

آثار تغذیه حلال در میزان موفقیت در زندگی و شکل‌گیری شخصیت انسان

زاهره ایازی رستم کلایی*

۱- گروه فقه و مبانی حقوق، دانشگاه مازندران، شهر مازندران، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
دریافت مقاله: ۹۹/۱۱/۲۷ پذیرش مقاله: ۰۰/۰۵/۲۶	مقدمه: خلقت جهان هستی بر اساس کمال‌گرایی بنا شده است. انسان که اشرف مخلوقات خداست، بیشترین بهره را از کمال در جهان هستی دارد. انسان دارای چهار بعد وجودی «روح، روان، جسم و ذهن» است که دستیابی به کمال در هرکدام از آنها برای او موفقیت محسوب می‌شود؛ ولی کمال حقیقی در گروهی رشد متوازن این چهار بعد است. غذای حلال یکی از مهم‌ترین عوامل رشد و کمال انسانی در همه ابعاد وجودی اوست.
کلمات کلیدی: موفقیت شخصیت هویت انسان کامل غذای حلال	روش‌ها: نوشتار حاضر با روش تحقیق توصیفی و با استفاده از منابع کتابخانه‌ای، به بررسی نحوه تأثیر غذای حلال و حرام بر شخصیت انسان و شکل‌گیری رفتار او می‌پردازد. نتایج: کیفیت غذا زمانی که بار ارزشی به خود بگیرد تأثیر مستقیمی بر جسم و روح انسان خواهد گذاشت. غذای حلال و طیب، در مهم‌ترین اثر، زمینه انجام عمل صالح را فراهم می‌سازد که آثار بسیار گسترده‌ای در کامیابی و موفقیت انسان دارد. همچنین در بعد معنوی، غذای طیب سبب نورانیت باطنی انسان می‌شود و در نقطه مقابل، ایمان آدمی را از بین می‌برد. نتیجه‌گیری: طبق تعاریف دین اسلام، غذا شامل خوراک، پوشاک، شنیدنی‌ها، دیدنی‌ها، گفتار، رفتار و اندیشه می‌شود. هرکدام از انواع غذا که نام برده شد، در یکی از ابعاد انسان اثر می‌گذارد.
OPEN ACCESS	
استناد (ونکوور): ایازی رستم کلایی ز. آثار تغذیه حلال در میزان موفقیت در زندگی و شکل‌گیری شخصیت انسان. مجله پژوهشنامه حلال. زمستان ۱۴۰۰؛ ۴(۴): ۱۴-۲۲.	

مقدمه

می‌گیرد، موفقیت به یک معنا تعبیر می‌شود و اگر جسم انسان محور قرار گیرد، موفقیت معنایی دیگر می‌یابد. زیرا ممکن است با محور قرار گرفتن روح، از آنجا که اولویت با روح خواهد بود و رابطه روحی، از این جهت بقیه ابعاد تحت الشعاع آن قرار گیرند. نکته مهم در این زمینه طبقه بندی ابعاد وجودی انسان است. یعنی وقتی روح بالاتر از روان، روان بالاتر از ذهن و ذهن بالاتر از جسم طبقه بندی شود، در واقع به این قاعده منطقی رهنمون می‌شود که موفقیت در بعد روحی، موفقیت در دیگر ابعاد نیز هست ولی موفقیت در هرکدام از ابعاد دیگر لزوماً به معنای موفقیت در همه ابعاد نیست. همچنین ممکن است فردی از نظر روحی موفق باشد

نظام هستی بر پایه کمال و گرایش به کمال بنا شده است. انسان به‌عنوان اشرف مخلوقات خدا، بیشترین بهره را از کمال در بستر جهان هستی دارد. انسان دارای ابعادی است که دستیابی به کمال در هرکدام از آنها، برای او موفقیت محسوب می‌شود (۱).

