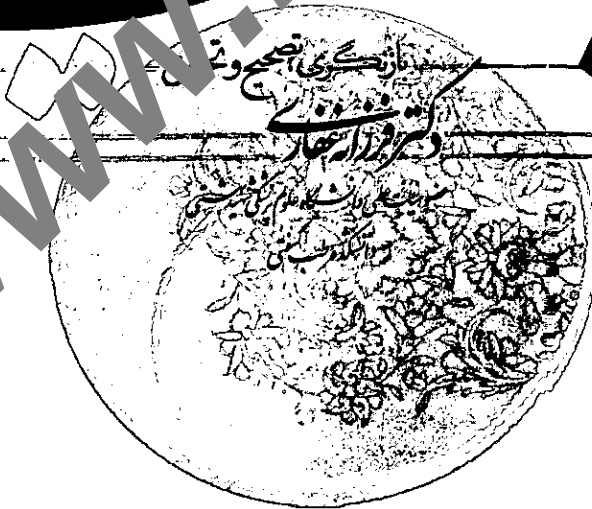




محمد بن زکریای رازی
منافع الأغذية ودفع مضارها

ترجمه: دکتر سید عبدالمعلی علوی تاشفی



www.ketab.ir

سرشناسه: رازی، محمد بن زکریا، ۲۵۱-۳۱۲ق

عنوان قرارداد: منافع الأغذية و دفع مضارها، فارسی

عنوان و نام پدیدآور: بهداشت غذایی / محمد بن زکریای رازی؛ ترجمه سید عبدالعلی علوی نائینی؛ بازنگری، تصحیح و تحقیق فرزانه غفاری

مشخصات نشر: تهران: طب سنتی ایران، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۳۲۲ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۱۹۸-۶-۵

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

وضعیت: نمایه.

موضوع: تغذیه - تون قدیمی تا قرن ۱۴.

موضوع: بهداشت - بهداشت [حذفی]

نام‌ها: سید عبدالعلی علوی نائینی، سید عبدالعلی، مترجم

شماره: روده، غفاری، فرزانه، ۱۳۳۹ - مصحح

رده‌بندی کلاسیک: ۳۹۲ - ۶۰۰ - ۹۲۱۹۸ - ۶ - ۵

رده‌بندی دیویی: ۶۰۰ - ۹۲۱۹۸ - ۶ - ۵

شماره کتابشناسی: ۶۰۰ - ۹۲۱۹۸ - ۶ - ۵



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران



مرکز اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران



مرکز اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران



مرکز اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

عنوان: بهداشت غذایی (منافع الأغذية و دفع مضارها)

نگارنده: محمد بن زکریای رازی

مصحح و محقق: دکتر فرزانه غفاری

دبیر اجرایی: هما امینی

طراحی جلد: صادق جمالی

صفحه‌آرایی: رقیه نوری، پروانه محسنی مقدم

ناشر: طب سنتی ایران

نوبت و تاریخ چاپ: چاپ اول، ۱۳۹۲

قیمت: ۱۵۰۰۰ ریال

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۱۹۸-۶-۵

همه حقوق محفوظ است. هرگونه نسخه برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی یا جزئی، به جز اقتباس مجزئی در نقد و بررسی، و اقتباس در گیومه در مستندنویسی، و مانند آنها بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

مرکز پخش انتشارات طب سنتی ایران: ۰۹۱۹۵۴۰۹۸۹۲

publisherTIM@yahoo.com

طرح چندمرکزی احیای میراث مکتوب طب سنتی ایران (گام بیستم - چاپ دوم)

طرح چندمرکزی احیای میراث مکتوب طب سنتی ایران قصد دارد با جذب حمایت‌های مادی و معنوی مراکز علمی و دانشگاهی در سطوح داخلی و بین‌المللی، در راستای توسعه منطقی و ماندگار مبانی و تاریخ طب سنتی، و در ورای آن، هویت اسلامی و ایرانی این دانش گام‌های مؤثری بردارد.



در حال حاضر، این رویکرد دو جنبه اساسی را دنبال می‌کند: یکی آن‌که با تشکیل ساختاری مجازی و پرهیز از ایجاد تشکیلات متمرکز و پرهزینه اداری، به بازیابی و تربیت نیروهای متخصصی بپردازد که هر یک با تکیه بر توان علمی و تجربی خود، در رسیدن به سوی یک هدف مشترک گام بردارند؛ دوم آن‌که با ارائه الگویی مناسب از همکاری بین‌رشته‌ای، مردم با اعتماد و سرعت و گرفتار نیامدن در مسیرهای پر پیچ و خم اداری، آثاری را عرضه بدارند که حاصل همکاری چندین مرکز علمی داخلی باشند، زیرا این رویه سبب افزایش مخاطبان و پیوند هر یک از یک‌تر دوستداران این علم خواهد شد. همچنین، این طرح در نظر دارد با انتشار کتاب‌های مهم و مرجع طب سنتی ایران این میراث فراموش شده را احیا سازد و بدین منظور، تصحیح، ترجمه و انتشار کتاب‌های اصیل مبانی آموزشی و کاربردی طب سنتی ایران و آثار مرتبط با آن را در دستور کار قرار داده است. بیستمین گام این حرکت، انتشار کتاب «بهداشت غذایی» (بافه، تغذیه و دفع مضارها) اثر محمدبن زکریای رازی، با تصحیح خانم دکتر فرزانه غفاری است که این کتاب تقدیم دوستداران گرامی حکمت و طب ایرانی می‌شود.

در پایان، از همکاران و حامیان طرح در چاپ دوم از گام بیستم، دکتر محمود بیخ‌ن‌الدین، دکتر محمدحسن عصاره، دکتر زهرا کیاسالاری، دکتر عبدالله بهرامی، دکتر میرزا عارف‌زاده دلشاد تشکر و سپاسگزاری می‌شود.

دکتر محسن ناصری / مجری طرح

مقدمه ستاد توسعه علوم و فناوری گیاهان دارویی و طب ایرانی

هر ملتی، پیشینه تاریخی خویش را جزیی از هویت خویش می‌داند و از آن به‌عنوان میراث گران‌بهای حفاظت و حراست می‌نماید. رجعت به خویشتن و شناخت ژرف و عمیق از ریشه‌های فرهنگی، تاریخی و علمی، در استعلا و اصلاح جامعه، نقش ارزنده‌ای دارد. از جمله میراث گران‌سنگ و تمدن افتخارآمیز ایرانی-اسلامی، غنای دانش پزشکی و وجود علما، فضلا و حکمای شهیر جهانی است. کمتر کسی است که آوازه شیخ‌الرئیس ابوعلی سینا، زکریای رازی، جرجانی و صدها عالم دیگر را نشنیده باشد. آثار فاخری چون شفا، قانون، الحاوی و ذخیره خوارزمشاهی، قرن‌ها به‌عنوان مهم‌ترین منابع علم طبابت، خدمات بی‌نظیر و بی‌بدیلی را به بشریت ارائه و موجب مباهات ایرانیان در سراسر جهان شده‌اند.

سرزمین ایران از نظر تنوع گیاهی، به‌خصوص از منظر گیاهان دارویی، جایگاه محسوب می‌شود. جغرافیای گیاهی جهان دارد. بر اساس نظر گیاه‌شناسان و به‌گزارش علوم مرتبط با منابع طبیعی، تعداد گونه‌های گیاهی ایران در حدود ۸۰۰۰ گونه است و تحقیقات دانش‌پژوهان کشور نشان داده است که از این تعداد بیش از ۲۵۰۰ گونه دارای خواص دارویی، عطری، ادویه‌ای، آرایشی و بهداشتی است. بی‌شک، این تنوع از تعداد کل گونه‌های شناخته‌شده، نزدیک به ۱۷۳۰ گونه به‌عنوان گیاهان بومی ایران (اندمیک) می‌باشند که تنها در سرزمین ایران رویش کرده و به‌عنوان یک ظرفیت انحصاری در کشور محسوب می‌شوند.

با التفات به ضرورت راهبردی توسعه گیاهان دارویی و طب ایرانی اسلامی در کشور، مقام معظم رهبری؛ در سال ۱۳۸۵ دیداری که با رؤسای دانشگاه‌ها، مؤسسات آموزش عالی و مراکز تحقیقاتی سراسر کشور داشتند، بر لزوم تبدیل علم‌گرایی و علم‌محوری به گفتمان مسلط جامعه در همه بخش‌ها تأکید فرموده و همچنین ترسیم نقشه جامع علمی کشور را به‌عنوان یک ضرورت ملی، به منظور تحقق اهداف چشم‌انداز ۲۰ ساله کشور با رسیدن به رتبه اول علمی منطقه، مورد اشاره قرار دادند. علاوه بر آن، در همان سال، طی نامه‌ای خطاب به ریاست محترم جمهور فرمودند: «بapak آقای رئیس جمهور محترم! این گیاهان دارویی و طب سنتی، از جمله کارهایی است که می‌تواند باب جدیدی در مسائل کلان مربوط به بهداشت و درمان بگشاید. توجه و اهتمام جناب‌عالی در این کار بسیار مفید خواهد بود، انشاء الله». متعاقب این امر ولایی، با همت دولت محترم و معاون محترم علمی و فناوری ریاست جمهوری، «ستاد توسعه پژوهش و کاربرد گیاهان دارویی و طب ایرانی

(سنتی)» در سال ۱۳۸۷ تشکیل شد و فعالیت خود را آغاز نمود. این ستاد با هدف ارتقاء جایگاه کشور در حوزه گیاهان دارویی، داروهای گیاهی و احیاء طب ایرانی، تدوین نقشه راه، سند راهبردی و سیاست گذاری در سطح کلان، ساماندهی، هدایت و هماهنگی بین نهادهای مرتبط، بنیان نهاده شده است. ستاد مذکور در حوزه عملکردی خود، برنامه‌های راهبردی مختلفی را در دست تهیه و اجرا دارد. از جمله برنامه‌های حمایتی ستاد در حوزه وظایف، احیاء سنتی و مبارک طب سنتی ایران، شامل کتب و رسالات حکمای ایرانی است که تعداد آنها بر هزاران نسخه بالغ می‌گردد و به عنوان میراثی گران بها و گنجینه‌ای مکتوب برای محققان در ایران و جهان به شمار می‌آیند. این مجموعه اسناد مهم علمی، کتاب‌های مختلفی در حوزه تشریح، کلیات، مفردات، قریب‌الذکر تشخیص و درمان است. مستند نمودن و تأمل و تدقیق در این آثار، ما را در دستیابی به صیانت از میراث طب سنتی و گسترش ثبت و نگهداری دانش بومی و بومی‌های درمانی طب سنتی مدد خواهد رساند. گروهی از شیفتگان و علاقه‌مندان میراث مکتوب گذشته، همت عالی مبذول داشته‌اند تا تجربیات ارزشمند ساهیر و مفاخر طب سنتی و ایرانی کشور جمع‌آوری گردد و به عنوان سند معتبر ماندگار و منابعی ارزشمند برای علاقه‌مندان و آیندگان باقی بماند. این گروه با اسباب مسئولیتی عمیق، کار ترجمه، تدوین و تصحیح این اندوخته‌های علمی و تجربی تاریخی را آغاز نمودند و تا کنون چندین مجلد از این آثار به زیر طبع آورسته گردیده است و نوشتار حاضر، یکی از نتایج این اقدام مهم می‌باشد و از ساء الله تعالی، نهضت احیاء و نشر آثار مکتوب طب سنتی اسلامی و ایرانی را رجاء و خویشتن خویش، ادامه خواهد داشت.

