

## بررسی فقهی تأثیر طهارت و خبثت تغذیه در تربیت اسلامی

مریم ورزدار<sup>۱</sup>، مریم برقی<sup>۲</sup>

### چکیده

اسلام کامل ترین دین آسمانی است که درکنار توجه به مسائل مهمی مانند نقش وراثت، محیط، فطرت و اراده در تربیت تأکید ویژه‌ای بر تأثیر نقش تغذیه و خوراک نیز دارد. تغذیه هم در بعد فردی و هم در بعد اجتماعی و امنیت غذایی جامعه اسلامی آثار تربیتی ملموسی دارد. تغذیه و خوراک نقش بسزایی در تکوین نفس انسان و قوای ادراکی او ایفا می‌کند. عمده پژوهش‌های موجود در زمینه تغذیه و ارتباط آن با تربیت به مسائلی مانند کسب روزی حلال یا مباحث کلی حلیت غذا پرداخته‌اند. محدود بودن زاویه نگاه پژوهشگران به این موضوع، محقق را بر آن داشت تا ابعاد مختلف نقش طعام در تربیت را با نگرشی جامع مورد توجه قرار دهد. این نگرش جامع مشتمل بر عوامل ذاتی مانند طهارت و خبثت ذاتی طعام (احکام اطعمه و اشربه در فقه) و عوامل عارضی مانند عوامل جانبی و محیطی است. پژوهش حاضر با روش توصیفی-تحلیلی و بهره‌گیری از منابع فقهی و استناد به آیات و روایات بدین نتایج دست یافته است که تأثیر طهارت ذاتی اغذیه و رعایت عوامل عارضی طهارت تغذیه، موجبات تأثیر و تأثر میان جسم و جان را فراهم کرده و در تربیت فرد و جامعه مؤثر است. بنابراین، بازگشت به سبک زندگی اسلامی و تغذیه مبتنی بر مبانی فقهی ضروری است.

**واژگان کلیدی:** طهارت، خبثت، تغذیه، طعام، حلال، تربیت، سبک زندگی اسلامی.

---

۱. دانش‌پژوه دکتری فقه خانواده، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی العالمیه، قم، ایران.

Email: maryam\_varzdar@yahoo.com

۲. استادیار گروه فقه خانواده، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی العالمیه، قم، ایران.

Email: m.borqhei@yahoo.com

## ۱. مقدمه

اهمیت و ارزش تربیت بر هیچ فردی پوشیده نیست و امری مسلم و بدیهی است. همه انسان‌ها در راستای ایجاد تربیت و پرورش صحیح تلاش می‌کنند. علمای لغت در تبیین معنای لغوی تربیت معتقدند که تربیت به معنای ایجاد یک چیز به تدریج از حالتی به حالت دیگر است تا به حد تمام برسد. تربیت در اصطلاح به معنای فراهم کردن، شکوفاسازی و رشد استعدادها و توانایی‌های افراد است. شهید مطهری در کتاب تعلیم و تربیت در اسلام، تربیت را این‌گونه تعریف می‌کند: «تربیت به فعلیت درآوردن و پرورش استعدادهای بالقوه موجود در یک چیز است» (مطهری، ۱۳۹۱، ص ۵۵). امام خمینی رحمته‌الله علیه در سخنانی پیرامون ارزش جوانان، این چنین به اهمیت تربیت اشاره می‌کند: «اساس عالم بر تربیت انسان است» (موسوی خمینی، ۱۳۷۸، ص ۱۵۳). تأثیر غذا بر نسل انسان و معنویت و تأثیر آن در شکل‌گیری فضایل و رذایل اخلاقی بر کسی پوشیده نیست. در قرآن کریم بر ضرورت استفاده از غذای پاکیزه و حلال تأکید شده است: «یا ایها الذین آمنوا کلوا من طیبات ما رزقناکم» (بقره: ۱۷۲). در برخی آیات، ارتباط بین غذای پاکیزه و عمل صالح دیده می‌شود: «یا ایها الرسل کلوا من الطیبات و اعملوا صالحا انی بما تعملون علیم» (مؤمنون: ۵). در برخی از آیات نیز با تأکید بر حلال بودن غذا بر پاکیزه بودن آن هم سفارش شده است: «یا ایها الناس کلوا مما فی الارض حلالا طیبا و لا تتبعوا خطوات الشیطان انه لکم عدو مبین» (بقره: ۱۶۸).

جسم و روان انسان متأثر از نوع غذاست. انسان علاوه بر رعایت مسائل الهی هنگام تهیه غذا باید دقت کافی در انتخاب آنچه را که می‌خورد و می‌آشامد، داشته باشد و حتی به مسائل جانبی مانند پرهیز از اسراف و یا عدم تفاخر و... التفات کند. نزدیک‌ترین چیزها به انسان در عالم خارج غذای اوست که با یک دگرگونی، جزو بافت وجودی انسان می‌شود که حیات او بدان وابسته است. عمده پژوهش‌ها در زمینه تغذیه و ارتباط آن با تربیت، ناظر به مسائلی مانند کسب روزی حلال یا مباحث کلی حلیت غذاست. محدود بودن زاویه نگاه پژوهشگران به مسئله، محقق را بر آن داشت تا به ابعاد مختلف نقش طعام در تربیت با زاویه نگاه جامعی بپردازد که از دو نظر اهمیت دارد: الف) عوامل ذاتی مانند طهارت و خبثت ذاتی طعام (احکام اطعمه و اشربه در فقه)؛ ب) عوامل عارضی

بر طعام مانند کسب درآمد حلال (رزق حلال) و عوامل جانبی و محیطی مانند اسراف، انتشار تصاویر غذا در فضاهای مجازی، تراریخته و امنیت غذایی جامعه، اطعام و انفاق به فقرا، مهمان پذیر بودن و پرهیز از تنها غذا خوردن.

## ۲. جایگاه تغذیه در اندیشه دینی

اسلام کامل‌ترین دین آسمانی است که توجه خاصی به تمام جوانب حیات انسان دارد و هر آنچه برای رشد مطلوب و رسیدن به شکوفایی استعدادهای جسمی و روحی ضروری است را مدنظر قرار داده است. تغذیه و خوراک نقش بسزایی در تکوین نفس انسان و قوای ادراکی او ایفا می‌کند. در روایات اسلامی هم به صراحت از آثار برخی از غذاها در تقویت حافظه و ازدیاد عقل یا بالعکس خبر داده است. در بحارالانوار به تأثیر تغذیه در روح و روان اشاره شده است: «أَنَّ رَجُلًا كَانَ عِنْدَ أَبِي الْحَسَنِ الرِّضَاعِ بِخُرَاسَانَ فَقَدِمَتْ إِلَيْهِ مَائِدَةٌ عَلَيْهِمْ حُلٌّ وَ مَلْحٌ فَافْتَتَحَ بِالْحُلِّ فَقَالَ الرَّجُلُ جُعِلْتُ فِدَاكَ إِنَّكُمْ أَمَرْتُمُونَا أَنْ نَفْتَحَ بِالْمَلْحِ فَقَالَ هَذَا مِثْلُ هَذَا يَعْنِي الْحُلَّ وَإِنَّ الْحُلَّ يَشُدُّ الذَّهْنَ وَ يَزِيدُ فِي الْعَقْلِ؛ مردی در خراسان نزد امام رضا علیه السلام بود و در سفره غذایی که آماده کرده بود سرکه و نمک قرار داده بود. آن حضرت با سرکه آغاز کرد و آن مرد گفت قربانت به ما فرمودید با نمک آغاز کنیم. امام علیه السلام فرمود: این مانند این است؛ یعنی سرکه همانند نمک است و سرکه ذهن را باز کند و خرد را بیفزاید» (مجلسی، ۱۴۰۳ ه.ق، ۳/۶۳).

