الجرجير، 104،

الجنون، 58،

الجوارش، 110،

الحبه السّوداء، 67،

الحجل، 114،

الحصاه، 58، 64، 93، 107، 115،

الحصرم، 72، 111،

الحضحض، 61، 108،

الحناء، 62، 108،

الحول، 106، 58

الحولى، 104

الخامير، 89

خبز، 68

الخردل، 114، 109

الخفقان، 85

الخل، 114، 110، 72

الدّار، 105، 56

الداء الدفين، 111، 78

ص: 115

- الدجاج، 103
- الدراج، 103
- الدرياق، 88
- الدّماميل، 86
- الدّود، 59
- دهن ورد، 62
- الرّبّوب، 59، 107
- الرّمّان، 89، 104
- الرّياح المؤذيه، 57
- الرّئبق، 109
- زبد البحر، 80
- الرّيبب، 55، 56، 105
- الرّزنيخ، 108
- الرّعفران، 56، 105، 107
- الرّكّام، 66، 67، 104، 109
- الرّنجبيل، 56، 105
- الرّسعد، 62، 105، 108
- الرّسكباچ، 89، 110، 114
- الرّسكر، 109
- الرّسمك الرّطري، 58
- الرّسمك المملوح، 92

السَّنْبِل، 106، 105، 56

السَّوَاد، 115، 106، 105

شَقَاق، 61

الشَّقِيقَه، 107، 67، 60

السَّوْصَه، 110، 67

شَهْد، 66

الشَّيْر خَشْت، 103

الصَّبِير، 107، 61

الصَّفَار، 69

ضَعْف البَصْر، 93

الطَّحَال، 111، 106، 59، 51

الطَّرْفَاء، 112، 111

الطَّيْن، 111، 73

الطَّيُور، 103

الطَّيْهُوج، 103

عَدَس، 62

عَسْر البُول، 64

العَسَل، 115، 109، 67، 57، 56

العَشْوَه، 113، 85

العَصْفَر، 108، 62

العَفْص، 112

العنب، 105، 111

العنبر، 103

العود، 56، 105، 106

العين، 58، 85، 106، 113

الفاكهه اليابسه، 105

الفالج، 58، 93، 106، 114

الفتق، 93

القاقيا، 61، 107

القشاء، 103، 104

قرن الأيل، 111

القرنفل، 56، 105

قروح الفم، 112

القريص، 72، 110

قز، 88

القولنج، 91، 92، 93، 107، 110، 115

الكافور، 115

كثره التسيان، 59

الكراث، 104، 108، 109

اللبن، 92، 103، 104، 105، 115

لحم العجل، 110

ص: 116

اللقوه، 114، 93، 88

المرزنجوش، 108، 61

المرعزى، 113

المسك، 103

المصطكى، 106، 56

المعز الثنى، 103

الملح، 112، 111

ملح اندرانى، 79

المملوحه، 92

المنهاج، 114

التبيذ، 115، 92

الترجس، 109، 67

النعناع، 104

التقرس، 106، 93، 92، 57

النور، 112، 107، 103، 62، 61، 48، 47

و الحامض، 102

و المصوص، 89

وجع الأضراس، 85

وجع الرأس، 60

وجع السفلى، 65

الورد، 62

ورق الخوخ، 62

الهلام، 72

الهلام، 89، 110

الهليلج، 109

اليحامير، 114

اليرقان، 69، 110

ص: 117

- اخبار العلماء باخبار الحكماء، على بن يوسف القفطى، مطبعة السعادة، مصر، 1326 هـ.
- الارشاد، محمد بن محمد بن النعمان (الشيخ المفيد)، المطبعة الحيدريه، النجف.
- تاج العروس، محمد مرتضى الحسينى الزبيدى، المطبعة الخيره، مصر، 1306 هـ.
- تاريخ اليعقوبى، احمد بن ابى يعقوب بن جعفر الكاتب، مطبعة الغرى، النجف، 1358 هـ.
- تذكرة أولى الالباب، داود الضرير الانطاكى، المطبعة العثمانية، مصر، 1356 هـ.