امید است انتشار کتاب حاضر، پاسخگوی بخشی از نیازهای علاقه‌مندان و متخصصان علوم و فناوری گیاهان دارویی و طب سنتی، به ویژه پزشکان، محققان خلاق و مستعد در گوشه و کنار میهن اسلامی باشد و به یاری خداوند تعالی بتواند در تکوین و درخشش توانایی‌های آنان برای پایه‌ریزی شرایط مطلوب‌تر در آینده طب سنتی ایران، نقشی تأثیرگذار بر جای نهد. بی‌شک تهیه و انتشار هر نوشتاری کاری است گسترده که جز از رهگذر تلاش و جدیت جمعی و گروهی میسر نمی‌گردد، از این رو فرصت مغتنمی است که صمیمانه‌ترین سپاس‌ها و قدرشناسی‌های خود را از همه سروران و فرهیختگانی که در گردآوری، تدوین، تصحیح، ویرایش و چاپ این مستند کوشا بودند، ابراز نمایم.

دکتر محمد حسن عصاره

دبیر ستاد توسعه علوم و فناوری گیاهان دارویی و طب ایرانی

فهرست

دباجه استاد (دکتر محمد مهدی اصفهانی)	۹۳
مقدمه مصحح (دکتر فرزانه غفاری)	۹۸
مقدمه مترجم (دکتر عبدالعلی علوی نائینی)	۹۹
فصل اول: در سبب تألیف کتاب	۹۹
فصل دوم: در خواص گندم و نان گندم و زیان‌های ناشی از خوردن آن و...	۹۹
نان سمید و حواری	۴۶
نان خشکار	۵۵
نان فطیر	۵۶
نان تنور و فرن	۵۷
نان طابق	۵۸
گندم خام و پخته	۵۹
سویق گندم و جو (آرد بو داده)	۶۰
نان کهنه (فتیت)	۶۱
تر (سیرید)	۶۱
برنج	۶۱
نان حنظل	۶۳
نان اود	۶۴
نان باقلا	۶۴
نان عدس	۶۶
ماش	۶۷
لوبیا	۶۷
جلیان (خَلَر)	۶۸
ترمس (باقلائی مصری)	۶۸
جاورس (گاورس)، دخن (ارزن)، روت	۶۹
نان بلوط	۶۹
شاه بلوط	۶۹
فصل سوم: آب آشامیدنی و نفع و ضرر آن، اسهال و...	۷۵
آب	۷۰
زیان نوشیدن آب بی‌موقع	۷۴
سود و زیان آب برف	۷۴
آب قنات جاری	۸۰
آب رودخانه	۸۰
آب جوشیده	۸۰
آب مقطر	۸۰
آب باران	۸۰
آب‌های پست	۸۲
آب قابض	۸۲
آب شور	۸۳
آب گوگردی	۸۴
آب معدنی	۸۵
آب آهن‌دار	۸۵

آب رصاصی (سرب‌دار)

آب طلا‌دار و نقره‌دار

آب تیره (کدر)

آب تلخ

آب منتن (بدبو)

آب آجامی (آب باتلاق)

فصل چهارم: در بیان منافع و مضار شراب‌های مستی بخشی و...

شراب به طبع کلی

چشم درد به اثر شراب

تب کبدی به اثر شراب خوارگی

قی سوداری که به نوشیدن شراب عارض می‌گردد

بی‌اشتهایی در نتیجه شراب‌خواری

خماری بر اثر شراب‌خواری

رعشه بر اثر شراب‌خواری

سُدار یا تاری چشم در نتیجه شراب‌خواری

تنگی نفس بر اثر شراب‌خواری

تشنج در نتیجه شراب‌خواری

خفقان ناشی از شراب‌خواری

فصل پنجم: مشروبات غیر الکلی و منافع و مضار یک از آن‌ها و...

سکنجبین

غلاب

آب عمل

فقاع

شراب شیرین

فصل ششم: بهداشت گوشت: اقسام گوشت و مناسب‌ترین نوع آن در حالات مختلف و...

محل رشد و پرورش و رنگ و سن و بزرگی و کوچکی و جنس حیوان

گوشت پرنده

گوشت میش و بز

گوشت بز

گوشت بزغاله و بره

گوشت گاو

گوشت جزور (پرور)

گوشت خرگوش

گوشت آهو

گوشت گوره‌خر

گوشت شتر

گوشت بز کوهی

گوشت پرندگان

گوشت مرغ خانگی

گوشت جوجه

گوشت مرغابی

گوشت فاخته	۱۱۲
گوشت نعام (شتر مرغ)	۱۱۳
گوشت گنجشک اهلی و کوهستانی	۱۱۳
فصل هفتم: گوشت خشک و نمکسود	۱۱۵
فصل هشتم: گوشت ماهی و سود و زیان آن و...	۱۱۷
ماهی بزرگ و عظیم‌الجثه	۱۱۸
ماهی سهک (بدبو)	۱۱۸
ماهی هازبا	۱۱۸
صحناء (ماهی شور نمک‌زده)	۱۲۰
ربیتا	۱۲۱
روبیان	۱۲۱
فصل نهم: خواص اندام‌های گوناگون حیوانات و...	۱۲۲
پاچه	۱۲۵
کروش (شکنیه)	۱۲۵
سپاه	۱۲۵
سپاه	۱۲۵
کلیه (سپاه)	۱۲۷
سپاه (سپاه)	۱۲۷
قلب	۱۲۸
دماغ	۱۲۸
مخ (مغز) و مخچه	۱۲۸
فصل دهم: در علاج امراض و نگارنگ: خوراک‌های گرم، خوراک‌های سرد و...	۱۲۹
سکبا	۱۲۹
اسفیدبا	۱۳۰
مضیره (آش دوغ)	۱۳۱
مصلیه	۱۳۱
کشکته	۱۳۲
زیربا	۱۳۲
دیکبریکه (دیکبردیک)	۱۳۳
مطجنه و طباهجه	۱۳۴
حصرمیه و ریباسیه و سماقیه	۱۳۴
هریسه (حلیم)	۱۳۵
شواء (بریان)	۱۳۵
کباب	۱۳۶
کرنبیه و قنبیطیه	۱۳۶
لفتیه	۱۳۷
خُنکی‌ها (بوارد)	۱۳۷
قریص	۱۳۷
هلام	۱۳۸
مصوص	۱۳۸
سلاقه	۱۳۹
برنج	۱۳۹

- ۱۳ جرجانیه
- ۱۴ سرکه و روغن زیتون
- ۱۵ فصل یازدهم: گوامیخ یا کامخها (کومه)، رواصل (ریچارها)، پنیر کهنه و...
- ۱۶ بن (قهوه)
- ۱۷ کامخ انقوزه
- ۱۸ کامخ کبر. کامخ فلنجمشک (فرنجمشک) و کامخ باده روجی
- ۱۹ کامخ طرخونی
- ۲۰ کامخ بودنه
- ۲۱ کبر با سرکه
- ۲۲ خیار با سرکه
- ۲۳ ترشی پیاز
- ۲۴ سیر با سرکه (ترشی سیر)
- ۲۵ ترشی بادنجان
- ۲۶ ترشی اشترار
- ۲۷ ناراب
- ۲۸ شلماب
- ۲۹ کبرآب
- ۳۰ قنطیط (کلم بوستانی)
- ۳۱ زیتون و زیتون آب
- ۳۲ پنیر
- ۳۳ خردل
- ۳۴ فصل دوازدهم: در منافع شیر و آنچه از شیر بدست می آید و...
- ۳۵ زبده (کره)
- ۳۶ پنیر تازه
- ۳۷ لوز رطب
- ۳۸ مصل (ترف)
- ۳۹ رخنین
- ۴۰ سمن آزاد
- ۴۱ فصل سیزدهم: تخم مرغ و بزماورد و...
- ۴۲ تخم طیور
- ۴۳ تخم مرغابی یا غاز یا شترمرغ
- ۴۴ تخم کبک و دراج
- ۴۵ سفیده و زرده تخم مرغ
- ۴۶ تخم مرغ مسلوق (آب پز)
- ۴۷ مطجن با روغن
- ۴۸ کوکوی جالبینوس
- ۴۹ تخم مرغ آب پز با سرکه
- ۵۰ عجه (کوکو)
- ۵۱ بز ماورد
- ۵۲ فصل چهاردهم: در اقسام سبزیجات که خام یا پخته مصرف می شوند و آنچه به آنها شباهت دارد و...
- ۵۳ کاهو
- ۵۴ کاسنی (هندبا)
- ۵۵ طرحشقوق (کاسنی بیابانی)

جرجیر (تره تیزک)	۱۵۷
کرفس	۱۵۷
خردل و تیره تیزک	۱۵۷
کزبره (گشنیز)	۱۵۸
کزاث (نوعی تره)	۱۵۸
طرخون	۱۵۸
نعناع	۱۵۹
یاذروج (تره خراسانی یا ریحان کوهی)	۱۵۹
جمار (گیاهی است شبیه به نیلوفر)	۱۵۹
طلع (غلاف خوشه خرما)	۱۵۹
صعتر (آویشن کوهی)	۱۵۹
سذاب یا سداب (اسپند)	۱۶۰
بادرنجبویه و برسیانا (سبزی خراسانی)	۱۶۰
حبه و برم	۱۶۰
زنبب (شکلب (زنجبیل سگ)	۱۶۰
سبزی	۱۶۰
سندقوق (شیدر وحشی) و حلبه (شنبلیله)	۱۶۰
خزانه (تیزک)	۱۶۱
راس (زنجبیل سگ)	۱۶۱
قلیوط (شاد)	۱۶۲
تلیاز	۱۶۲
ثوم (سیر)	۱۶۲
بادنجان	۱۶۳
کماة (قارچ) و دنبان	۱۶۴
فطر	۱۶۵
غوشنه (نوعی قارچ)	۱۶۶
کشینچ	۱۶۷
کبلکان (گوش فیل)	۱۶۷
بزماورت	۱۶۷
مثار	۱۶۷
کنجر (کنگر)	۱۶۸
هلیونه (مارچوبه)	۱۶۸
خرشف	۱۶۸
فرفریر (فوفیر)	۱۶۹
کدو	۱۶۹
قطف (قره پازی)	۱۷۰
سلق (چغندر)	۱۷۰
بقلة الیمانیه	۱۷۱
اسفناج	۱۷۱
ورغشت (نوعی اسفناج)	۱۷۱
کرنب (کلم)	۱۷۲
قنبیط (کلم قمری)	۱۷۲
ثلثم	۱۷۲

۱۷۳ جزر یا مزر (زردک)

۱۷۳ فجل (نوعی تربچه)

۱۷۴ شبت

فصل پانزدهم: در این فصل از داروهائی که در غذا می‌ریزند و...