خوراک‌های گوناگون بر سوخت و ساز بدن تأثیر می‌گذارند. در علم روان‌شناسی، تأثیر تغذیه سالم بر روی تمرکز و سیستم عصبی و تأثیر زیستی بر کارکرد مغز بررسی شده است. روایات بسیاری از کتاب اصول کافی به رابطه بین طعام و سجایای اخلاقی اشاره دارد. رسول اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُقْتَلَ غَيْظُهُ فَلْيَأْكُلْ لَحْمَ الدَّرَاجِ؛ کسی که دوست دارد خشم او کم شود گوشت دراج را بخورد» (کلینی، ۱۴۰۷ ه.ق، ۶/۳۱۲). در این روایت به رابطه طعام و یکی از اخلاقیات مهم یعنی کنترل خشم اشاره شده است. ممکن است این سؤال مطرح شود که چرا با وجود این میزان تأثیر تغذیه در فرایند تربیت در اسلام به پرهیز از غذا سفارش شده است تا جایی که امام رضا علیه السلام

می‌فرماید: «اگر مردم در خوردن به کم بسنده می‌کردند بدن‌هایشان سالم می‌بود» (مجلسی، ۱۴۰۳ هـ.ق، ۴۲۵/۶۶). در پاسخ باید گفت که منظور از پرهیز در روایات در مقابل پرخوری است؛ یعنی روایاتی که از ائمه معصومین علیهم‌السلام وارد شده به اندازه غذا خوردن، غذای خوب خوردن، نهی از پرخوری و استفاده از غذاهای مضر توصیه کرده است.

### ۳. اهمیت تغذیه در فرآیند تربیت

خداوند متعال در آیاتی از قرآن می‌فرماید: «فلینظر الانسان علی طعامه؛ پس باید انسان به طعام و غذای خود نگاه کند». (عبس: ۲۴) آیت‌الله مکارم شیرازی در تفسیر این آیه می‌فرماید: «نزدیک‌ترین چیزها در عالم خارج به انسان غذای اوست که با یک دگرگونی جزو بافت وجود او می‌شود و اگر به او نرسد به زودی راه فنا را پیش می‌گیرد. روشن است که منظور از نگاه کردن، تماشای ظاهری نیست، بلکه نگاه به معنی دقت و اندیشه در ساختمان این مواد غذایی و اجزای حیات بخش آن و تأثیرات شگرفی است که در وجود انسان دارد و سپس اندیشه در خالق آنهاست. برخی احتمال داده‌اند مراد نگاه ظاهری است. نگاهی که باعث تحریک غده‌های بزاقی دهان می‌شود. در نتیجه کمک به هضم غذا می‌کند» (مکارم شیرازی، ۱۳۵۳، ۱۴۵/۲۶).

در آیاتی دیگر از قرآن کریم آمده است: «یَسْئَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ؛ از تو سؤال می‌کنند که چه چیزهایی بر آنها حلال است. بگو چیزهای پاکیزه بر شما حلال شده است». (مائده: ۴) برخی از اساتید پیرامون این آیه چنین نظر داده‌اند که اسلام به اهمیت طعام و تغذیه توجه کرده است. امام رضا علیه‌السلام در زمینه ارتباط میان تغذیه و بدن می‌فرماید: «بدن همانند زمین پاک و آماده برای زراعت است که اگر در آبادانی و آب‌دهی به آن مراقبت شود به گونه‌ای که آب نه بیشتر از نیاز به آن برسد تا آن را غرق کند و نه از اندازه کمتر باشد تا آن را به خشکی گرفتار کند آبادانی‌اش استمرار می‌یابد و خرمی‌اش بیشتر می‌شود و کشت آن برکت می‌یابد، اما اگر از آن غفلت شود به تباهی می‌گراید و علف هرز در آن می‌روید. بدن چنین حکایتی دارد و تدبیر آن در خوراک و نوشیدنی چنین است. پس سامان و سلامت می‌یابد و عافیت در آن ریشه می‌گسترند. بنگر که

چه چیز با تو و با معده‌ات سازگار است و تن تو با چه چیز نیرو می‌گیرد و چه خوردنی و نوشیدنی برای بدنت سالم‌تر است. همان را برای خویش مقرر بدار و خوراک خود بگیر» (مجلسی، ۱۴۰۳ هـ.ق، ۳۱۰/۶۲).

از آنجاکه رشد کودکان نسبت به بزرگسالان بیش‌تر است تغذیه سالم و کافی برای کودکان ضرورت بیشتری دارد. هنگامی که بچه‌ها برای نخستین بار سوار دوچرخه می‌شوند تا یاد بگیرند چگونه تعادلشان را حفظ کنند کمی طول می‌کشد، ولی هنگامی که پاهای کوچکشان را به درستی روی پدال قرار می‌دهند و هدایت فرمان را در دست می‌گیرند به‌سادگی پا می‌زنند و می‌روند. این چالش درباره تغذیه نیز صادق است؛ یعنی هنگامی که کودک از ابتدا یاد بگیرد تغذیه سالمی داشته باشد این عادت را همیشه رعایت می‌کند و بالطبع بدن سالم‌تری دارد. (توانا، ۱۳۹۹، ص ۱) در مورد جایگاه و اهمیت تغذیه بر تربیت باید دو موضوع را مدنظر قرار داد: الف) تبعیت احکام از مصالح مفسد واقعی؛ ب) اصالت اباحه در قرآن کریم که جزو فروع بحث از تأثیر تغذیه بر تربیت است.