از طرفی انسان موجودی چند بعدی است. هرکدام از این ابعاد نیازمند رشد و کمال هستند و البته رشد و کمال هرکدام به دیگری وابسته است. وابستگی مذکور رابطه‌ای پیچیده است. موفقیت‌ها در عین حال که به هم وابسته‌اند، مدل وابستگی آنها، در محور قرار گرفتن هر بعد انسانی، متفاوت خواهد بود. یعنی وقتی روح انسان محور قرار

* نویسنده مسئول: زاهره ایازی رستم کلایی، آدرس پست الکترونیکی: goftogocenter@gmail.com، شماره تماس: ۰۹۱۱۱۵۴۶۸۲۱

بینی، موفقیتی کامل نیست و می‌توان گفت تعریفی کاذب و به دور از واقعیت از موفقیت است.

تلاش انسان در این زمینه مبتنی بر لذت است و این لذت ممکن است با حقایق عالم هستی از دیدگاه اسلامی همخوانی نداشته باشد. مثلاً اینکه ممکن است کسی از غذایی لذت ببرد در حالی که تهیه آن غذا باعث تخریب روح و انسانیت او بشود. نمونه‌های بسیاری از تلاش انسان برای دستیابی به لذت از هر طریقی یافت می‌شود.

غذای حلال و تأثیر آن بر موفقیت

غذا، در وهله اول، عنصری جسمانی تلقی می‌شود در حالی که از دیدگاه اسلامی هرچه که انسان از آن تغذیه می‌کند می‌تواند غذا باشد. بنابراین تغذیه روح، جسم و ذهن و روان انسان همگی معنا پیدا می‌کنند. از این رو وقتی صحبت از غذای حلال می‌شود، نه تنها با غذا که با شنیدنی‌ها، پوشیدنی‌ها، دیدنی‌ها، افکار و... مواجه هستیم.

غذای حلال و شکل‌گیری شخصیت

قبل از بررسی تأثیر غذای حلال بر شکل‌گیری شخصیت باید شخصیت را دیدگاه روانشناسان مورد بررسی قرار دهیم. ریچارد رایکمن در کتاب نظریه‌های شخصیت، می‌گوید: شخصیت، مجموعه پویا و سازمان یافته‌ای از ویژگی‌هاست که به شیوه منحصر به فردی بر شناخت، افکار، انگیزه‌ها و رفتار شخص در شرایط مختلف تأثیر می‌گذارد (۴).

آلپورت شخصیت را چنین تعریف می‌کند: شخصیت، سازمان پویایی از سیستم‌های روان تنی فرد است که رفتارها و افکار ویژه او را تعیین می‌کند (۵).

از نظر روان‌شناسان اجتماعی، شخصیت مجموعه‌ای از استعداد‌های اکتسابی و فطری است. شخصیت، سازمان متحرکی از منظومه‌های روانی و بدنی فردی است که سبب سازگاری جدید او با محیط می‌شود که منحصر به خود او می‌باشد (۶).

در نگاه فروید شخصیت از سه بخش نهاد، من و فرا من تشکیل شده است (۷). اریکسون نیز اگرچه در سال‌های

و این موفقیت را به دیگر ابعاد وجود خود سرایت بدهد، ولو اینکه از جسم قوی و بازوان فربه و اندام نیرومند نیز برخوردار نباشد. این نوع نگاه به نوع تعریف افراد از موفقیت بستگی دارد.

جهان بینی افراد در تعریف و شکل‌گیری موفقیت نقش بسزایی دارد. جهان بینی اسلامی، جهان را مخلوق خدایی قادر، مدبر، یکتا، عالم و حکیم می‌داند. این جهان بینی، انسان را محور هستی می‌داند و همه جهان را مسخر او می‌داند تا بتواند به هدف اصلی و نهایی زندگی خود یعنی عبودیت دست یابد. بنابراین به نظر می‌رسد بتوان موفقیت در نگاه اسلامی را این چنین تعریف کرد: دستیابی به هر زمینه رشد و تعالی که انسان را به هدف نهایی او یعنی عبودیت «قرب به خداوند» نزدیک‌تر می‌کند.