۱۷۵ نمک

۱۷۶ سرکه

۱۷۶ مزی

۱۷۷ فلفل سیاه

۱۷۸ دار فلفل (فلفل هندی)

۱۷۸ دار چین و تره (دار چین سیلانی)

۱۷۸ خولنجان

۱۷۹ کزبره خشک (گلاب خشک)

۱۷۹ کرویا (زیره)

۱۷۹ کمون (زیره)

۱۸۰ صتر (اویشن کس)

۱۸۰ انجدان (انقوزه)

۱۸۰ کاشم (گلپر)

فصل شانزدهم: میوه‌های گرم و سردی خواص و مضار آنهاست

۱۸۱ خرماي تر (رطب)

۱۸۱ انگور

۱۸۱ انجیر و جمیز

۱۸۱ زردآلو

۱۸۱ خوخ، شفتالو و هلو (فلیق)

۱۸۱ آلو

۱۸۱ امرود

۱۸۱ انار

۱۸۱ سیب

۱۸۱ پالنگ

۱۸۱ پنه

۱۸۱ کنار

۱۸۱ توت

۱۸۱ توت شامی و شاه توت

۱۸۱ خربوزه

۱۸۱ خربوزه مز (ترش و شیرین)

۱۸۱ هندوانه (خربوزه هندی)

۱۸۱ خیار و خیار چنبر

۱۸۱ خربوزه نارس (کالک)

۱۸۱ قثاء (خیار پالنگ)

۱۸۱ موز

۱۸۱ طلع و جمار و خرماي کال

فصل هفدهم: میوه‌های خشک و آنچه شبیه به آنهاست و...

۱۸۱ خرماي خشک

۱۸۱ زبیب (مویز)

کشمش	۱۹۸
انجیر خشک	۱۹۸
فانیذ (قند)	۱۹۹
ملین (نوعی حلوا)	۲۰۰
شکر	۲۰۰
عسل	۲۰۰
نارجیل	۲۰۱
گردو	۲۰۱
بادام	۲۰۲
پسته	۲۰۲
فندق	۲۰۲
بنه یا درخت سقز (بطم)	۲۰۲
دانه صنوبر	۲۰۲
عصاره	۲۰۳
خشک	۲۰۳
ییب، به، شفتالو	۲۰۳
کنجد	۲۰۳
آب می (خروب شامی)	۲۰۵
طعم خدائی	۲۰۵
شاهد	۲۰۷
فصل هفتم: درخت‌های میوه راجع به حلواها و...	۲۰۸
پالوده	۲۰۸
حلوی خبیص	۲۰۹
عصیده	۲۰۹
لوزینه	۲۱۰
قطایف	۲۱۰
زلوبیا (زلابیه)	۲۱۰
روغن خردیک	۲۱۰
بهط	۲۱۱
جوزاب	۲۱۱
شیر روغن	۲۱۱
خشک‌نانک و شهدانک	۲۱۲
شکرینک (حلوی شکری)	۲۱۲
خبیص فارسی (خبیصه فارسیه)	۲۱۲
حلوی شکری (ناطف)	۲۱۲
فصل نوزدهم: در ذکر علل و جهاتی که به خاطر آن اشتها و استمعه را از دست می‌دهد و میل به غذا از بین می‌رود و...	۲۱۳
وقت غذا	۲۱۵
ترتیب غذا	۲۱۶
دفعات غذا	۲۱۶
آب خوردن پس از غذا	۲۱۷
حرکت	۲۱۸
جماع	۲۱۸

- ۷ حَمَام
- ۷ منزل و خوابگاه
- ۷ نوع غذا
- ۷ غم و اندوه
- ۷ بیان کلیات غذاهای مزه‌دار مفرده و...
- ۷ عمل شراب و آب در بدن و مقایسه آن‌ها با هم
- ۷ علاج تخمه و جلوگیری از زیان‌های آن
- ۷ گفتار دربارهٔ علامات گوارانی و اشتهای صادق
- ۷ معالجهٔ خماری
- ۷ غذاهایی نباید با هم خورده شوند
- ۷ وقت ورزش و غذا (به طور کلی و به اختصار)
- ۷ بیان خصلت معدهٔ بعضی قبل از غذا
- ۷ قانون کلی برای کم یا زیاد نوشیدن و...
- ۷ قانون کلی راجع به دفعات غذا
- ۷ قانون کلی راجع به اینکه مزاج‌های مختلف چه موقع غذا بخورند
- ۷ قانون کلی راجع به حرکت قبل از غذا و بعد از غذا به مقدار که بتوان به آن نام ورزش داد
- ۷ قانون کلی برای کسانی که حرکت یا حمام ناچارند غذا بخورند
- ۷ بیان مختصری راجع به ورزش و مزاج
- ۷ میزان ورزش سودمند و ضرر آن در آن
- ۷ بیان مختصری در موارد استعمال بعضی غذاها و لطیف یا...
- ۷ بهداشت حفظ مزاج از نظر غذا
- ۷ در بیان اینکه بیشتر غذاهایی که شخص به آن میل دارد از حیث ترکیب...
- ۷ قانون کلی در انتخاب غذا برحسب حالات مختلف بدن
- ۷ در بیان مواردی که شخص باید کمتر حرکت کند و...
- ۷ در بیان اینکه اشخاص بیکار هم می‌توانند غذاهای فربه بخورند
- ۷ در بیان اینکه غذاها برحسب آنچه که بدن از خلط مضر تولید می‌کند باید...
- ۷ در بیان اینکه خلط‌هایی که از خوردن غذاهای ناگوار به وجود می‌آید...
- ۷ در بیان اینکه هیچ کس نباید به خوردن غذاهایی که به پستی و بدی خلط‌ها را زیاد می‌کند مداومت دهد
- ۷ در بیان اینکه تغییر عادت در امر غذا نباید یک دفعه و ناگهانی باشد
- ۷ طرز بهداشت و مراقبت کسانی که احتیاج به غذای نسبتاً زیاد دارند و...
- ۷ از ادویهٔ تند و تیز در غذا باید تا اندازه‌ای پرهیز نمود
- ۷ غذا را باید به تناسب نیروی هاضمه انتخاب نمود
- ۷ دستور پسنیدیده‌ای که ما خود در هر شب و روز عمل می‌کنیم
- ۷ بحث در منافع و مضار گرسنگی و تشنگی و...
- ۷ کسانی که از معدهٔ پر شده خود غفلت نمایند و...
- ۷ طرز معالجهٔ امتلاء عروق
- ۷ مضرت‌ترین عمل برای کسانی که رگ‌های پر خون دارند و...
- ۷ دفعات غذا و دستور آن برحسب مزاج‌های مختلف
- ۷ انتخاب غذا و دستور آن برحسب مزاج‌های مختلف و...
- ۷ غذاهایی که در اثر استحالهٔ و خیم سمیت پیدا می‌کنند
- ۷ دستور در دفع ضرر سموم
- ۷ پیوست‌ها
- ۷ نمایه‌ها
- ۷ فهرست منابع

دیباجه استاد

«فلینظر الإنسان إلى طعامه»

عبس: ۲۴

نظر به غذا بعد و همزمان با نیاز مستقیم یا غیرمستقیم به هوا، موضوعی اساسی و حیاتی برای هر موجود فعال زنده از کوچکترین تا بزرگترین و از جمله آدمی است. لذا دانسته می‌شود که بتواند با بازشناسی انواع خوردنی‌ها، آثار زیست‌شناختی مثبت یا منفی آنها را در بدن انسان تحت شرایط مختلف همراه یا بدون مواد دیگر بررسی نماید. اهمیت استثنائی برخوردار خواهد بود؛ به‌ویژه آن که حتی خلیات، رفتار اجتماعی انسان و سلامت و بیماری تن و روان آدمی و بالاتر از اینها حتی رشد و تکامل نسلی معنوی او نیز از شیوه و محتوای تغذیه تأثیر می‌پذیرد.

اطلاعات و یافته‌های روزآمد نیز به گونه‌ای نقش تغذیه را حتی در تحت‌الشعاع قرار دادن کاستی‌ها و کژئی‌های ارثی (ژنتیک (DNA expression) مورد تأکید قرار می‌دهد.

توجه به موضوع غذا و تغذیه را در قرآن اساسی اسلام یعنی قرآن کریم و همچنین روایات پیامبر اکرم(ص) و سایر پیغمبران برحق اسلام (علیهم‌السلام) به فراوانی می‌توان یافت؛ بطور کلی این توجهات ناسمج و تحریص انسان به اندیشه در غذای مورد مصرف از جنبه‌های گوناگون، مواد و معنوی و آثار مترتب بر آن در همه ابعاد از جمله ابعاد اجتماعی، دینی و اخلاقی، پرهیز از مصرف خبائث و تشویق به بهره‌گیری از طبیات و در هر حال توجه به اصل اعتدال در مصرف و بالاخره صدها رهنمود برای تأمین و ارتقاء سلامت و دفع بیماری‌ها و نابسامانی‌های گوناگون است که از دیرباز در قالب کتب و رسائل مستقل یا همراه با مباحث دیگر مورد بررسی و تأکید قرار گرفته است.

در طب سنتی ما که میراث گرانبهائی بجای مانده از دانش و تجربه قرون و اعصار است، باب مأكول و مشروب یا خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها و آداب تغذیه، هم در



بحث حفظ الصحة و پیشگیری از بیماری‌ها و هم در بحث معالجات و درمان بیماری‌ها و نشانگان نهادهای بهداشت و ویژه‌ای برخوردار است تا جایی که با یک نگاه اجمالی به آنچه که در موضوع سلامت طب و طبیب آمده می‌توان دریافت که سهم بخش حفظ الصحة و پیشگیری از بیماری‌ها چیزی افزون بر ۸۰ درصد و حتی در بخش ۲۰ درصدی باقیمانده نیز سهم اصلاح شیوه زندگی و تغذیه در درمان، مجدداً چیزی معادل یا از همین ۲۰ درصد است و این هر دو، با در نظر گرفتن سهم اصلاح و ارتقاء تغذیه در پیشگیری، مراقبت‌های سلامت و بازآوردن سلامت از دست رفته، نقش تغذیه را به دلیل می‌نمایاند، که واقعیت نیز همین‌گونه است؛ چنانکه به کرات شاهد اعجاز انتخاب و جینش مناسب عوامل غذایی در درمان بیماری‌ها بوده‌ایم.