### ۳-۱. تبعیت احکام از مصالح و مفسد واقعی

یکی از نتایج مهم حکمت الهی این است که احکام شرعی تابع مصالح و مفسد واقعی است که در متعلق احکام شرعی وجود دارد. در این مورد دو نظریه اصلی مطرح شده است: نخست اینکه، اشاعره از یک سو منکر حسن و قبح ذاتی هستند و از سوی دیگر، وجود علت غایی را برای افعال الهی انکار کرده‌اند. بنابر نظریه آنها در ذات هیچ فعلی مصلحت یا مفسده‌ای نهفته نیست که احکام و دستورات شارع تابع آنها باشد، بلکه امر یا نهی شارع است که مصلحت و مفسده را در افعال به وجود می‌آورد: «الحسن ما حسنه الشارع و القبیح اقبحه الشارع». دوم اینکه، عدلیه از یک سو حسن و قبح ذاتی افعال را پذیرفته و از سوی دیگر وجود علت غایی را برای افعال الهی ضروری دانسته‌اند. آنها بر این باور هستند که برخی از افعال به‌خودی‌خود پسندیده و برخی دیگر ناپسند است و چون شناخت حسن و قبح همه افعال برای عقل میسر نیست انسان محتاج به شرع است.

بنابراین، تمام احکام شرعی تابع مصالح و مفاسد واقعی است (سبحانی، ۱۴۰۵ ه.ق، ۴/۳۴۰). علامه حلی می‌فرماید: «ان التكاليف السمعيه الطاف في التكاليف العقليه» (علامه حلی، ۱۳۹۹، ص ۳۷۵). آیه ۱۵۷ سوره احزاب به روشنی بیان می‌دارد که برخی از افعال به خودی خود طیب و پاکیزه و برخی دیگر خبیث و ناپاک هستند. پیامبر ﷺ کارهای طیب را بر مردم حلال و کارهای خبیث را بر آنها حرام می‌کند. (بهبهانی، ۱۴۱۵ ه.ق، ص ۳۶۵) در تائید این مبنا روایتی از امام رضا علیه السلام نقل شده است که در پاسخ به یکی از اصحاب نوشت: «نامه تو به من رسید در آن نوشته بودی که برخی مسلمانان گمان می‌کنند که خداوند تبارک و تعالی در تحریم و احلال اشیاء هدفی جز تعبد بندگان نداشته است. هرکس چنین گمانی داشته باشد به گمراهی دور و دراز و به زیان آشکار گرفتار شده است؛ زیرا اگر مقصود از امر و نهی صرفاً تعبد بود عکس آن هم می‌بایست ممکن باشد به اینکه مردم را به حلال بودن آنچه حرام کرده و حرام کردن آنچه حلال کرده، متعبد سازد. برای مثال آنان را به ترک نماز و روزه و هر کار نیکی متعبد سازد و نیز به انکار خداوند و پیامبران و کتاب‌های آسمانی و نیز انکار زشتی زنا و دزدی و ازدواج با محارم و اموری مانند آنکه موجب فساد و فنای خلق است، متعبد کند؛ زیرا فرض آن است امر و نهی علتی جز تعبد ندارد. افزون بر اینکه خداوند عزوجل سخن این گروه را باطل کرده است. ما می‌بینیم هرچه خداوند تبارک و تعالی حلال کرده است صلاح و بقای انسان‌ها بدان وابسته بوده و مردم احتیاج مبرم بدان داشته‌اند و هرچه را حرام کرده است مردم بدان نیاز نداشته‌اند و فسادآور و موجب فنا و هلاک بوده است» (مجلسی، ۱۴۰۳ ه.ق، ۶/۹۳). از این مباحث می‌توان نتیجه گرفت که عمل به احکام اطعمه و اشربه بر مبنای مفاسد و مصالح واقعی است و حرمت خوراکی‌های ممنوعه بر صحت جسم و سلامت روان اثرات واقعی دارد و اعتباری نیست.

### ۳-۲. اصالت اباحه در قرآن

آیات فراوانی اصل اباحه و آزادی بهره‌برداری انسان از نعمت‌های الهی را بیان می‌کنند. این آیات را می‌توان در دو بخش قرار داد: نخست، آیاتی که آفرینش زمین و نعمت‌های آن را برای بهره‌برداری

انسان‌ها دانسته و به‌طور مستقیم به بهره‌برداری هرچه بیشتر از آنها دستور داده‌اند مانند «و الارض وضعها للانام» (الرحمن: ۱۰) و «قل من حرم زینه الله التي اخرج لعباده والطيبات من الرزق» (اعراف: ۳۲). از عموم این آیات می‌توان دریافت که بهره‌برداری از نعمت‌های الهی نه تنها مباح است، بلکه می‌توان گفت بهره‌برداری از نعمت‌های الهی محبوب و پسندیده است. دوم، آیاتی که موارد حرام و ممنوع را به‌صورت استثنا ذکر کرده‌اند مانند «قل لا اجد فی ما اوحی الی محرما علی طاعم یطعمه الا ان یتکون میتة او دما مسفوحا او لحم خنزیر فانه رجس او فسقا اهل لغير الله به» (انعام: ۱۴۵) و «یا ایها الناس کلوا مما فی الارض حلالا طيبا ولا تتبعوا خطوات الشيطان انه لکم عدو مبین» (بقره: ۱۶۸) و «یا ایها الذین آمنوا کلوا من طيبات ما رزقناکم و اشکروا لله ان کنتم اياه تعبدون» (بقره: ۱۷۲). مفاد این آیات بهره‌برداری را به طیب بودن منحصر کرده است. بنابراین، قاعده اولی بهره‌برداری از نعمت‌های الهی است که موارد خاصی استثنا شده است مانند خوردن میته، خون ریخته شده، گوشت خوک، گوشت غیرتزکیه شده، زشتی آشکار و پنهان، اشیای خبیث و ناپاک، بهره‌برداری به‌شکل فسادانگیز و بهره‌برداری به کیفیت اسراف‌آمیز. رعایت نکردن این موارد ممنوعه با عبارت «خطوات الشيطان» بیان شده است که انسان به‌نوعی جا پای شیطان می‌گذارد و تمام صفات شیطانی مانند تکبر، سرکشی، غرور، خودشیفتگی، حسادت و از صراط خارج شدن بوده که آثار تربیتی تغذیه است (ضیایی فر، ۱۳۹۷، ص ۱۴۷).