عبودیت در اینجا به معنای جهت‌گیری تمام فعالیت‌های درونی و بیرونی انسان در شبکه هستی به سوی خداست. یعنی هر کنش و واکنشی که انجام می‌دهد، با توجه به رضایت خدا و در راستای پذیرش او باشد (۲). بر این اساس، نقش ابعاد چهارگانه انسان در موفقیت به‌عنوان ابزارهای موفقیت، بر اساس هدف نهایی او یعنی عبودیت تعریف می‌شود. هر هدف خردی که منتهی به هدف کلان انسان یعنی عبودیت بشود، انسان را در مسیر موفقیت قرار می‌دهد. این موفقیت می‌تواند جسمی، ذهنی، روانی و یا روحی باشد.

جهان بینی مادی و موفقیت

جهان بینی الهی اسلامی مبتنی بر اصالت عبودیت است، یعنی عبودیت را مهم‌ترین هدف انسان می‌داند که رسیدن به آن، بزرگترین موفقیت انسان است، اما جهان بینی مادی به ویژه پارادایم‌های (۲)، غالب غربی، اصالت را به لذت و شهوت می‌دهند (۳). در این پارادایم، لذت هدف نهایی انسان است و بنابراین، ارتباط انسان با جسمش از اهمیت فوق العاده‌ای برخوردار می‌شود و در درجه اول قرار می‌گیرد؛ سپس ذهن و در درجه آخر، روان انسان مهم می‌شود. بنابراین در این طبقه بندی، جایی برای روح و ارتباطات روحی فرا مادی نیست. از این رو اساساً موفقیت در این جهان

بررسی منابع اسلامی در مورد غذا نشان می‌دهد که گزاره‌های دینی، غذا را محدود به غذای مادی نمی‌داند و علاوه بر جسم برای روح نیز چنین نیازی قائل است. در آیه ۲۴ سوره مبارکه عبس آمده است: «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانَ إِلَىٰ طَعَامِهِ»، هر چند پیام آیه غایت تربیت توحیدی دارد، اما همان طور که بسیاری از مفسرین ذیل این آیه اشاره کرده‌اند، نقش غذای مادی در تقویت بدن، مسئله‌ای است که در این آیه از سوره مبارکه عبس به آن اشاره شده است (۱۱). اما چنان که گفته شد دین اسلام غذا را محدود و منحصر در غذای مادی و برای جسم نمی‌داند. امام حسن مجتبی علیه السلام درباره تغذیه قلب که جایگاه دریافت‌های روحی است می‌فرماید: «عَجِبْتُ لِمَنْ يَتَفَكَّرُ فِي مَأْكُولِهِ كَيْفَ لَا يَتَفَكَّرُ فِي مَعْقُولِهِ، فَيَجَنَّبُ بَطْنَهُ مَا يُؤْذِيهِ، وَ يُودِعُ صَدْرَهُ مَا يُرْدِيهِ» (۱۲)؛ «تعجب می‌کنم از آنها که به غذای جسم خود می‌اندیشند، اما در غذای روح دقت نمی‌کنند، خوراک زیان بار را از شکم خود دور می‌کنند، اما قلب را با محتوای مهلک آکنده می‌کنند». مؤیدات دیگری نیز در این زمینه وجود دارد؛ به‌عنوان مثال، در روایتی از امام علی علیه السلام ضمن اشاره به غذای مادی به‌عنوان یکی از ملزومات بدن، به‌طور ضمنی به نیازمندی روح نیز به تغذیه اشاره شده است: «قوتُ الأَجْسَادِ الطَّعَامُ، وَقوتُ الأَرْوَاحِ الإِطْعَامُ» (۱۳). بنابراین توجه به تغذیه در همه ابعاد وجودی انسان، امری ضروری و ضامن رشد و تعالی انسان و تکامل انسانیت اوست.