تا چندی پیش دنیای علم، دانش تغذیه را با تأکید بر نقش مواد مغذی (Nutrients) اعم از ریزمغذی‌ها (micronutrients) و درشت مغذی‌ها (Macronutrients) مورد توجه قرار می‌داد؛ اما چندی است با ورود به واقعیت‌های غیرقابل انکار، همچون تأثیر متقابل عوامل و اجزاء غذایی نیز بر هضم و جذب و اثربخشی آنها به اصلاح نگرش و باورداشت ماده غذایی (nutraceutic) بجای اجزاء جدا از یکدیگر منجر شده است تقریباً شبیه همان چیزی که در طب سنتی ما با نگاه کل‌نگرانه به هویت فیزیولوژیک انسان، یعنی مزاج شخصی و مفردات غذایی بجای نگاه‌های انتزاعی و جزئی‌نگری، قرن‌ها است مورد توجه می‌باشد.

یک نکته بسیار مهم دیگر در طب سنتی که جایگاه استثنائی تغذیه را توجیه می‌کند و در دانش روز متأسفانه فعلاً از آن غفلت می‌شود و تردیدی نیست که در آینده‌ای نزدیک به ناچار به آن روی آورده خواهد شد، باور داشت وجود

یک نظام هوشمند درونی و ودیعه الهی یعنی قوه مدبره یا طبیعت است که عهده‌دار سامان بخشی و تثبیت نسبی وضعیت بدن می‌باشد؛ در این صورت به هنگام رویارویی با هر نابسامانی به جای تعجیل در سرکوب واکنش اعتراضی بدن مثلاً قی و اسهال، به کنترل منطقی این واکنش‌ها و کمک به قوه مدبره و فراهم کردن زمینه اصلاح کژی‌ها و کاستی‌ها توسط همان نظام هوشمند درونی پرداخته خواهد شد. اینکه بقراط گفته است پزشک خادم طبیعت است ناظر بر چنین باورداشتی است، حال در این میان بیشترین و مؤثرترین نقش را برای مدینه می‌توان یافت که بدن را با تنظیم حالت تغییر یافته در مسیر تعادل (مفهوم سلامت با همین کلمه تعادل در آموزه‌های حکماء تعریف شده است) بر می‌گرداند.

این حالت تعادل، در یک طیف نه در یک نقطه یا مقطع و طبعاً برحسب عادات و ریژیم‌های هر فرد در یک محدوده تعریف می‌شود، سهمی که عادات انسان که بر حسب طبیعت ثانوی و مستقر است، در این محدوده دارد موضوع مهمی است که حتماً باید مورد توجه قرار گیرد.

نقش‌های جدیدی که برای ترکیبات مختلف موجود در مواد خوردنی شناخته شده حتی مواد طبیعی به همراه زیان بخش موجود در آنها (فیتوکیماها)، به رویکرد جدیدی که بر شباهت به آموزه‌های طب سنتی در مورد انواع خوردنی‌ها و سرنوشت آن‌ها در بدن استوار است، که بحث در این باره مجال گسترده‌تر از یک مقدمه می‌باشد.

بعد از مطالعات ماسارو ایموتو (Masaru Emoto) در روی تغییر شکل بلورهای یخ به تناسب نوع کلماتی که در برابر آن ادا می‌شود بین فکر بیشتر قوت گرفته که طرح مسأله‌ای به عنوان روح غذا و شعور ملکول و متشکله آن را باید جدی گرفت و این همان چیزی است که در آموزه‌های طب سنتی در باب آثار لقمه پاک و حلال و خلاف آن گفتنی‌های بسیار و ژرفی وجود دارد.

به هر حال اشتباه در شیوه تغذیه همانند اشتباه در کاربرد دارو و روش‌های درمانی بابی را در طب سنتی ما تحت عنوان «تدارک الخطا» گشوده است که برخی از برگزیدگان عرصه پزشکی سنتی در این زمینه آثاری ماندگار آفریده‌اند. کتاب حاضر که در حد خود شاهکاری از محمد بن زکریای رازی نابغه بی‌بدیل طب تجربی و بالینی است به گونه‌ای همین صبغه را دارد؛ البته به لحاظ مایه فراوان این کتاب که به تفصیل، فواید و مضار خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها در آن

مورد بحث قرار گرفته آن را باید فراتر از یک اثر در تدارک الخطا، بلکه به صورت دانشنامه‌ای در علم تغذیه و مواد غذایی شناخت.

رازی این رهنمود را به اخلاف خود در عالم پزشکی ارائه کرده است که تا می‌توانی غذاها درمان کنی با داروها درمان مکن، همچنانکه او چنین شیوه‌ای را همراهی و همجوئی پزشک با نیکبختی تفسیر کرده است.

لذا در این زمینه دیگر توجه به تمایل بیمار نسبت به غذای خاصی را که ظاهراً برای او زیان‌بخش است موضوعی مثبت ارزیابی کرده و به پزشک توصیه می‌کند که بجای دستور مصرف، تلاش کند ترکیب آن غذا را تا حد ممکن به تناسب حال بیمار اصلاح نماید.

به هر حال شخصیت ممتازی همچون رازی که چندین اثر در موضوعات مرتبط با تغذیه دارد به بی‌تردید یکی از کتاب‌های متنوع الهی تأکید دارد و محتوای کتاب حاضر مؤید این مدعا است؛ البته تنوع در تغذیه به معنای مصرف توأم مواد مختلف در هر وعده نیست. همچنانکه دانشمندی همچون نجیب‌الدین سمرقندی با اشاره به قول معروف «الغلیظ فی زمن الصحة کالمداوة فی زمن المرض» کلمه تخلیط را تداخل و آشفته‌خواری نمی‌داند، بلکه مشخصاً به تنوع غذایی در دفعات مختلف صرف غذا تأکید دارد.

اما کتاب «منافع الأغذية و دفع مضارها» که ترجمه صحیح و تنقیح شده آن به همت استاد دانشمند سرکار خانم دکتر فرزانه غفاری اینک در پیش‌رو است و چگونگی بازنگری، تزییل و تصحیح آن در مقدمه ایشان آمده است، با همکاری است که ما آن را پیش از این فراتر از حد یک کتاب، بلکه از سطح یک دانشنامه در دانش تغذیه و مواد غذایی دانسته‌ایم که با گذشت بیش از یک دهه از سال هنوز تازگی و طراوت و ژرفنگری آن، آدمی را به شگفتی وامی‌دارد. ویزه آن که تصحیح و تنقیح برگردان آن به زبان فارسی با دقتی مثال‌زدنی که از دیگر تألیفات استاد محترم سرکار خانم دکتر غفاری نیز سراغ داریم بر جذابیت و اعتبار آن دوچندان افزوده است. در پایان از درگاه قدس ربوبی مزید توفیقات ایشان را در خدمت به میهن اسلامی و میراث عظیم طب سنتی مسألت می‌نمایم.

دکتر محمد مهدی اصفهانی

اسفند ماه ۱۳۹۰

مقدمه مصحح

در مکتب طبّی با نظریه و دیدگاه خاصی به موضوع خود یعنی تندرستی و بیماری‌های انسان می‌نگرد. برای شناخت صحیح هر مکتب لازم است با اصول و مبانی فکر آن مکتب و نیز با اصطلاحات و لغات فنی آن طبق تعریف دانشمندان همان مکتب آشنا شد.

پایه و اساس در مکتب طب سنتی ایران، حفظ سلامتی و تندرستی آدمیان و ارتقاء آن در سطح جامعه می‌باشد و درمان بیماری وظیفهٔ دوم طبیبان است. سالم بودن همانند بیمار شدن نیاز به علل و عواملی دارد که باید مورد توجه قرار بگیرند. این دسته از علل تحت عنوان «سته ضروریه» یا شش اصل ضروری سلامتی در آموزه‌های طب سنتی ایران مورد بحث قرار گرفته است. اگر این اصول به درستی در جامعه قرار گیرند، موجب حفظ سلامتی می‌شوند و گرنه زمینه بروز بیماری‌ها را فراهم می‌شود.

«سته ضروریه» عبارتند از: هوا، حرکت و سکون، خواب و بیداری، خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها، استفراغ و احتقان و حالات روحی و روانی. قابل توجه است که یکی از اصول ششگانه حفظ سلامتی رعایت بهداشت تغذیه در امر خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها می‌باشد. از دیدگاه طب سنتی ایران، انسان باید با یکدیگر تفاوت مزاجی و ساختاری دارند؛ بنابراین لازم است پزشک سکینه به حساس تشخیص مزاج و توجه کامل به ویژگی‌های ساختاری هر فرد، براساس وی تدبیر غذایی مناسب تجویز نماید. غذاها علاوه بر اینکه ماده مصرفی سوخت‌وساز بدن هستند، با توجه به کیفیت مزاجی خود، بر اعضای مختلف بدن اثرات مثبت و منفی بر جای می‌گذارند و جسم و روان شخص را تحت تأثیر قرار می‌دهند؛ از این رو رعایت بهداشت تغذیه و داشتن تغذیه سالم گامی مهم در این امر تلقی می‌شود.^۱

۱. برگرفته از کتاب «ضروری
بر کلیات طب سنتی ایران»
صص ۶۵-۷۱

اغلب پزشکان و تکمیل طب سنتی ایران، در طول تاریخ پزشکی، همچون دانشمندان دیگر ملی و بین‌المللی کهن، تألیفاتی درباره‌ی تغذیه بخصوص تغذیه سالم و بهداشت آن داشته‌اند که تعداد قابل توجهی از آن‌ها در دوران شکوفایی تمدن اسلامی به زبان عربی نگارش یافته‌اند. یکی از این آثار ارزشمند، کتاب «منافع الأغذية و دفع مضارها» تألیف ابوبکر محمد بن زکریای رازی می‌باشد که در سال ۳۲۰ هجری نگارش یافته است. محمد بن زکریای رازی، اولین و مهم‌ترین تدبیر درمانی بیماران را اصلاح یا تجویز رژیم غذایی سالم می‌دانسته است. از دیدگاه بررسی آموزش تغذیه صحیح، ابزاری مهم برای حفظ سلامتی است که پزشک می‌تواند به بیماران خود را با آن تجهیز نماید. ناگفته نماند این روش به راحتی قابل بررسی و اجرا و قابل درک برای عموم مردم است. به دلیل ضرورت توسعه‌ی فرهنگ سالم‌زیستی از طریق تغذیه سالم در جامعه‌ی کنونی، بر آن شدیم که این کتاب ارزشمند رازی را که یکی از شاهکارهای استثنایی و ممتاز وی می‌باشد و با گذشت بیش از یک هزار و اندی سال از تاریخ تألیف آن، همچنان قابل استفاده می‌باشد، به زبان فارسی ترجمه و در اختیار علاقه‌مندان قرار دهیم. همزمان با ترجمه‌ی آن، پی بردیم که ترجمه‌های از این کتاب توسط استاد ارجمند، شادروان دکتر سید عبدالعلی علوی نائینی در سال ۱۳۴۳ ش. یعنی حدود نیم قرن پیش، انجام و چاپ گردیده و با گذشت سالیان متمادی، نسخه‌های آن رو به اتمام نهاده و جز تعداد بسیار محدودی از آن که در برخی کتابخانه‌های عمومی و یا شخصی یافت می‌شود، چیزی از آن در اختیار عموم دانش‌پژوهان و محققان و دانشجویان طب سنتی نمی‌باشد. پس از مطالعه و بررسی دقیق ترجمه‌ی