#### ۴. تأثیر تغذیه بر تربیت

##### ۴-۱. عوامل ذاتی: طهارت و خبائت ذاتی طعام (احکام اطعمه و اشربه در فقه)

در قرآن آمده است: «الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَ يُجَلِّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيَحْرِمُهُمُ الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ فَالَّذِينَ آمَنُوا بِهِ وَعَزَّرُوهُ وَ نَصَرُوهُ وَ اتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنزِلَ مَعَهُ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ»؛ رحمت الهی شامل کسانی است که علاوه بر ایمان، زکات و تقوا از رسول و پیامبر درس‌نخوانده‌ای پیروی می‌کنند که نام و نشانه‌های او را نزد خویش در تورات و انجیل

نوشته می‌یابند. پیامبری که آنان را به نیکی فرمان می‌دهد و از زشتی بازمی‌دارد و آنچه را پاکیزه و پسندیده است برایشان حلال می‌کند و پلیدی‌ها را برایشان حرام می‌کند و از آنان بارگرا (تکالیف سخت) و بندهایی را که بر آنان بوده برمی‌دارد و آزادشان می‌کند، پس آنان که به او ایمان آورده و او را گرمی داشته و یاری کنند و از (قرآن) نوری که همراه او نازل شده است، پیروی کنند آنان همان رستگارانند». (اعراف: ۱۵۷)

استاد قرائتی در تفسیر این آیه می‌فرماید: «موضوع مصرف و تغذیه مورد عنایت اسلام است. یَجِلُّ... یَحْرُمُ قبل از نزول قرآن، یهود و نصارا در دام خرافات و برنامه‌های طاقت‌فرسا و تحریم حلال‌ها و بدعت‌گذاری‌ها بودند که با ظهور اسلام تمام آنها برداشته شد. برای اصلاح جامعه ابتدا باید امکانات حلال را فراهم و سپس برای امور حرام محدودیت ایجاد کرد یَجِلُّ، قبل از یَحْرُمُ است. حلال‌ها و حرام‌های الهی براساس فطرت است. "يَجِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيَحْرُمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثُ". طیب به چیزی گفته می‌شود که براساس طبع انسان باشد؛ عادات و رسوم غلط زنجیری بر افکار مردم است» (قرائتی، ۱۳۸۳، ۱۹۱/۳).

#### ۴-۱-۱. حیوانات آبی و قسم حلال و حرام آنها

اول حیوانات آبی حلال: از حیوانات آبی تنها ماهی که پولک داشته باشد، حلال است اگرچه در برخی اوقات، پولک‌های آن ریخته باشد مانند کنعت.<sup>۱</sup>

دوم حیوانات آبی حرام: این آبزیان و ماهیان عبارتند از: جری که نام دیگر آن جریث است و به ماهی باریک و طولی می‌گویند که بسیار نرم است و اثری از پولک در آن نیست. مارماهی، زهو یا ماهی بدون پولک، سلحفات یا لاک‌پشت، ضفدع یا قورباغه، سرطان یا خرچنگ و سایر حیوانات دریایی.

۱. کنعت که گاهی کنعد با دال نیز گفته می‌شود نوعی از ماهی است که پولک بسیار ریز و ظریف دارد که به واسطه برخورد این حیوان با ریگ‌های سواحل دریاریخته و دوباره در بدنش می‌روید.



سوم) سایر موارد: ماهی جلال (ماهی نجاست خوار) حرام است مگر بعد از استبراء؛ یعنی به مدت يك روز و يك شب در آب پاك محصور شده و به آن غذای پاك دهند که در این صورت حلال است. تخم ماهی از نظر حلیت اکل و حرمت، تابع نوع ماهی یعنی، حلال و حرام بودن ماهی است. اگر تخم ماهی مأکول با تخم ماهی غیرمأکول مشتمله شده باشد تخم خشن قابل تناول و آنچه نرم باشد خوردنش حرام است. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۵۵/۴)

#### ۴-۱-۲. حیوانات خشکی و قسم حلال و حرام آنها

اول) حیوانات خشکی حلال: این حیوانات بر شش قسم هستند شامل: چهارپایان سه‌گانه مانند شتر، گاو، گوسفند؛ گاو وحشی؛ الاغ وحشی؛ میش کوهی؛ آهو؛ یحمر (حیوان وحشی با شاخ‌های بسیار بلند). برخی از اهل لغت مانند جوهری در کتاب صحاح آن را به حمار وحشی معنا کرده‌اند. دوم) حیوانات خشکی مکروه: اسب‌ها، قاطرها و الاغ‌های اهلی. در بین این قسم از حیوانات خشکی تناول گوشت قاطر کراهت آکد است و بعد از آن خوردن گوشت الاغ کراهت شدید دارد. برخی از فقها عکس آن را فرموده‌اند. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۵۷/۴)

سوم) حیوانات خشکی حرام: سگ، خوک، گربه چه اهلی و چه وحشی باشد، شیر، پلنگ، یوزپلنگ، روباه، خرگوش، کفتار، شغال، سوسمار و تمام حشرات مانند مار، موش، عقرب، خنفساء (حیوان سیاه و بدبویی است که از جعل کوچک‌تر و نوعی از سوسک است)، جیرجیرک، سوسک، پشه، شپش، موش صحرائی و خارپشت. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۵۹/۴) همچنین وبر (حیوانی کوچک‌تر از گربه با رنگ خاکستری که دم ندارد. این حیوان در منازل سکونت می‌کند)، فنک (حیوانی است که از پوست آن پوستین می‌سازند)، سمور و سنجاب، عظایه (جوهری در کتاب صحاح می‌گوید: حیوانی کوچک و از مارمولک بزرگ‌تر است) و لحکه (حیوانی شبیه به عظایه که رنگش کبود و براق است). زنبورها، پشه‌ها، مگس‌ها و مجثمه (حیوانی که برای زدن تیر، هدف گذاشته می‌شود و با تیرها آن را زده تا بدین وسیله بمیرد)، مصبوره (حیوانی که ابتدا آن را مجروح کرده و سپس حبسش می‌کنند تا بمیرد) و حیوان جلال (حیوانی که غذایش از قاذورات انسان است). برخی از فقها معتقدند که حیوان جلال، مکروه است نه حرام. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۶۰/۴)

#### ۴-۱-۳. پرندگان و قسم حلال و حرام آنها

اول پرندگان حلال: اقسام کبوتران: قماری، دباسی، ورشان؛ کبک؛ دراج (مرغی است رنگین شبیه به کبک که گوشت لذیذی دارد)؛ قطا (سنگ خواره)؛ طیهوج (پرنده‌ای با پاهای بلند و گردنی دراز که جزو پرندگان آبی است)؛ مرغ خانگی؛ کروان (مرغ ماهی خوار)؛ کرکی (کلنگ)؛ صعو (پرنده‌ای شبیه گنجشک با دم بلندتر و جثه‌ای کشیده‌تر) و گنجشک اهلی جملگی حلال هستند. آنچه در پرندگان خشکی معتبر است در پرندگان آبی نیز شرط و اعتبار شده؛ یعنی در این پرندگان نیز مناط حلیت و حرمت صغیف و دغیف و قانصه و حوصله و صیصه است. در حلیت و حرمت، تابع حیوان است. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۶۷/۴)

دوم پرندگان مکروه: هدهد (شانه‌به‌سر)؛ خطاف (چلچله و پرستو)؛ فاخته (پرنده‌ای است کوچک‌تر از کبوتر و در گردنش طوقی سیاه است و به آن کوکو و قمری نیز می‌گویند)؛ قبره (چکاوک)؛ جباری (پرنده‌ای است گردن‌دراز و خاکستری رنگ)؛ سرد (جغد)؛ صوام (پرنده‌ای است گردن‌دراز و خاکستری رنگ که در نخلستان زندگی می‌کند)؛ شقراق (پرنده‌ای با نقطه‌های سبز و سفید در جثه‌اش). (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۶۷/۴)