غذای طیب و غذای ناپاک

در یکی از صریح‌ترین گزاره‌های قرآنی غذاها به دو دسته تقسیم شده‌اند؛ غذای طیب و غذای خبیث (ناپاک)؛ «... وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ...». اما چنان که پیش‌تر نیز گفته شد، این تعبیر شامل یک جنبه از تغذیه است و در کنار آن به آنچه نیازمندی روح انسان است نیز، اشاره شده است، چنان که در آیه ۲۶ سوره مبارکه نور آمده است: «الْخَبِيثَاتُ لِلْخَبِيثِينَ وَالْخَبِيثُونَ لِلْخَبِيثَاتِ، وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ، أُولَئِكَ مُبَرَّءُونَ مِمَّا يَقُولُونَ، لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ». زنان ناپاک از آن مردان ناپاکند، و مردان ناپاک

شکل‌گیری شخصیت، تفاوت‌هایی با فروید دارد، اما تقسیم بندی سازه‌های شخصیت فروید را قبول دارد و نظریه‌اش را بر همان بنا کرده است (۸).

شخصیت از منظر قرآن

در آیات قرآن، از شخصیت با عنوان شاکله نام برده شده است. در آیه ۸۴ سوره مبارکه مبارکه اسراء آمده است: هرکس بنا بر شخصیت خود رفتار می‌کند. شاکله باطن و هویت انسان است که رفتار انسان بر اساس آن و هم سنخ با آن انجام می‌شود. انسان در ایجاد شاکله نقش اساسی دارد (۹).

در انسان شناسی اسلامی، انسان متشکل از دو بعد اصلی جسم و روح است. بعد روحی انسان شامل سه بخش ذهن، روان و روح است؛ بر این اساس می‌توان ابعاد وجودی انسان را شامل چهار بعد جسم، ذهن، روان و روح دانست (۱). از نگاه نگارنده رفتار انسان بر ابعاد وجودی او اثر می‌گذارد و برآیند آن، شخصیت انسان را شکل می‌دهد. شخصیت انسان برساخته ابعاد وجودی اوست. و ابعاد وجودی انسان دریافت کننده خوراک از جهان پیرامون خود است.

رشد شخصیت انسان

براساس دیدگاه اسلامی، شخصیت انسان تا مرحله انسان کامل قابل ارتقا است (۱۰). به عقیده نگارنده، در ارتقای شخصیت انسان، ابزارهای مختلفی دخالت دارند که به تناسب ابعاد وجودی انسان دسته بندی می‌شوند. همه آنچه باعث رشد شخصیت انسان می‌شود، غذای انسان محسوب می‌شود. بنابراین می‌توان گفت انسان همانگونه که برای جسم خود نیاز به خوراک و غذا دارد، برای ذهن، روان و روح خود نیز نیازمند تغذیه با غذاست. براین اساس، وقتی سخن از آثار تغذیه حلال بر میزان موفقیت و شکل‌گیری شخصیت انسان به میان می‌آید، نباید تنها با غذای جسمی اکتفا کرد، بلکه باید غذای ذهنی، غذای روانی و غذای روحی را نیز در نظر گرفت.

انواع غذا از منظر اسلام

به ویژه مسجدالحرام را ندارد. در فقه اسلامی در ابواب نجاست و طهارت و همچنین اطعمه و اشربه، اشاره مفصلی به غذاهای نجس شده است. بسیاری از غذاها در طبیعت حلال و پاکند، اما بخش اندکی از مخلوقات خداوند در روی زمین قابل خوردن، ناپاک و نجسند و از این رو حرام شمرده شده است. ملاک ممنوعیت مصرف و حرمت این مواد، نجاست آنهاست. بر اساس روابط چهارگانه منطقی (تباین، تساوی، عموم و خصوص من وجه و عموم و خصوص مطلق) که میان مفاهیم کلی برقرار است، در اینجا هم می‌توان این رابطه را چنین بیان کرد که هرآنچه نجس است حرام است ولی لزوماً هرچه حرام است، نجس نیست. دلیل بر اینکه هرچه نجس است حرام است، ولی هر چیزی که حرام است نجس نیست ادله فقهی است که بر مبنای آن فتاوی فقهی عظام صادر شده است (۱۶). مثلاً خوردن خاک طبق فتوای مراجع عظام شیعه حرام است ولی خاک عنصری نجس نیست.