دکتر علوی نائینی به این نتیجه رسیدیم که هر چند کتاب مزبور از ترجمه‌های دقیق و شیوا برخوردار و حاوی مقدمه‌ای تحقیقی و تفصیلی می‌باشد و ما را از ترجمه‌ی دوباره بی‌نیاز می‌سازد، ولی می‌توان در چاپ جدید با مراجعه به نسخه‌های خطی موجود از کتاب و نسخه سربی آن و مقایسه متن ترجمه شده با آنها به موارد اختلافی و یا خطاهای احتمالی و تکمیل نهایی کتاب پرداخت؛ لذا تحقیق و مطالعه بر روی کتاب و ترجمه‌ی آن و نیز مقایسه آن با نسخه‌های خطی و سربی موجود آغاز شد. مراحل تحقیق این‌گونه بود: ۱. تایپ اولیه کتاب و مقابله آن ۲. جستجو برای نسخه‌های عربی کتاب که یک نسخه خطی در کتابخانه مجلس و نسخه خطی دیگر در کتابخانه مرکزی دانشگاه تهران و یک نسخه سربی چاپ شده توسط مؤسسه مطالعات تاریخ پزشکی، طب اسلامی و مکمل - دانشگاه علوم پزشکی ایران که برگرفته از نسخه سربی مجلس می‌باشد، شناسایی و مورد استفاده قرار گرفتند. و ۳. ویرایش علمی و ادبی کتاب و تصحیح خطاهای ترجمه‌ی قبلی که مواردی در مورد «سیر»، «شیره»، «بار آورد»، «دبوک» و مانند آن، بجای «سیر»، «شیر» «باد آورد»، «دیوک» و... درج شده بودند و نیز تصحیح برخی خطاهای مفهومی و نگارشی در متن و «شهریاران» که به علت ناخوانا بودن و یا نیامدن نقطه‌ها در نسخه اساسی، مترجم محترم بصورت «گوارش حوری» و «شهریاراتی» آورده بودند. ۴. مقایسه متن با نسخه سربی عربی و درج موارد اختلافی، توضیحی و تفسیری در پانوشته‌ها با نشانه اختصاری «ن. الف» [شناسه نسخه خطی مجلس شورای اسلامی: شماره ۱۰۱۲۴] ۵. مقابله متن با نسخه خطی موجود در مجلس و ذکر موارد اختلافی مهم در پانوشته‌ها با نشانی اختصاری «ن. ب» [شناسه نسخه خطی مجلس: فهرست کتابخانه مجلس شورای ملی، تألیف عبدالرحمن خنری، جلد دهم از انتشارات کتابخانه (بخش چهارم)، تهران، ۱۳۵۲، ص ۱۰۶-۱۰۷] ۶. مجموعه ۳۸۲۱. دفتری است به قلم نستعلیق مورخ ۱۰۰۵-۱۰۰۶ و ۱۰۰۷-۱۰۰۸ نوشته کاتب در ذیل شماره ۱۵ در قمصر کاشان نوشته شده. فهرست و مراجعات دفتر بر یکی از برگ‌های اضافی اول مجموعه دو بار با دو قلم نوشته شده است. بر پشت برگ اول (بستان الأطباء) تملک نورالدین محمد دیده می‌شود. قطع خشتی. ۱۲×۱۹ ج تیماج مشکی یک لا و مندرس، صفحات ۵۲۶، سطور ۱۹، کاغذ آهار مهره شکری ضخیم، شماره ثبت قدیم ۳۶۰۸۵] ۷. مقابله متن با نسخه خطی موجود در کتابخانه مرکزی دانشگاه تهران و ذکر موارد اختلافی مهم در پانوشته‌ها با نشانه اختصاری «ن. ج» [شناسه نسخه خطی دانشگاه تهران: کتابخانه مرکزی، فهرست نسخه‌های خطی پزشکی، ص ۵۹۵، شماره ۱۹۸۷؛

نستعلیق محمد حسین بن محمدباقر طبیب که نامش در پایان الطب الکلی ش ۹ مورخ روز دوشنبه ۱۰۷۵/۱۶ و پایان القربادین ش ۱۱ مورخ ۱۰۷۵/۱ دیده می‌شود... مجموعه رسائل است از ۱۳ رساله که «منافع الأغذیه و دفع مضارها» اولین رساله آن می‌باشد به اندازه ۱۲/۵×۲۲؛ در اینجا یادآور می‌شود که تمام یا اغلب موارد مذکور در نسخه سربی «ن. الف» که در پانویشت آمده در نسخه‌های خطی «ن. ب» و «ن. ج» نیز ذکر شده است؛ از این رو جهت پیشگیری از آشفتگی و طولانی شدن پانویشت‌ها فقط به ذکر مطالب نسخه «ن. الف» بسنده شده، جز در موارد اختلافی که هر نسخه به تفکیک آمده است. میزان استفاده از موارد اختلافی در نسخه‌های خطی و ذکر آنها در نسخه سربی که اختلاف قابل توجهی در مفهوم بوده باشد و مقایسه جزء به جزء کلمات، عبارات و ذکر آنها در پانویشت متن عربی کتاب که امید است با عنایت الی در آینده نزدیک اقدام به چاپ آن شود واگذار شده است.

۷. یکسان‌سازی پانویشت‌ها، قبلی و تکمیل و توضیح برخی مفردات و مصطلحات طبی که همان توضیح داشته است. ۸. افزودن پیوست نمایه‌های فارسی و لاتین در خصوص اعلام و بیان، کتاب‌ها، امکان و جای‌ها، مفردات دارویی، گیاهی و غذایی، بیمه‌ها و... و... پایان کتاب.

چند نکته:

۱- از آنجا که در ترجمه کتاب، به نسخه‌ی به‌کار رفته جهت ترجمه اشاره‌ای نشده و مشخصات نسخه یا نسخه‌های مورد تحقیق در کتاب ذکر نگردیده است؛ از این رو توفیقی برای پی بردن به نسخه اصلی و ترجمه محترم حاصل نشد، هر چند قرائن و شواهد موجود در ترجمه نشان می‌دهد که مترجم محترم ظاهراً از همان نسخه سربی و در مواردی هم احتمالاً از نسخه خطی موجود در مجلس استفاده نموده است؛ از این رو مبنای این تحقیق نیز نسخه‌ی سربی چاپ شده توسط مؤسسه‌ی مطالعات تاریخ پزشکی و طب اسلامی و مکمل در سال ۱۳۸۲ ش. که برگرفته از نسخه سربی موجود در کتابخانه مجلس شورای اسلامی ش: ۱۰۱۲۴ می‌باشد، قرار گرفت؛ البته کتابت خطی این نسخه در سال ۷۳۸ هجری قمری انجام و چاپ سربی آن در سال ۱۳۰۵ هجری قمری در مصر صورت پذیرفته است و چون نسبت به دو نسخه خطی دیگر از دقت و صحت بسیار بالایی برخوردار می‌باشد، پس دلیلی مضاعف برای انتخاب این نسخه به عنوان نسخه اساس شد و موارد مربوط به آن با علامت اختصاری «ن. الف» در پانویشت آمده است؛ چنانکه نسخه خطی مجلس نیز به عنوان نسخه بدل اول با علامت اختصاری «ن. ب» و نسخه

خطی دانشگاه تهران که اغلاط کمتری دارد و جز مواردی بسیار معدود و اندک مانند نسخه سربی می باشد نیز به عنوان نسخه بدل دوم با علامت اختصاری «ن. ج» درج شده اند.

- قابل ذکر است علی رغم تصحیح و یا ترمیم برخی کلمات و یا عبارات، سعی بر حفظ کامل ساختار ترجمه ی قبلی شده تا علاوه بر رعایت اصل امانت داری، سبک نگارش آن نیز که بازتابی از شیوه ی نگارش کتاب های علمی، به خصوص در حوزه طب سنتی در چند دهه ی گذشته بوده حفظ شود. مواردی از جمله: آوردن حرف «و» (واو) بطور متوالی در بین واژه ها بدون استفاده از ویرگول، آوردن کلمات و مفردات طبی قدیم با تلفظ عربی مثل «قارجیل» به جای نارگیل و کلماتی نظیر ثلث، ربع، دو ثلث، أَمْعَا و... و با بکا گیری شیوه ی ترجمه ی آزاد و افزودن جملات و عبارات توضیحی و تفسیری خارج از متن اصلی، جهت روشن تر شدن مطلب و یا مفهوم مبهم و نیز تزیین برخی معلومات و اطلاعات پزشکی نوین به متن در برخی مفاهیم قدیمی موردی از این قبیل.

ضمیمه آن به توضیحاتی در پانویست، درباره برخی مفردات، بیماری ها، غذاها و مواردی از این قبیل توسط مترجم آمده که معادل علمی برخی از آنها نیز به زبان لاتین با انگلیسی ارائه شده است؛ البته بنا به ضرورت توضیح برخی واژه ها و اصطلاحات به هم انگیزه را به هنگام بازنگری اضافه شده است.

- از شیوه های دیگر متن بر رنگ نمودن برخی کلمات و مفردات مهم در سراسر کتاب جهت توجه دادن بیشتر خواننده به آنها بوده است؛ هر چند در انجام این روش از شیوه ی ثابت و منظم پیروی نشده است؛ در ترجمه و چاپ جدید نیز کلیه موارد به همین صورت آمده است.

- از نکات قابل توجه دیگر این است که علی رغم حرمت مصرف شراب در دین مبین اسلام، متأسفانه در برخی کتب دانشمندان ایرانی مسلمان، بعضاً به این ماده و نحوه ی مصرف آن و یا چگونگی درمان عوارض ناشی از آن و مواردی از این گونه اشاره شده است. رازی (ره) نیز در این کتاب با دیدگاه ارشادی و توجه دادن به درمان عوارض بر جای مانده از آن فصلی به شراب اختصاص داده است. ناگفته نماند که وی در مقدمه همین کتاب به مایه های آورده که نمایانگر وضعیت تغذیه آن روزگار و مواد و خوردنی های مورد مصرف در جامعه ی آن روز می باشد. جمله ی رازی چنین است: «کنون وقت آن رسیده که به اصل مطلب بپردازم؛ از آنجایی که خوراک اصلی مردم، نان و آب و شراب و گوشت است و قوت غالب ایشان از این مواد تشکیل یافته، بهتر می دانم گفتار خود را از این خوراکی ها آغاز نمایم».