سوم پرندگان حرام: پرندگانی که چنگال دارند همگی حرام هستند. بازی، عقاب، صقر (مرغ شکاری مانند باز، شاهین و...)، شاهین، نسر (کرکس)، رخم (حیوانی شبیه کرکس)، بغاث (هر پرنده شرووری که پرندگان دیگر را آزار کرده، ولی صیدشان نمی‌کند)، کلاغ بزرگ سیاه، کلاغ ابقع (کلاغی است با رنگ سیاه و سفید)، خشاف (خفاش) و طاووس. مشهور بین علماست که کلاغ زرع حلال است. غداف، کلاغی کوچک‌تر از کلاغ زرع و رنگش به خاکستری مایل است. از پرندگان آنچه در وقت پرواز صفیفشان بیشتر از دغیفشان باشد؛ یعنی در وقت پرواز، دو بالش را باز کرده و بدون حرکت نگه دارد و کمتر بال بزند مانند لک‌لک و باز و قرقی حرام است. برخلاف این، پرندگانی که برعکس دغیفشان بیش از صفیفشان است یا این دو حالت در آنها با یکدیگر مساوی باشد حلال گوشت هستند مانند کبوتر و گنجشک. همچنین پرندگان حرام‌گوشت، قانصه (روده)،

حوصله (کیسه‌ای که در آن دانه و سایر مأكولات جمع می‌شود و در نزدیکی حلق است) و صیصه (شاخکی پشت پای پرنده) ندارند. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۶۷/۴)

#### ۴-۲. سایر احکام حلال و حرام در اطعمه و اشربه

- اگر حیوان حلال گوشت، شیر خوک را بخورد و در آن اشتداد حاصل شود (مقصود از حصول اشتداد آن است که قوت حیوان زیاد شده و استخوان‌هایش محکم گشته و به واسطه شرب این در بدنش گوشت برآید) گوشت آن و گوشت نسلش حرام می‌شود و اگر اشتداد در آن پیدا نشود، تناول گوشتش مکروه است.

- حیوانی که انسان با آن وطی (نزدیکی) کند (موطوء) خوردنش و خوردن نسلش حرام است و باید آن را ذبح کرده و جسدش را با آتش بسوزانند. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۷۱/۴)

- نوشیدنی‌های حرام: تناول عین نجس حرام است مانند خمر (شراب انگور)، نبیذ (شراب خرما و مسکری که از آن ساخته می‌شود)، بتع (شراب عسل)، فضیخ (شراب خرما رسیده و نارس)، نقیع (شراب کشمش)، مرز (شراب ذرت)، جعه (شراب جو) و عصیر عنبی (شیره انگور وقتی به قلیان و جوش بیاید خوردنش حرام است مگر آنکه دو ثلث آن بخار شده یا آنکه به سرکه منقلب شود). عصیر و آب کشمش حرام نیست اگرچه علی‌الاقوی به قلیان آمده باشد. (ذهنی تهرانی، ۱۳۷۳، ۷۷/۴)

- تناول گل حرام است مگر خاک قبر حضرت امام حسین علیه السلام برای دفع امراض که خوردنش به قدر يك نخود و کمتر جایز است.

- خوردن سم به تمام اقسامش حرام است. اگر مقدار زیاد آن کشنده باشد تناول مقدار کم آن حرام نیست.

- خون ریخته شده و غیر آن مانند خون پشه حرام است اگرچه نجس نباشد، اما خونی که در گوشت باقی مانده، طاهر و پاک است.

## ۵. آداب خوردن و آشامیدن

مستحب است پیش از طعام و بعد از صرف آن دو دست را با هم شسته و در شستن دوم، دست‌ها با دستمال خشک شود؛ مستحب است در وقت شروع به خوردن گفته شود: «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»؛ اگر غذاها چندرنگ باشند برای تناول هرکدام مستحب است يك «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» علی‌حده و مستقل گفته شود؛ اگر «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» در ابتدا فراموش شد در اثناء تدارك شده و گفته شود؛ در صورت متعدد بودن اطعمه اگر یک‌بار گفته شود «بِسْمِ اللَّهِ عَلٰی اَوَّلِهِ وَآخِرِهِ» مجزی است و نیازی به تکرار تسمیه نیست؛ مستحب است غذا با دست راست خورده شود؛ مستحب است صاحب طعام ابتدا به خوردن اقدام کند و آخرین کسی باشد که از آن دست می‌کشد؛ مکروه است که از طعام، شکم پر شود و بسا افراط در پرخوری حرام است؛ خوردن غذا پس از سیر شدن و تناول طعام با دست چپ مکروه است؛ طعام خوردن از سفره‌ای که بر سر آن مسکرات یا فقاغ می‌آشامند، حرام است؛ در سر سفره اگر هر معصیت و محرمی واقع شود طعام خوردن از آن سفره حرام است. (امینی و آیتی، ۱۳۹۲)

## ۶. عوامل عارضی تأثیرگذار بر طعام

کسب روزی حلال جزو واجبات زندگی مسلمانان است. پیامبر اکرم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: «طلب الحلال واجب علی کل مسلم» (متقی هندی، ۱۴۱۹ ه.ق، ۵/۴). برخی از فضائل کسب روزی حلال عبارتند از: طلب حلال، فقر را دفع می‌کند، کسب حلال، زمینه‌ساز طاعات و عبادات است، طلب حلال نوعی جهاد است، لقمه حلال، رهایی از وسوسه شیطان است، کسب حلال از شرایط بخشش و انفاق است، کسب حلال، نشانه حریت و آزادگی است (بی‌نام، بی‌تا). امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام از پیامبر اکرم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نقل می‌کند: «العباده سبعون جزء افضلها جزء طلب الحلال» (شیخ صدوق، ۱۳۷۷، ۳۶۶/۱). لقمه حرام آثار نامطلوب مادی و معنوی بر زندگی انسان می‌گذارد. رسول اکرم صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: «ان اخوف ما اخاف علی امتی من بعدی هذه المكاسب المحرمه و الشهوه الخفيه و الرباء» (مجلسی، ۱۴۰۳ ه.ق، ۵۴/۱۰۰). لقمه حرام از مسائلی است که بر ابعاد وسیعی از زندگی انسان تأثیر می‌گذارد و معلول حب دنیا و حرص بر آن است. دلیل الزام بر اجتناب از حرام این است که حرام،

قلب را تاریک می‌کند و بصیرت انسان را از بین می‌برد. حضرت علی علیه السلام به کمیل در باب لقمه حرام فرمود: «ای کمیل، زبان از قلب سرچشمه می‌گیرد و قلب نیز از غذای انسان، پس به آنچه قلب و جسم خود را به آن تغذیه می‌کنی توجه کن که اگر حلال نباشد خداوند متعال نه تسبیح تو را می‌پذیرد و نه شکر تو را» (قمی، ۱۳۴۴، ۱/۲۹۹).