دلیل فقهی حرمت نجس، خباثت اوست (۱۷). از طرفی در فقه اسلامی، به حرمت استفاده از کتب ضاله اشاره شده است (۱۸). استفاده از کتب ضلال از این جهت حرام شمرده شده است که باعث گمراهی و ورود به ناپاکی است. به عبارتی، این کتب باعث تغذیه ناپاک ذهن انسان می‌شود. بر این اساس، می‌توان قاعده حرمت خبیث را به هر چیزی که باعث ناپاکی همه ابعاد وجودی انسان اعم از جسم، ذهن، روان و روح می‌شود، توسعه و تعمیم داد.

در سوره مبارکه مائده آیه ۶ آمده است: *وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا*. اگر جنب شدید، خودتان را طاهر کنید. فقها در این زمینه قائلند که منظور از طهارت در این آیه، صرف پاک کردن بدن از نجاست نیست، یعنی علاوه بر اینکه باید نجاسات ظاهری همچون منی را از خود پاک نمود، برای به دست آوردن طهارت باید غسل کرد (۱۹). همچنین وضو گرفتن برای نماز نیز به معنای کسب طهارت باطنی است و نه صرفاً پاکیزگی ظاهری است. بنابراین از این آیه و آیات مشابه به دست می‌آید که طهارت، امری درونی است و اگر بخواهیم آن را به غذا نسبت بدهیم، صرف توجه به پاکیزگی

نیز به زنان ناپاک تعلق دارند؛ و زنان پاک از آن مردان پاک، و مردان پاک از آن زنان پاکند! اینان از نسبت‌های ناروایی که (ناپاکان) به آنان می‌دهند. میرا هستند؛ و برای آنان آمرزش (الهی) و روزی پرارزشی است (۱۴). در این آیه مردان و زنان خبیث را مناسب همدیگر دانسته و مردان و زنان طیب را نیز مناسب یکدیگر؛ به عبارت دیگر، می‌توان گفت که در این آیه به گونه‌ای به این امر اشاره شده که مردان و زنان طیب حق ندارند برای همسر خود که تأمین کننده غذای روح و روان و آرامش آنهاست، از افراد ناپاک و خبیث استفاده کنند و باید همسری مناسب و هم کفو خود برگزینند.

در آیه ۲۶۷ سوره مبارکه بقره آمده است: *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ وَمِمَّا أَخْرَجْنَا لَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَلَا تَيَمَّمُوا الْخَبِيثَ مِنْهُ*. ای کسانی که ایمان آورده اید، از پاکیزه‌ها و حلال‌های آنچه کسب کرده اید و آنچه برای شما از زمین بیرون آورده‌ایم (از کشت و معادن) انفاق نمایید و قصد مال ناپاک (بد و حرام) نکنید که از آن انفاق نمایند (۱۵). در این آیه حتی برای انفاق به دیگران نیز، انفاق از آنچه خبیث است مورد نهی واقع شده است. با توسعه معنایی انفاق، می‌توان انفاق را شامل هر دارایی ای دانست. انسان می‌تواند خوراکی‌ها را انفاق کند که غذای جسم و است و همچنین می‌تواند علم را انفاق کند که خوراک ذهن است و می‌تواند معارف دینی و الهی را انفاق کند که خوراک روح است یا اینکه به دیگران آرامش ببخشد و او را آرام کند که خوراک روان است. بنابراین بر اساس این آیه، انسان حق ندارد برای خوراک و غذای ابعاد وجودی انسانهای دیگر، از خبیث‌ها استفاده کند، بلکه باید از طبیئات بهره بگیرد، چه خوراک طیب، چه علم طیب و چه رفتار و عملکرد طیب.