رازی (ره) به عنوان طبیب و درمانگری حکیم که همواره دغدغه‌ی سلامتی مردم و جامعه را داشته، بر آن بوده که برای مردم و جامعه‌ی آن روز راهنمایی‌های لازم را فراخور تغذیه رایج آن روز ارائه نماید، تا مردم آگاهی و شناخت لازم را برای مقابله بیا مشکلات ناشی از سوء تغذیه و رفتارها و عادت‌های غلط در امر رژیم‌های غذایی داشته باشند. وی در این کتاب بارها هدف خود را از تألیف این کتاب بیان نموده است؛ چنانکه در ص ۸۲ این گونه آورده است: «در این کتاب هدف ما شناساندن موادی است که مصرف آن سودمند و زیان‌بخش است و به ذکر علل و جهات آن‌ها نظر نداریم».

باید افزود که ترجمه محترم نیز در رابطه با ذکر عنوان این فصل (فصل مربوط به شرب) کراهت داشته است؛ با توجه به اینکه شیوه‌ی نگارش این کتاب طوری است که ای بر مبحث، سرفصل مستقلی با نام همان مبحث ذکر شده، ایشان در ذکر سرفصلی با این نام خودداری نموده و در ادامه سرفصل قبلی که مربوط به آشامیدنی است، سرفصل جدید را هم با نام «آب آشامیدنی» می‌آورد.

در رابطه با ضرورت حذف یا ذکر این فصل به نسبت طولانی، در چاپ جدید از محضر برخی اساتید و اساتید محترم و اساتید محترم در این حوزه از جمله استاد معزز و دانشمند فرزانه، جناب آقای دکتر محمد مهدی اصفهانی که متخلق به اخلاق اسلامی در عرصه‌ی علم و عمل بوده و همواره در حل چنین مشکلاتی، متعهدانه پاسخگویی پژوهشگر می‌باشند کسب تکلیف نموده و استعانت جستیم. ایشان نیز طبق سنت دیرینه خود اقدام به بررسی و مطالعه‌ی دقیق این فصل نموده و با صرف وقت و جراحات بسیار و با درایت کامل به حذف برخی مطالب غیرضروری پرداخته و این فصل را بنا به صلاحدید، تلخیص مختصری نمودند. ضمن آنکه با قلم شیوا و عالیه خود دست‌نوشته‌ای ارزشمند در همین رابطه مرقوم فرمودند که بنا به پیشنهاد ایشان به صورت پانویس در ذیل فصل مربوط به شراب درج گردیده است. خاطرنشان می‌سازد که تصویر دست خط ایشان در شمار پیوست‌های آخر کتاب آمده است.

- از نکات مهم دیگر که ذکر آن در این مقدمه مغتنم می‌باشد، اشاره به بحث نوآوری‌های دانشمندان ایران در عرصه‌های مختلف علمی از جمله در زمینه‌ی طب سنتی است. نیاکان پزشکی ما در بسیاری از مسائل علمی و طبی، خلاقیت و ابتکار عمل داشته‌اند. آن‌ها در اثر مطالعات و تحقیقات پی در پی و تلاش‌های شبانه‌روزی خود به ارائه‌ی دیدگاه‌های دقیق علمی در آثار خود پرداخته‌اند که حاکی از تفکر مستقل ایشان در امر پزشکی بوده است.

رازی (ره) نیز علاوه بر تألیف کتب و رسالات متعدد به نقد و بررسی برخی دیدگاه‌های دانشمندان پیش از خود اقدام نموده است؛ چنانکه در مقدمه خود در همین کتاب نیز جملاتی در نقد جالینوس و ابن ماسویه می‌آورد. وی چنین می‌گوید: «میل دارم کتاب من رساتر و مشروح‌تر از کتابی باشد که جالینوس فاضل در این باب نگاشته است، چه او در این کتاب مرتکب سهو و اشتباه شده و در بیشتر مسائل آن، تحقیق و دقت به قدر کافی ننموده است؛ همچنان که ابن ماسویه نیز از عهدی آن برنیامده و زیان کتابی که وی در این موضوع تألیف نموده است، بیش از سود آن می‌باشد و...».

همچنین رازی (ره) در این کتاب در بخش مربوط به «فی علاج التخم و دنع مضارها» جمله‌ی بسیار زیبایی آورده که حاکی از نوآوری و ابتکار عمل این دانشمند بزرگ ایرانی می‌باشد: «و لا سیما الذی أحدثت أنا ترکیبه فإنه أقل أذى و أقوى فعلاً من القديم»^۱. وی همچنین در بخش مربوط به «فیما یجب أن لا یجمع بینها من الأطعمة» چنین آورده است: «استنبطت بالتجربة»^۲ که بیانگر نیاید و اهمیت رازی به امر تحقیق و آزمایش می‌باشد.

نکته قابل ذکر دیگر اینکه، این کتاب تخصصی بوده و مخاطبین آن اغلب شامل پزشکان، داروسازان و دیگر دست‌اندرکاران حوزه‌ی تغذیه و سلامت در عرصه‌ی طب سنتی می‌باشد؛ که آن برای دستیاران و پژوهشگران طب و داروسازی سنتی که با مفاهیم و اصطلاحات دارویی و غذایی آشنایی دارند کاربرد بیشتری دارد. وی می‌تواند در مواردی خاص برای مخاطبین عام نیز مورد استفاده قرار گیرد؛ چنانکه رازی به این نکته نیز در ص ۸۵ اشاره نموده است: «در مقدمه کتاب یادآور شدیم که نظر ما در اینجا فقط بیان معالجات نافع و سودمند است و اگر ما به ذکر علل و اسباب سرگرم شویم کتاب، بسیار مفصل و طولانی شده و باعث سودبخش در دریای مسائل دیگر غرق و در لابه‌لای ذکر اسباب و علل گم خواهد شد؛ همچنین برای کسانی که مهارت زیاد در کار طبابت ندارند، نیازی به آگاهی مردم هم سودی دربر نخواهد داشت، چه تمام این دستورات را در یک جا نمی‌یافتند؛ بلکه این مسائل در خلال مطالبه دیگر به طور پراکنده می‌شود و عامه، قدرت فهم آن مطالب را نداشتند؛ بنابراین روش ما در اینجا برای عموم سودمندتر به نظر رسید». در هر حال این کتاب برای مخاطبین آن دوره نگاشته شده و به طور حتم شرایط متفاوتی با این دوره داشته است که در مواردی قابل تطبیق با سنت‌ها و روش‌های کنونی نمی‌باشد. بررسی و مطالعه این نوع آثار علمی ارزشمند که انعکاسی از طب سنتی ایران و اسلام است می‌تواند دریچه‌ای روشن و پرنور به روی پژوهشگران این حوزه بگشاید.

۱. رک: ن. الف، ص ۵۷

۲. ترجمه: «بخصوص جوارشی (گوارشی) که من خود ترکیب آن را ساخته‌ام؛ پس همگام داروی آن کمتر، ولی عملکرد آن نسبت به قبلی قوی‌تر است».

۳. رک: ن. الف، ص ۵۹

۴. ترجمه: «از طریق تجربه و آزمایش متوجه شدم».



اینک که سخن به پایان رسیده بر خود لازم می‌دانم که برای شادی روح دانشمند بزرگ و نابغه‌ی کم‌نظیر ابوبکر محمد بن زکریای رازی که همواره عصر گرانقدر خود را وقف توسعه‌ی علم و دانش و آگاهی بخشیدن به مردم نمود و نیز برای شادی روح شادروان جناب آقای دکتر سید عبدالعلی علوی نائینی که ترجمه این کتاب ارزشمند را عهده‌دار بودند، درود و تحیت فرستاده و از درگاه خداوند متعال برای ایشان و جناب آقای مرتضی نوربانی ناشر محترم کتاب در سال ۱۳۴۷ ش. طلب مغفرت و خشنودی ابدی نمایم. از استاد گرامی و محقق تلاشگر سرکار خانم مریم پورثانی که از علاقه‌مندان توسعه فرهنگ اصیل ایرانی و اسلامی در زمینه طب سنتی می‌باشند و نسخه‌ی ترجمه‌ی این کتاب را در اختیار اینجانب قرار دادند تشکر و تقدیر به عمل می‌آید.

در پایان بر خود لازم می‌دانم که بار دیگر سپاسگزار زحمات دلسوزانه و ارشادات حکیمانانه استادان و جناب آقای دکتر محمد مهدی اصفهانی باشم که با مقدمه‌ی این کتاب خوش زیور علمی و معنوی به این کتاب بخشیدند.

همچنین از زحمات خالصانه استادان و جناب آقای دکتر محسن ناصری تقدیر و تشکر می‌نمایم که همواره در توسعه طب سنتی ایران را داشته و از حامیان و عاملان دلسوز احیای طب سنتی و ناسخ و طبعی تمدن کهن ایران و اسلام در حوزه‌ی طب سنتی می‌باشند.

بارالها، اینک که این کتاب به چاپی دوباره آراسته گشت، از درگاه بیکرانت مسئلت دارم که توفیق ادامه‌ی راه را بر محققان و علاقه‌مندان این حوزه در جهت خدمت به بندگان که بی‌تردید خشتودی تو را به دیالوگ، ارزانی داری..

دکتر فرزانه غفاری

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی

شهید بهشتی - دانشکده طب سنتی

تهران - ۱۳۹۱ ش.

مقدمه مترجم

پیدایش علم پزشکی با پیدایش انسان در روی زمین مقارن بوده است، اولین بار پزشکان در جستجوی وسایلی بوده‌اند که برای بیماران چاره‌جویی نمایند و درد و بیماریشان را آرامش بخشند.

می‌توان حدس زد که دانش پزشکی هزاران قرن پیش در وسط جنگل‌ها و همایون‌ها که ادیان در معرض گرسنگی و ترس و اضطراب بودند پیدایش یافته و در آن عصر بعد شعور و غریزه طبیعی انسان کاشف خواص درمانی بعضی گیاه‌ها بودند.