#### ۱-۶. عمده‌ترین آثار لقمه حرام

- لقمه حرام، تاریکی قلب و دل می‌آورد. حرام خواری انسان را از رتبه انسانیت به سبعیت تنزل می‌دهد. امام حسین علیه السلام در واقعه کربلا پس از نصیحت‌های بسیار فرمود: «فقد ملئت بطونکم من الحرام» (مجلسی، ۱۴۰۳ هـ.ق، ۸/۴۵).

- لقمه حرام در اولاد اثر سوء دارد. رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: «حق الولد علی والده ان لایرزقه الا طیباً» (متقی هندی، ۱۴۱۹ هـ.ق، ۴۴۳/۱۶). زن و فرزندان، انسان را در روز قیامت به او معلق و متصل می‌کنند و آنها می‌گویند: «پروردگارا! حق ما را از این شخص بگیر؛ زیرا ما احکام شریعت را نمی‌دانستیم و او به ما تعلیم نداده و غذای حرام به ما خورانید و ما عالم به آن نبودیم» (غزالی، ۱۳۹۳، ۳۰/۲). پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: «مال حرام در فرزندان آشکار می‌شود و روی آنها اثر می‌گذارد» (کلینی، ۱۴۰۷ هـ.ق، ۱۲۴/۵). آیت‌الله وحید بهبهانی با نکوهش کسب‌های حرام به تأثیر آن در نسل‌های انسان اشاره می‌کند و آن را ریشه بسیاری از فتنه‌ها در جوامع بشری می‌داند. ایشان در رساله متأجر خود می‌نویسد: «دیگر آنکه گوشت بدن، بلکه کل جنه‌ای که از حرام و لقمه حرام به هم رسیده غیر جهنم، جای دیگر او نمی‌تواند باشد و بهشت طیب است و داخل نمی‌شود آن را مگر طیب و غالب فتنه‌ها و فسادها که در زمین به هم می‌رسد، از قتل نفس و چپاول و غارت شدن اموال و بی‌سیرت شدن عرض‌ها (نمایش رفتار انسان) و ناموس‌ها و اسیر شدن عیال و اطفال و خراب شدن شهرها، همه از حقوق ناس و تحصیل اموال ایشان به غیر وجهه حلال است» (وحید بهبهانی، ۱۳۱۰، ص ۵).

- لقمه حرام، دین را تباه می‌کند. فضل بن ربیع می‌گوید: «روزی شریک بن عبدالله نخعی بر مهدی عباسی (سومین خلیفه بنی‌العباس) وارد شد. مهدی گفت: باید یکی از این کارها را بپذیری. یا منصب قضاوت را قبول کنی یا اولاد مرا تعلیم دهی و یا از غذای ما بخوری. شریک فکر کرد که تعلیم فرزندان خلیفه مشکل و امر قضاوت سخت است. خوردن غذا آسان است. بنابراین، سومی را انتخاب کرد. مهدی عباسی به آشپز دستور داد چند نوع غذای لذیذ از مغز استخوان شکر سفید تهیه کنند. وقتی غذا حاضر شد نزد شریک آوردند و او به مقدار کافی خورد. فضل بن ربیع ادامه می‌دهد: به خدا سوگند، شریک پس از آن طعام، مجالست و هم‌نشینی با بنی‌العباس را اختیار کرد و قضاوت و تعلیم اولاد ایشان را هم پذیرفت. روزی حواله‌ای برای شریک بابت حقوقش به صرافی نوشتند. شریک به صراف مراجعه کرده و سخت می‌گرفت که باید نقد بپردازد. آن مرد گفت: کتان و لباس قیمتی نفروخته‌ای که این قدر سخت می‌گیری. شریک در جواب او گفت: به خدا قسم از کتان با ارزش‌تر یعنی، دینم را فروخته‌ام» (مسعودی، ۱۴۰۹ هـ.ق، ۳/۳۲۰).

لقمه حرام مانع رسیدن به سعادت و توفیق می‌شود؛ لقمه حرام درهای حکمت را بر دل می‌بندد؛ لقمه حرام آتش دوزخ را به همراه دارد. پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم فرمود: «کسی که از غیر حلال کسب مال کند آن مال، توشه او به سوی جهنم است»؛ لقمه حرام درد و رنج جسمی می‌آورد. (جوادی زاویه، ۱۳۹۳، ص ۲۰)

## ۶-۲. عوامل جانبی و محیطی

### ۶-۲-۱. امنیت غذایی جامعه

وضع تغذیه در نیم‌قرن اخیر بسیار متحول شده است. نهادهای تغذیه‌ای غربی در این مدت به‌طور جدی در جامعه مستقر شده‌اند. فروشگاه‌های بزرگ مواد غذایی، کافی‌شاپ‌ها و غذای فوری که با خود فرهنگ غرب را به ارمغان آورده‌اند و امنیت غذایی جامعه را تهدید می‌کنند. موز آمریکای جنوبی و آناناس از خوراکی‌هایی است که اجداد انسان آنها را نمی‌شناختند. عادات و شیوه تغذیه هم متحول شده است که بیشتر رویکرد روبه جلو و مثبت نبوده است. استفاده از خوراکی‌های بسته‌بندی شده مدت‌دار و استفاده از غذاهای فریز شده که فقط سیری را به دنبال

دارد نه تأمین نیازهای بدن. غذاهایی که به جامعه تحمیل شده است اغلب دستکاری شده‌اند. برنج‌های ژنتیکی، خیارهایی که به زور کود و سم رشد کرده‌اند. مغزهایی مقوی که بنا بود ایجاد انرژی کنند از پوسته جدا شده‌اند و مدت‌ها بعد به دست می‌رسد. مرغ‌هایی که هورمونی بوده و کم‌تر از نصف مدت طبیعی رشد کرده همه امنیت غذایی جامعه را در مخاطره قرار داده است. غرب‌زدگی و دل‌باختگی در استفاده از پدیده‌های جدید که پیشینه قدیمی ندارد به‌هردلیل که باشد نشان از این دارد که انسان در مقابل تغییرات تغذیه‌ای مقاومت و تدبیر جدی نداشته است و بدون اینکه به سبک زندگی غربی برخلاف سبک زندگی اسلامی ایرانی و اقتضائات آن توجه کند تغذیه جدید را پذیرفته، جامعه را دچار بحران کرده و نسل آینده را با تهدید جدی مواجه کرده است. جامعه ایران طوطی‌وار از اروپاییان تقلید کرده بدون اینکه توجه کند بر فرض وجود این سبک در اروپا و غرب شاید متناسب با اقلیم بومی آنها باشد و با شرایط اقلیمی اینجا سازگار نباشد. در نهایت دچار بیماری‌های فراوان و هزینه‌های درمانی فراوان شده که در درمان هم طب سنتی فراموش شده است. (شهگلی، ۱۳۹۵، ص ۱۳۱)