دو واژه دیگر در این حوزه که در گزاره‌های دینی از آن نام برده شده است، واژه‌های «نجس» و «طاهر» است؛ خداوند در آیه ۲۸ سوره مبارکه توبه خداوند مشرکان را نجس می‌خواند. اکثر فقها این عبارت را نشانه نجاست باطنی دانسته‌اند، یعنی خباثت و پلیدی و ناپاکی باطنی که از اعتقاد مشرکانه فرد نشأت می‌گیرد، در او تبلور یافته است؛ از این رو امکان حضور در اماکن مقدس اسلامی همچون مساجد و

دارد در وصول به سعادت نفسانی و ترقیات انسانی و موجب توفیق و قبولی طاعات و عبادات است» (۲۱).

اهمیت این مسئله (توفیق بر انجام عمل صالح) زمانی بیشتر آشکار می‌شود که پیامدهای آن را مورد تدقیق و شمارش قرار بدهیم. منظور از پیامدها، بررسی توفیق انجام عمل صالح به‌عنوان راهبرد موفقیت است که شامل موارد متعدد موفقیت در ابعاد مختلف می‌شود. شاید در نگاه اول، این مسئله امری سطحی و کم‌اهمیت به شمار برود، اما با توجه به نکات و گزاره‌های قرآنی زیر، عمق اهمیت مطلب را به خوبی مشخص می‌شود. این موارد عبارت‌اند از:

۱. رسیدن به حیات طیبه

رسیدن به حیات طیبه، یکی از آثار عمل صالح است؛ همه انسان‌ها ذاتاً به‌دنبال رسیدن به حیات و زندگی باکیفیت و عاری از هرگونه ناپاکی و پلیدی هستند (حیات طیبه). خداوند متعال در سوره مبارکه مبارکه که نحل می‌فرماید: هرکس (مرد یا زن) کارشایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه‌ای، حیات (حقیقی) بخشیم، و مسلماً به آنان بهتر از آنچه انجام می‌دادند پاداش خواهیم داد.

۲. نورانیت و روشنی

یکی دیگر از آثار عمل صالح، خروج از ظلمات به‌سوی هدایت و نور است، چنان که می‌فرماید: پیامبری که آیات روشن‌گر خدا را بر شما تلاوت می‌کند، تا کسانی را که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند از تاریکی‌ها به‌سوی روشنایی بیرون برد.

خروج از ظلمات، به معنای حرکت به‌سوی رشد و موفقیت است. عقل بشر این را درک می‌کند که موفقیت در تاریکی و جهل و ظلمت اتفاق نمی‌افتد. بنابراین لازم است برای رشد و موفقیت، از ظلمات به نور هجرت کند و عمل صالح باعث این توفیق می‌شود.

۳. پاداش مضاعف

بر اساس آیات قرآن کریم، پاداش کسانی که عمل صالح انجام داده‌اند، بیش از دیگران است: و اموال و فرزندان

و پاک بودن از پلیدی و نجاست کفایت نمی‌کند، بلکه باید غذا در همه ابعادش، طاهر باشد. این بدان معنا نیست که غذای حلال نیازمند طهارت باطنی تام و تمام است. از آنجا که دین اسلام به تعبیر پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله، دینی آسان و آسان‌گیر است، طهارت باطنی را شرط حلیت غذا قرار ن داده است. اما اگر بخواهیم در غذای حلال به کیفیت بهتری دست یابیم، لاجرم باید به طهارت ابعادی آن توجه کنیم.