در حقیقت اصول تدبیر همیون همین کشفیات و همان تجارب اولیه بوده و میلیون‌ها افراد با صوت و بصر یافتن و پیدا کردن آن شریکه بوده‌اند. این کشفیات غالباً بر حسب عادت و بی‌آنکه بر اصول منطقی و علمی مبتنی باشد فراهم آمده و این مرحله از پزشکی و دانشناسی کم و بیش رو به توسعه می‌رفته است تا آنکه به تدریج پزشکان مصر، یونانی، عبرانی و فنیقی‌ها و سایر ملل قدیم مخصوصاً یونانی‌ها به طور نمایی آن را تقویت داده و به صورت دانش توسعه یافته‌ای درآوردند و کتب زیادی در آن تألیف و تصنیف نمودند که قسمتی از آن‌ها با گذشت زمان از بین رفته است. از کتاب مزبور آنچه به دست اطباء اسلامی افتاده همه را ترجمه و مطالب آن را اقتباس نمودند. کشفیات و تجارب خود را نیز بر آن افزوده‌اند و کتاب‌هایی سودمند و پرورش‌تألیف کرده‌اند که در

قرون متوالی در بیشتر ممالک جهان مورد استفاده قرار گرفته است. سیر فن پزشکی در ایران: در دوره هخامنشی فن پزشکی در ایران علاوه بر زمینه‌ای که خود ایرانیان بر اثر تشویق امرا و پادشاهان وقت به احتیاج مبرم مردم به این دانش به وجود آورده بودند، به واسطه ارتباطی که با یونانیان داشته و از اطلاعات دانشمندان طب یونان نیز استفاده می‌نمودند پیشرفت قابل توجهی داشته و در حقیقت دوران هخامنشی یکی از دوره‌های درخشانده طب در ایران بوده است. درحدود هزار و پانصد سال پیش با در نظر گرفتن امکانات و

مقتضیات زمان، دانش پزشکی مقامی بس ارجمند داشته است؛ گویند از دوره هخامنشی نوشته‌های پزشکی در اوستا موجود است که می‌توان آن را کتاب طبی آن عهد شنید.

اطلاعات و تجربیات جمعی از پادشاهان و پادشاهان هخامنشی به مردم دوره ساسانی انتقال یافت، در این دوره عده‌ای از اعضای طب شرقی در اثر جنگ‌های داخلی که در کشورشان روی داده بود به ایران آمدند و ضرورت به ایران پناهنده شدند و مورد حمایت پادشاهان بزرگ ساسانی قرار گرفتند و در نتیجه دانشکده پزشکی و بیمارستان گندی شاپور را با همکاران پزشکان ایران بنیاد نهادند و کانون فروزانی برای آموزش و تجربه در علوم و فنون پزشکی برپا نمودند.

معروف چنین است که خسرو انوشیروان پزشکان را به تشکیل مجمع پزشکی ترغیب نمود و ایشان نیز انجمنی برپا ساختند که جمعی از پزشکان در آنجا به بحث و تحقیق در مسائل پزشکی پرداخته و در اندک زمانی پیشرفت‌های پر قیمتی نایل آمدند و همواره چند نفر از اطباء بزرگ ایران در آن در این محفل علمی حضور می‌یافتند.

در دوره اسلامی بیشتر بزرگان طب، ایرانی بوده‌اند، گو اینکه تألیف کتاب‌ها به اقتضای زمان به زبان عربی بوده است. پزشکان ایرانی - اسلامی شاگردان بزرگ بقرات و جالینوس بودند که با کمال دقت فنون پزشکی را از آنها فرا گرفته و از خود نیز شایستگی نشان دادند، زیرا علاوه بر آنچه که از یونانی‌ها آموخته بودند خود نیز صاحب نظر بودند و چه بسا ایرادات صحیح و بجای بر استادان خود می‌گرفتند، لکن هیچگاه جانب ادب و ارادت را نسبت به آنان رها نمی‌کردند.

این پزشکان ایرانی، خود نیز کتب و رسائلی تألیف نموده‌اند که از بزرگ‌ترین تألیفات محققین اسلامی در علم طب محسوب و به جرأت می‌توان گفت مایه افتخار جهان پزشکی است و یکی از بزرگ‌ترین ستاره‌های درخشان آسمان طب ایرانی - اسلامی همانا ابوبکر محمد بن زکریای رازی است.

ابوبکر محمد بن زکریای رازی: از بزرگ‌ترین و نامی‌ترین پزشکان جهان و سرآمد طبای ایرانی و اسلامی است، گرچه تمام کتب و تألیفات «رازی» به زبان عربی است، ولی چنان‌که از اسمش پیداست این دانشمند ایرانی از مردم شهر ری بوده است. اروپاییان او را Razes می‌خوانند، عربی بودن تألیفات رازی موجب توهم و اشتباه بعضی از آنان گردیده و او را طبیب عرب خوانده‌اند، در صورتی که جمعی دیگر از محققان فرنگ به حقیقت راه یافته و ایرانی بودن او را در کتب خود تصریح نموده‌اند، چنان‌که کاستیگلیونی (A. Castiglioni) استاد تاریخ طب در دانشگاه پادوا (Padoue) ی ایتالیا چنین نوشته است: «دوره اوج طب عرب هنگامی است که نامورترین نویسندگان به زبان عرب و کسی که تصنیفات و کتب او را چندین قرن متوالی همه اطباء جهان آموخته و فرمانروای مطلق و مرجع بی‌معارض و مفتی بی‌منکر شناخته‌اند: ابوبکر محمد بن زکریا معروف به رازی در جهان می‌زیسته است، او مانند همه اطباء نامی و بزرگ که در فهرست تمدن عرب می‌شمارند پزشکی پارسی و ایرانی است و او را همان‌طور که شایسته بود شاهان و پزشکان آن عصر می‌دانستند».

هیچ‌یک از پزشکانی که کتاب‌های خود را به زبان عربی نوشته‌اند همپایه او نبوده و نمی‌توانستند باشند و اگر چندین تن دیگر از پزشکان بزرگ و عالی‌مقام در جهان بوده‌اند که زبان عربی کتاب‌های مهمی تألیف نموده و دارای قدر و منزلتی بوده‌اند نمی‌توان آن‌ها را با رازی در یک ردیف قرار داد، زیرا:

۱. رازی علاوه بر علم طب شامل بر عقاید و تجربیات و نظرات علمای قبل و معاصر خود اعم از یونانی، مصری، کلدانی، هندی و ایرانی و دیگران به شخصه دارای تحقیقات و تجربیات و کشفیات و ابتکارات مخصوص به خود در علوم مختلف، خاصه در پزشکی و شیمی است؛ چنان‌که در نوشته‌ها و تألیفات خود هیچگاه صرفاً دست به دامن نقل قول دیگران و اقتباس و التقاط نزده است.

۲. رازی با نوشتن کتاب‌ها و رسالات پرارزش خود راه را برای کار تصنیف و تألیف دیگران در علوم پزشکی صاف و هموار نموده است. به عقیده بسیاری از نویسندگان و محققین اروپایی اگر کتب و رسائل رازی وجود نداشت علی بن عباس مجوسی اهوازی و ابوعلی سینا شاید نمی‌توانستند کتاب‌های «کامل‌الصناعة» ملکی و «قانون» و امثال آن را به وجود بیاورند و این‌که شاید این دو کتاب از لحاظ نظم و ترتیب و تنسيق و تقسیم و طبقه‌بندی ابواب و فصول بر کتاب‌های «رازی» رجحان داشته باشند.

تاریخ ولادت «رازی» به خوبی معلوم نیست و مورخین بر سر آن اختلاف نظر زیادی دارند. قدر مسلم آنست که مولد وی شهر ری و متولدش بین سال‌های ۸۵۰ تا ۸۶۰ میلادی بوده است.

رازی، تحصیل طب را پس از سن سی سالگی آغاز و دوره جوانی را صرف تحصیل موسیقی، ادب، لغت، فصاحت، بلاغت، نجوم، ریاضی، علوم طبیعی و صرف و نحو نموده است. گویند محرک رازی برای تحصیل طب گذار اتفاقی و تصادفی او به یکی از بیمارستان‌های بغداد بوده است، از حسن اتفاق به یکی از استادان بزرگ و جوان طب آن روز به نام علی بن ربیع طبری مؤلف فردوس الحکمه که او نیز چنانکه از نامش معلوم است پزشکی ایرانی و در بغداد اقامت گزیده بود برخورد می‌نماید و جذب وی بیشتر «رازی» را به تحصیل این دانش تشویق می‌کند. «رازی» پس از تحصیل تکمیل طب در بغداد مأمور بیمارستان ری، زادگاه خود می‌شود؛ ولی پس از مدتی دله به بغداد برگشته ریاست بیمارستان عضدی را عهده‌دار می‌شود. لئون آفریکایی (Léon l'Africain) گفته است که رازی به مغرب و اسپانیا سفر کرده و در آنجا کتاب طب «المنصوری» را به نام شاهزاده‌ای اسپانیایی تألیف نموده است. این کتاب صریح نمی‌باشد چه، دلایل قوی و محکمی وجود دارد که «المنصوری» به نام شاهزاده‌ای ایرانی به نام منصور بن نوح و یا منصور بن اسحق بن احمد بن زید نوشته شده و طب الملوکی را نیز برای یکی از شاهزادگان طبرستان به راجعه تحریف آورده است.

رازی، سال‌های آخر عمر خود را در زادگاه خود (شهر ری) به سر برده و تمام وقت خود را به مطالعه و نوشتن کتاب‌های پزشکی عملی و تجربی و کشفیات تازه در علم طب و کارهای پرافتخار دیگر می‌گذراند. رازی استاد نامبرده در تمام این مدت با علماء و پزشکان هم عصر خود در تماس و ارتباط بود و آن‌ها را از نظرات و اکتشافات نتیجه تجربه‌های خود آگاه می‌ساخت و این خود یک امتیاز برجسته‌ای برای وی محسوب می‌شود که اسرار پزشکی را در انحصار خود قرار نمی‌داد و در نشر دانش و فرهنگ بخل و خودخواهی را جایز نمی‌دانست.

در موقع ظهور رازی، هنوز نشر علوم یونانی در بین اعراب تازگی داشت. در بین اشخاص متعدد و فراوانی که با حرارت تمام و کوشش زیاد سعی داشتند به ترویج علمی یونانیان پی برند و زحمات زیادی نیز در کار آموختن و ترجمه آن علوم از یونانی و سریانی و غیره متحمل شده بودند، یک نفر از همه بهتر خود را به جامعه علمی آن دوره شناساند؛ ولی این شخص هم بیشتر به نام یک فیلسوف معرفی شده بود تا یک پزشک و او «الکندی» بود. بنابراین دانش پزشکی را رازی برای اولین بار در جامعه اسلامی رونق داد و ثابت نمود برخلاف گفته بعضی‌ها طب یونان به دست مردم نالایق نیفتاده و تاریخ طب عرب یا بهتر بگوییم طب اسلامی از زمان و زبان «رازی» در جهان شیوع یافته است.