توجه بشر امروزی به غذای ارگانیک و اهمیت آن در سلامتی انسان غیرقابل انکار است. این درحالی است که انسان سالیان سال در دل طبیعت و با طبیعت زندگی کرده، غذایش طبیعی بوده و غذا براساس زیست‌بوم افراد تعریف می‌شود. در مباحث اخلاقی و عرفانی، انسان باید سعی کند محصول و دست‌پخت خودش را بخورد. در روایات هم بر این مطلب تأکید شده است؛ زیرا انسان شرایط تهیه غذا، رعایت نجاست پاکي و نظافت و طیب بودن شیوه طبخ را اطمینان دارد. روایتی در کتاب الکافی از امام صادق علیه السلام آمده است که فرمود: «خرید گندم عزت است، خرید آرد ذلت است و خریدن نان فقر است و از فقر به خدا پناه می‌برم» (کلینی، ۱۴۰۷ هـ.ق، ۱۶۶/۵).

#### ۶-۲-۲. غذای ژنتیکی (تراریخته)

مشکلات تغذیه‌ای از نظر اهمیت در رتبه‌ای پایین‌تر از غذای ژنتیکی هستند. مهندسی ژنتیک مستلزم استفاده از ژن‌های خاصی از یک موجود زنده (حیوانات، گیاهان و حشرات) و وارد کردن به محصولات گیاهی است. برای مثال با وارد کردن ژن یک ماهی مناطق سردسیری به توت‌فرنگی آن

را در برابر سرما واکسینه می‌کنند یا با وارد کردن ژن کرمی که آفت ساقه برنج است به برنج، آن را در برابر کرم واکسینه می‌کنند. عمده این محصولات طوری طراحی شده‌اند تا تنها با تولید حشره‌کش درونی خود یا داشتن عمر بیشتر در برابر علف‌کش‌ها و آفات از خود مقاومت بیشتری نشان دهند. (شهگلی، ۱۳۹۵، ص ۲۲) مهمترین هدفی که توسط طرفداران چنین محصولاتی مطرح می‌شود تأمین غذای جمعیت روبه افزایش است که مدعی هستند با این افزایش جمعیت در آینده‌ای نزدیک، اگر متکی به شیوه‌های سنتی باشند جهان با کمبود مواد غذایی مواجه خواهد شد. بنابراین، باید با اصلاح ژنتیکی، تولید مواد غذایی را افزایش داد؛ زیرا محصولات تراریخته در مقابل آفات، علف‌های هرز، ویروس‌ها، بیماری‌ها و سرما مقاومت بیشتری دارند. بنابراین، با در نظر گرفتن رشد جمعیت و کمبود زمین می‌توان محصول بیشتری در زمین با وسعت کمتر استفاده کرد. درحالی‌که شواهد نشان می‌دهد که محصولات ژنتیکی به دلیل وابستگی که برای کشورها می‌آورد و انحصاری که در آن وجود دارد در عمل به فقر مضاعف دامن می‌زند.

نکته دیگر اینکه دلیل اصلی گرسنگی، عدم توزیع عادلانه غذا در سطح جهان است. این درحالی است که در کشورهای ثروتمند، حجم عظیمی از محصولات غذایی به‌طور منظم معدوم می‌شوند. مردم فقیر توانایی خرید غذا اعم از تراریخته یا طبیعی را ندارند. (انجمن آموزش مصرف‌کنندگان غذاهای ژنتیکی نیوزلند، ۱۳۸۴، ص ۲۲) محصولات ژنتیکی بیشتر توسط شرکت مونسانتو آمریکا تبرئه می‌شوند. این شرکت که یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌های سازنده مواد شیمیایی و ماده اولیه بمب‌های ممنوعه است امروزه یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌های تولید مواد ژنتیکی است.

#### ۳-۲-۶. اسراف

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «همانا در قرآن آیه‌ای است که کل طب در آن جمع است: «کَلُوا وَ اسْرِبُوا وَلَا تَسْرِفُوا اِنَّهٗ لَیَحِبُّ الْمُسْرِفِیْنَ» (اعراف: ۳۱). (بسطام و بسطام، ۱۴۱۱ هـ.ق، ص ۱۲۱) انسان وقتی مشغول خوردن و آشامیدن است باید مراقب باشد که در آشامیدن گرفتار اسراف و تبذیر نشود. اسراف عبارت است از: بیهوده تلف کردن، نابه‌جا مصرف کردن، زیاده‌روی در مصرف و حیف و میل کردن. براساس آیه ۳۱ سوره اعراف اگر غذایی بیش از اندازه لازم خورده شود اسراف شده است



(پرخوری) یا اگر انسان غذایی که با طبع و مزاج او سازگار نباشد و برای او ضرر داشته باشد را بخورد نیز مصداق اسراف است. همچنین اگر غذایی که متناسب با فصل نیست، استفاده شود نیز مصداق اسراف است. رعایت نکردن اصول تغذیه یعنی، نابه‌جا خوردن، سبب اسراف می‌شود و از آنجاکه اسراف از گناهان کبیره است در سفره و غذا باید مراقب اسراف بود.

### ۶-۳. اطعام و انفاق به فقرا، مهمان‌پذیر بودن و پرهیز از تنها غذا خوردن

گذشتگان معتقد بودند که انسان باید در کنار خانواده‌اش غذا بخورد و دست‌های زیادی در سفره باشد. در روایت آمده است: «وقتی مرد خانواده، سفره‌ای با عیالش می‌اندازد و در اول آن بسم‌الله و آخر آن الحمدالله می‌گوید قبل از اینکه سفره جمع شود گناهانش بخشیده می‌شود». مستحب است مرد با عیال و خدمتکارانش از بزرگ و کوچک، حتی غلام و کنیز غذا بخورد تا دست بر طعام بسیار باشد (ابن بابویه، ۱۳۷۸، ص ۲۹۳). اجتماع افراد بر سر سفره باعث خیر و برکت است. در گذشته واحد شمارش خانه و خانواده، سفره بود و شاخص خانواده یعنی، همه آنهایی که بر سر یک سفره می‌نشستند و هر سفره‌ای صاحب داشت که صاحب آن، نان‌آور خانواده بود. بنابراین، حرمت سفره حرمت خانواده بود. بی‌احترامی به سفره بی‌احترامی به خانواده تلقی می‌شد. به همین دلیل در بیان اصالت خانوادگی افراد، اصطلاح «سر سفره پدر و مادر بزرگ شده» رواج داشت. برای مثال در ابتدای ورود چلوکبابی و ساندویچی در دوران قاجار و پهلوی افرادی که محترم و آبرومند بودند رفتن به ساندویچی را دون شأن خود می‌دانستند و درنهایت رضایت می‌دادند که چلوکبابی و چلوخورشتی بروند. حتی قسم به سفره و یا نمک سفره متداول بود. به‌طورکلی در فرهنگ اصیل اسلامی محوریت با خانواده است و سبک زندگی با محوریت خانواده طراحی و اجرا می‌شود. برخلاف فرهنگ غربی که در تمدن غرب، محوریت از خانواده گرفته شده و بعد از آن مجبور شد برای پر کردن تنهایی انسان‌های بریده از خانواده، خانه سالمندان، کباب‌ها و قمارخانه را طراحی و اجرا کند. در برخی از روایات، غذا خوردن در بازار نشانه پستی است. سفره و آداب آن در تمدن اسلامی، عقبه فرهنگی دارد و فقط جایی برای خوردن نیست. وقتی جایز نیست انسان بر سر سفره‌ای