غذای حلال و موفقیت انسان

تحقیقات پزشکی نشان داده است که غذا اگرچه به خوراک جسم گفته می‌شود، ولی اثری متقابل بر دیگر ابعاد وجودی انسان دارد. به‌عنوان مثال، خوردن غذاهای سودا زا باعث بروز افسردگی در فرد می‌شود (۲۰). بروز افسردگی باعث تغییر در رفتار فرد شده و او را دچار انزوا و ناامیدی و یأس می‌کند. همچنین خوردن برخی غذاها باعث نشاط انسان می‌شود. به‌عنوان مثال، خوردن زعفران باعث نشاط و شادابی می‌شود. بنابراین این بدیهی است که غذا در رفتار انسان موثر است. بر همین اساس، غذای حلال و حرام نیز اثرات مثبت و منفی بر رفتار انسان دارند.

بر اساس آیات قرآن کریم، ایمان، زمانی ارزش دارد که با عمل صالح همراه باشد و در حقیقت عمل صالح نتیجه ایمان واقعی است، چنان که در سوره مبارکه عصر می‌فرماید: «وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ...». بر اساس این آیات، تمام کسانی که از دایره ایمان به خداوند و انجام عمل صالح خارج هستند، زیانکار معرفی شده‌اند. بنابراین یکی از اسباب موفقیت انسان، توفیق انجام عمل صالح است که بر اساس برخی دیگر از آیات قرآن با تغذیه از غذاهای طیب، حاصل می‌شود.

خداوند متعال در آیه ۱۷۲ سوره مبارکه مبارکه که بقره به این مسئله اشاره کرده و می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِبْرَاهِيمَ تَعْبُدُونَ». برخی مفسران ذیل این آیه آورده‌اند: «اولین وظیفه مؤمنین در زندگی کسب حلال و خوردن حلال می‌باشد که تأثیرتأمه

مبارک‌مبارکه بقره و در تفسیر روایی آن، با ذکر یک حدیث قدسی، اثر دیگری نیز برای غذای حلال برشمرده شده است و آن اینکه چنانچه فرد غذای خود را حلال و طیب کند، در محافظت الهی خواهد بود (۲۱).

موفقیت دیگری که استفاده از غذای حلال برای آدمی به دنبال می‌آورد، مصون ماندن مسیری است که باید برای اجابت دعا در فرآیند مسئلت از خداوند متعال پیموده شود. توضیح اینکه امیرمؤمنان علی(ع) در سفارش به کمیل فرموده‌اند: «ای کمیل به درستی که زبان از قلب تراوش می‌کند، و قلب از غذا قوت می‌یابد، پس در آنچه قلب و جسمت و تغذیه می‌نماید تأمل کن؛ پساگر آن حلال نباشد، خدا تسبیح و شکر تو را قبول نفرماید» (۲۱).

غذای حلال و رشد معنوی

در برشمردن ابعاد مختلف وجود انسان، به بعد روحانی آدمی اشاره شد و در تقسیم بندی انواع غذا نیز گفته شد که علاوه بر غذای مادی که سبب تقویت جسم انسان می‌شود، روح آدمی نیز به غذای متناسب خود نیازمند است.

بررسی منابع دینی در این حوزه، نشان از آموزه‌های گسترده‌ای می‌دهد که به نقش استفاده غذای طیب و پاک در رشد معنوی انسان اشاره کرده‌اند. مرحوم نراقی در کتاب معراج السعاده به یکی از این فرمایشات رسول مکرّم اسلام اشاره کرده و آورده است: «هر کس چهل روز خوراک حلال بخورد، خداوند قلبش را نورانی کند و چشمه سارهای حکمت را از دل بر زبانش جاری سازد» (۲۲).