تجربیات رازی کمتر از منشآت وی نبود و هیچ موضوع علمی و طبی را تا خود

شخصاً به معرض امتحان قرار نمی‌داد به نوشتن آن مبادرت نمی‌نمود؛ با این حال چنانچه مورخان و محققان نوشته‌اند رازی ۳۲۶ جلد کتاب بزرگ و کوچک تألیف و تصنیف نموده است که بعضی از آن‌ها راجع به کلیات علوم دیگر مانند شیمی، ریاضی، نجوم، ادب و موسیقی و غیره بوده است.

درست است که بعضی از کتاب‌های رازی مختصر و فقط راجع به یک موضوع نوشته شده و به اصطلاح مونوگرافی (Monographie) است، ولی کتاب‌های مفصل و جامعی که در آن تمام یا قسمت زیادی مباحث و مسائل طبی را مورد بحث و فحص قرار داده است کم نیست. آنچه از این کتاب‌ها از بین نرفته و در دستگاه فرهنگی بشریت از گردباد حوادث مصون مانده و موجودیت خود را حفظ کرده است بر آن مَهر «رازی» و مَهر زمان نقش گردیده و چون در گرانق‌متی در صندوق معارف بشری ثبت و ضبط گردیده است.

تألیفات رازی، پیوستگی نزدیکی با کتب پیشینیان دارد و براساس معلومات مجربات ایشان بنیان گرفته است. کتب و مؤلفات رازی یک نوع فهرست و در هر قسم صورت دقیق و مشروحی از کلیه دانش‌ها و مباحث گوناگون طبی و فلسفه و صوفی و شیمی بوده و فصولی است که چندین قرن متمادی پزشکان و فیلسوفان و سریانی‌ها و کلدانی‌ها با آموختن و کشف آن سرگرم بوده‌اند. چنانچه علامه اشاره شد در آن زمان تألیفی مانند کتاب کامل الصناعة الطبية الملكية، که فیلسوفی در عهد مجوسی اهوازی و قانون بوعلی بدون وجود زمینه‌ای مانند مؤلفات ابن سینا بر متعذر و غیرممکن نبود قطعاً با دشواری زیاد روبرو بود و این حق مسلم است که رازی بر گردن مؤلفین بعد از زمان خود دارد و به هر صورت تقدم رازی بر دیگران امری است مسلم و قطعی. تألیفات رازی تنها نقل قول و استنباط از کتب و نوشته پیشینیان نیست، بلکه بسیاری از آن‌ها موضوعاتی است که در کتاب ابن سینا وجود نداشته و نظر و استنباط و محصول تجربه شخصی خود رازی است و پیش از او کسی بدان پی نبرده و اشاره‌ای نکرده است.

چنانکه می‌دانیم یکی از بهترین کتب رازی دائرةالمعارف طبی و طبی‌وی به نام الحاوی است که اروپاییان آنرا کنتینان (Continent) نامیده‌اند یعنی «سرزمین» و شاید با این ترجمه و یا نام‌گذاری و تشبیه کتاب «الحاوی» به قاره‌هاست مانند وسعت دامنه مسائل و مطالب طبی و عظمت کتاب را تصدیق و تأیید کرده باشند، چه این کتاب مشتمل بر بسیاری مسائل طبی اعم از علمی و عملی و بیشتر عقاید پزشکان قدیم و جدید آن دوره بوده است.

کتاب «الحاوی» یک تألیف ساده نیست؛ در این کتاب رازی با کمال شهامت عقاید خود را اظهار می‌کند و به اثبات می‌رساند و نظرات ناصواب متولیان

پراگتیه طب یونان را رد می‌کند. کتاب الحاوی به طور خاصی تقسیم‌بندی شده که مورد انتقاد بعضی از مؤلفین قرار گرفته است از آن جمله علی بن العباس آن را کتابی بی‌نظم و ترتیب خوانده، شاید علت این امر آنست که نوشته‌های پراکنده رازی را بعد از مرگش جمع‌آوری نموده و به سلیقه شاگردان وی به چنین صورتی درآورده‌اند. ظاهراً این کتاب شامل سی جلد است که دو نسخه خطی کامل آن در کتابخانه هموریال (اسپانیا) موجود و محفوظ مانده است و در این اواخر در هندوستان سرگرم چاپ آن می‌باشد و تاکنون (۱۵ مهرماه ۱۳۴۳) دوازده جلد آن به دست ما رسیده است و گویا چند جلد دیگر آن هم چاپ شده باشد که رزیه منتشر خواهد گردید.

کتاب الحاوی علاوه بر اهصیت ذاتی و جوهری مخصوص خود مزیت بزرگ دیگری دارد و آن جنبه و حیطه است بیشتر دانش‌ها و کشفیات و الهامات اسلاف وی اعم از یونانیان، ایرانیان، هندیان، کلدانیان و مصریان و غیره بوده، چه تا زمان رازی بسیاری از کشفیات و دانایان از بین رفته و یا در شرف رفتن بوده است. کتاب الحاوی در قرن شانزدهم به وسیله فرگوت (Ferguth) از عربی به زبان لاتین برگردانده شد و چندین بار چاپ رسید، متأسفانه اسامی خاص در ترجمه لاتینی صورت حقیقی آن دست داده است و اهل تحقیق برای یافتن آن اسامی به صورت اصلی ناچار به استناد به (اسپانیا) مسافرت نموده‌اند، چه «کتابخانه اسکوریال» تنها کتابخانه بزرگ دنیا که دارای بهترین مجموعه کتب و مؤلفات «رازی» است. بعد از کتاب الحاوی بهترین کتاب رازی طب «المنصوری» است، این کتاب به تفصیل ریزه‌کاری الحاوی نیست و فقط از کلیات طب بحث می‌کند و به ده کتاب تقسیم می‌شود. المنصوری در حقیقت مقدمه‌ای از طب عمومی و خلاصه‌ای از مباحثات است که برای دانشجویان و مبتدیان در علم طب مفید بوده است، جلد هفتم آن در جراحی و جلد نهم از امراض عمومی بحث می‌کند و این دو جلد اهمیت خاصی دارند و اگر توفیق، رفیق نگارنده گردد به ترجمه و انتشار آن‌ها اقدام خواهد نمود.

جلد نهم این کتاب مدت‌ها در دانشکده‌های اروپا از جمله ی کتب کلاسیک بود و دانشمندان اروپایی مکرر بر آن شرح و تفسیر نوشته‌اند و چنانکه گفتیم برای تعلیم پزشکی سال‌ها بلکه قرن‌ها در دانشکده‌های طب اروپا تدریس می‌شده و مورد استفاده بوده است.

با کتاب المنصوری چهارده رساله دیگر از مؤلفات رازی به چاپ و ضمیمه آن گردیده است که به نام: (Collectif d'opera parva Aboubetri) و یا (Corruption d'Abouker) چاپ شده. این رسالات عبارتند از:

۱. تقسیمات. ۲. پادزهرها. ۳. بیماری‌های مفاصل. ۴. بیماری‌های اطفال. ۵.

کلمات قصار. ۶. پیش‌بینی بیماری‌ها یا تقدّم‌المعرفة ۷. شرح حال و مشی مرضی بیمار (Les Observations). ۸. رژیم‌ها. ۹. تدابیر بقراط. ۱۰. آن طور که یک پزشک باید باشد. (صفات یک پزشک) ۱۱. فرمولر دارویی. ۱۲. چگونه باید از تولید سنگ در بدن جلوگیری شود. ۱۳. داغ‌گذاری و بادکش. ۱۴. خواص حیوانات.

فریند (Freind)^۱ پزشک معروف انگلیسی در کتاب خود راجع به این رسائل توضیح کافی داده است.

رازی دو کتاب مفصل دیگر در علم پزشکی تألیف نموده که تاکنون به هیچ زبانی ترجمه نشده است و آن دو عبارتند از: الجامع و الفاخر^۲ (یک نسخه از کتاب «الفاخر» در کتابخانه دولتی پاریس موجود است).

این ندم که در قرن چهارم هجری می‌زیسته در کتاب الفهرست خود راجع به رازی در چند جا مطالبی نوشته است، از آن جمله می‌نویسد: «مقام اول او (رازی) در علم فلسفه و طب مشهور است و در کتاب اخبارالطب شرح حال و رازان حکمانه بیان نموده‌ام، او حقیقت صنعت «کیمیا» را دریافته بود و در این علم کتاب‌های زیادی تألیف نموده است و از آن جمله کتابی است مشتمل بر دوازده جلد بر این اسامی همه دوازده جلد را ذکر می‌کند) و کتاب رسائل الملوك و کتاب اسرار کتاب سرالاسرار و کتاب الردّ علی الکندی فی ردّه علی الصناعات و باز در جای دیگر همان کتاب می‌نویسد: «رازی از اهل ری، اوحد دهر و فریدی است، تمام علوم پیشینیان و مخصوصاً طب را در خود گرد آورده بود و من او و منصور بن اسماعیل دوستی و صفا برقرار بود و کتاب «المنصوری» را به او نوشته بود». باز این ندم از زبان محمد بن حسن وراق می‌گوید: «پیرمردی از پیرمردی که درک خدمت رازی را کرده بود دیدم و از حال وی پرسیدم، او چنین بیان کرد: رازی پیرمردی بود بزرگ سر (کبیرالرأس) مانند کدو «مصفط»، در باغی می‌نشست و شاگردان مقدم او بلافاصله پهلوی او می‌نشستند و شاگردان تانکار، زیردست آن‌ها قرار می‌گرفتند، هنگامی که بیماری برای معالجه در آن حلقه درس رازی می‌شد ابتدا شاگردان تازه کار، او را معاینه می‌نمودند و اگر بیماری تشخیص می‌دادند دستور معالجه بیمار را می‌دادند و گرنه به شاگردان مجرب اجازه می‌نمودند، آن‌ها نیز اگر نمی‌توانستند بیماری را بشناسند پیش استاد می‌فرستادند و او به شخصه در تشخیص و معالجه بیمار اقدام می‌کرد و ضمناً مطالب لازم را برای شاگردان توضیح می‌داد و راه تشخیص و معالجه را بیان می‌کرد.

آن پیرمرد می‌گفت رازی طبعی بلند، دهستی پربخشش، طبعی رؤف داشت و به مردم نیکی می‌کرد و با فقرا به مهربانی رفتار می‌نمود و به بیماران احترام بسیار می‌نمود. او می‌گفت رازی هیچگاه از مدارج و نسخ جدا نمی‌شد و من هیچ وقت

۱. پزشک بزرگ انگلیسی است که در اواخر قرن هجدهم و اوایل قرن نوزدهم می‌زیسته و مؤلفات مهم و زیادی دارد، راجع به خونریزی زنان کتابی نوشته و دارای نظریه خاصی است.
۲. رابطه فی با یونانیان در این کتاب نزدیک‌تر و اصطلاحات آن مانوس‌تر از کتاب «الحاوی» و مطالب طبی در این کتاب روشن‌تر و قابل فهم‌تر است، نقل عین عبارت مؤلفین دیگر در این کتاب کم و محدود است.