- تلخيص مجمع الآداب، عبد الرزاق بن احمد الحنبلى، مطبعة وزارة الارشاد، دمشق، 1967 م.
- التلويح فى أسرار التنقيح، محمد بن عبد اللطيف بن محمد الخجندى مخطوط، مكتبة الامام الحكيم العامه.
- الجامع لمفردات الأدوية و الأغذية، عبد الله احمد ابن البيطار، مطبعة حسين بيك، القاهرة، 1291 هـ.
- الحاوى فى الطب، محمد بن زكريا الرازى، مطبعة دائره المعارف العثمانية، حيدرآباد، 1968 م.
- حياه الحيوان الكبرى، كمال الدين الدميرى، طبع مصر، بدون تاريخ.
- الخصال، محمد بن على بن الحسين بن بابويه القمى، مطبعة حيدري، ايران، 1389 هـ.
- رجال الشيخ الطوسى، محمد بن الحسن الطوسى (شيخ الطائفة)، المطبعة الحيدريه، النجف، 1381 هـ.
- رجال النجاشى، احمد بن على بن العباس النجاشى، مطبعة المصطفوى، ايران.
- زاد المعاد فى هدى خير العباد، محمد بن بكر بن ايوب المعروف (بابن قيّم الجوزى)، المطبعة المصريه، مصر، 1392 هـ.
- سير اعلام النبلاء، محمد بن احمد بن عثمان الذهبى مخطوط مصور، مكتبة الامام الحكيم العامه.
- طبقات الاطباء، سليمان بن حسن المعروف (بابن جليجل)، مطبعة المعهد الفرنسى، القاهرة، 1955 م.
- عيون أخبار الرضا، محمد بن على بن الحسين بن بابويه القمى، مطبعة دار العلم، قم،

- عيون الأنبياء فى طبقات الأطباء، احمد بن القاسم المعروف (بابن أبى اصبيعه)، مطبعه الاقبال، بيروت، 1376 هـ.
- الفهرست، محمد بن اسحاق المعروف (بابن النديم)، مطبعه دانشگاه تهران، 1391 هـ.
- القاموس المحيط، محمد بن يعقوب الفيروزآبادى، المطبعه الحسينيه، مصر، 1330 هـ.
- القانون فى الطب، الحسين بن عبد الله ابن سينا، مطبعه حسين بيك، مصر، 1294 هـ.
- كتاب الالفاظ الفارسيه المعربه، ادى شير، المطبعه الكاثوليكيه، بيروت، 1908 م.
- كشف الغمه فى معرفه الاثمه، على بن عيسى الاربلى، مطبعه النعمان، النجف.
- مرآه الزمان، يوسف سبط ابن الجوزى، مخطط مصور، مكتبه الامام الحكيم العامه.
- مراصد الاطلاع، عبد المؤمن بن عبد الحق البغدادى، مطبعه عيسى البابى، مصر، 1373 هـ.
- المعجم الزوولوجى الحديث، محمد كاظم الملكى، مطبعه النعمان، النجف، 1961 م.
- المغنى فى الطب، عبد الله بن احمد ابن البيطار مخطوط، مكتبه الامام الحكيم العامه.
- وسائل الشيعه، محمد بن الحسن الحرّ العاملى، المطبعه العلميه، قم، 1377 هـ.

نامه زرّین سلامت

تصاویر

ص: 121

تصوير

□

ص: 141

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می دانند و کسانی که نمی دانند یکسانند؟

سوره زمر / 9

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک 129/34 - طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: 03134490125

دفتر تهران: 021 - 88318722

بازرگانی و فروش: 09132000109

امور کاربران: 09132000109



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

گامی

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