بنشینند که شراب در آن میان هست یا حتی براساس روایات، مسلمان حق ندارد غذایی که مخصوص کفار است را بخورد همان طور که حق ندارد از لباس مخصوص کفار استفاده کند بیانگر این است که در سفره نیز باید دشمن ستیز بود و تبری از دشمنان خدا داشت (ابن بابویه، ۱۳۷۸، ۲/۲۳).

## ۷. نتیجه‌گیری

اسلام کامل‌ترین دین آسمانی است که توجه خاصی به تمام جوانب حیات انسان دارد و هرچه برای رشد مطلوب و رسیدن به شکوفایی استعدادهای جسمی و روحی ضروری است را مدنظر قرار داده است. تغذیه و خوراک، نقش بسزایی در تکوین نفس انسان و قوای ادراکی او دارد. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که در منابع دینی و فقهی ارتباط و تعامل روح و جسم از یک طرف و تأثیر طهارت ذاتی اغذیه و رعایت عوامل عارضی طهارت تغذیه موجبات تأثیر و تأثر بین جسم و جان را فراهم کرده و در تربیت فرد و جامعه مؤثر است. عمل به احکام اطعمه و اشربه بر مبنای مفاسد و مصالح واقعی است و حرمت خوراکی‌های ممنوعه بر صحت جسم و سلامت روان اثرات واقعی دارد و اعتباری نیست. رعایت نکردن این موارد ممنوعه در آیات قرآن با تعبیر خطوات الشیطان بیان شده که جا پای شیطان گذاشتن است. تمام صفات شیطانی مانند تکبر، سرکشی، غرور، خودشیفتگی و حسادت و از صراط خارج شدن، آثار تربیتی تغذیه است. خواه در قالب عوامل ذاتی طهارت و خباثت ذاتی طعام باشد و چه در قالب رعایت و توجه به عوامل عارضی مانند تأثیر لقمه حرام و یا رعایت مسائل جانبی مانند آداب استفاده از طعام باشد. مجموع مباحث بر ضرورت بازگشت به سبک زندگی اسلامی، تغذیه مبتنی بر مبانی فقهی و رعایت احکام در این حوزه تأکید دارد.

## فهرست منابع

۱. ابن بابویه، علی بن حسین (۱۳۷۸). عیون اخبار الرضا. تهران: نقش جهان.

۲. امینی، علیرضا، و آیتی، سید محمدرضا (۱۳۹۲). تحریر الروضه فی شرح المعه. تهران: مؤسسه فرهنگی طه.
۳. انجمن آموزش مصرف‌کنندگان غذاهای ژنتیکی نیوزیلند (۱۳۸۴). سیزده ادعای مهندسی ژنتیک و پاسخ آنها. نشریه سیاحت غرب، ۲۱، ۱۲۰-۱۲۵.
۴. بسطام، عبدالله، و بسطام، حسین (۱۴۱۱ ه.ق). طب الاثمه. قم: دارالشریف الرضی.
۵. بهبهانی، وحید (۱۴۱۵). فوائد الحائریه. قم: مجمع الفکر الاسلامی.
۶. بی‌نام (بی‌تا). کسب حلال. مشاهده شده در:  
<https://article.tebyan.net/UserArticle/AmpShow/824956>
۷. توانا، امین (۱۳۹۹). اهمیت تغذیه در فرآیند تربیت. <https://rasekhoon.net>
۸. جوادی زاویه، سیده معصومه (۱۳۹۳). کسب روزی حلال. قم: پژوهشکده باقرالعلوم.
۹. ذهنی تهرانی، سید محمدجواد (۱۳۷۳). ترجمه و شرح اللغه دمشقیه (شهید اول) محمد بن مکی. قم: وجدانی.
۱۰. سبحانی، جعفر (۱۴۰۵ ه.ق). تهذیب الاصول. قم: مؤسسه النشر الاسلامی.
۱۱. شهگللی، امیرحسین (۱۳۹۵). زندگی سالم. تهران: انتشارات بسیج دانشجویی دانشگاه امام صادق (ع).
۱۲. شیخ صدوق، محمد بن علی بن بابویه (۱۳۷۷). معانی الاخبار. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۳. ضیایی فر، سعید (۱۳۹۷). جایگاه مبانی کلامی در اجتهاد. تهران: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۱۴. علامه حلی، خواجه نصیرالدین (۱۳۹۹). کشف المراد فی شرح تجرید الاعتقاد. بیروت: مؤسسه الاعلمی.
۱۵. غزالی، امام محمد (۱۳۹۳). احیاء علوم الدین. تهران: فردوس.
۱۶. قرائتی، محسن (۱۳۸۳). تفسیر نور. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
۱۷. قمی، عباس (۱۳۴۴). سفینه البحار و مدینه الحکم و الآثار مع تطبیق النصوص الواردة فیها علی بحار الأنوار. قم: دارالاسوه.
۱۸. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ ه.ق). الکافی. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۹. متقی هندی، علی بن حسام (۱۴۱۹ ه.ق). کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال. بیروت: دارالکتب العلمیه.
۲۰. مجلسی، محمد باقر (۱۴۰۳ ه.ق). بحار الأنوار الجامعه لدرر اخبار الائمة الاطهار. بیروت: مؤسسه الوفاء.
۲۱. مسعودی، علی بن حسین (۱۴۰۹ ه.ق). مروج الذهب و معادن الجوهر. قم: مؤسسه دارالهجره.
۲۲. مطهری، مرتضی (۱۳۹۱). مجموعه آثار شهید مطهری (حکمت‌ها و اندرزها، فلسفه اخلاق، تعلیم و تربیت در اسلام، حکمت عملی). تهران: انتشارات صدرا.
۲۳. مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۵۳). تفسیر نمونه. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۲۴. موسوی خمینی، روح‌الله (۱۳۷۸). صحیفه امام خمینی. تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ع).
۲۵. وحید بهبهانی، محمد باقر (۱۳۱۰). رساله عملیه متاجر و حید بهبهانی. قم: کارخانه کربلایی محمد حسین.