در این باره روایات فراوان دیگری نیز در منابع دینی یافت می‌شود. به‌عنوان مثال، فردی نزد پیامبر آمد و از ایشان پرسید: می‌خواهم دعایم مستجاب شود. چه کنم؟ پیامبر فرمودند: غذای خود را پاک کن و از غذای حرام بپرهیز (۲۳)؛ در این روایت پیامبر معیار استجاب دعا را پرهیز از حرام دانسته‌اند. این بدان معناست که غذای حلال باعث می‌شود دعا در جهان هستی جایگاه اثرگذار خود را بیابد و مستجاب شود، ولی غذای حرام مانع اثرگذاری رفتار انسان در دعا کردن می‌شود.

چیزی نیست که شما را به پیشگاه ما نزدیک گرداند، مگر کسانی که ایمان آورده و کار شایسته کرده باشند. پس برای آنان دو برابر آنچه انجام داده‌اند پاداش است و آنها در غرفه‌های (بهشتی) آسوده خاطر خواهند بود.

انسان‌ها به دنبال بهره‌مندی بیشتر از دنیا هستند. که یک خواسته منشاء شده از درک عقلانی بشر است. بنابراین همه به دنبال رشد و بهره‌مندی بیشتر هستند. از طرفی روزی و رزق انسان‌ها در دست خداست و خداوند، رزق افرادی که عمل صالح انجام می‌دهند را بیش از دیگران قرار خواهد داد. بهره‌مندی بیشتر از مواهب دنیایی، باعث توفیق و موفقیت بیشتر انسان در ابعاد مختلف می‌شود.

۴. بخشش گناهان

یکی دیگر از پیامدهای عمل صالح برای انسان بخشش گناهان اوست. خداوند متعال در این باره می‌فرماید: «کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته انجام دادند، گناهان آنان را می‌پوشانیم (و می‌بخشیم) و آنان را به بهترین اعمالی که انجام دادند، پاداش می‌دهیم».

طبق نکات گذشته، انسان به دنبال کمال و رشد است و این رشد تنها در این دنیا رخ نمی‌دهد بنابراین نیازمند این است که خطاهای او نادیده گرفته شود تا به پاداش لازم و موفقیت حقیقی دست یابد. این موفقیت در گروهی بخشندگی خداست.

۵. محبوب شدن در دل‌ها

ویژگی حب ذات، از صفات عمومی انسان‌هاست؛ بر همین اساس هر انسانی دوست دارد که نزد دیگران از محبوبیت و مقبولیت برخوردار باشد؛ قرآن کریم یکی دیگر از پیامدهای عمل صالح را محبوب شدن در دل‌های دیگران ذکر کرده و می‌فرماید: «قطعاً کسانی که ایمان آورده و عمل صالح انجام دهند، خداوند رحمان، محبتی برای آنان در دل‌ها قرار می‌دهد».

علاوه بر آیات، روایات متعددی نیز به بیان پیامدهای استفاده از غذای حلال پرداخته‌اند. ذیل آیه ۱۷۲ سوره

این روایت این است که هر غذایی می‌تواند اثری بر روان انسان داشته باشد و از آنجا که غذای حلال اثر مثبت و غذای حرام اثر منفی دارد، قطعاً غذای حرام باعث افزایش اضطراب درونی و غذای حلال باعث از بین رفتن اضطراب می‌شود.

نتیجه‌گیری

بر اساس آنچه گفته شد، این نتیجه به دست می‌آید که طبق تعاریف دین اسلام، غذا شامل خوراک، پوشاک، شنیدنی‌ها، دیدنی‌ها، گفتار، رفتار و اندیشه می‌شود. هر کدام از انواع غذا که نام برده شد، در یکی از ابعاد انسان اثر می‌گذارد. اثر مستقیم یک غذا بر یک بعد وجودی، به معنای انحصار در تأثیر نیست، بلکه همزمان یک غذای جسمی می‌تواند بر روان و روح انسان اثر مثبت یا منفی بگذارد. بنابراین تغذیه اگرچه ممکن است مستقیماً به یکی از ابعاد وجودی مرتبط باشد، قطعاً بر دیگر ابعاد نیز اثر با واسطه می‌گذارد. در حوزه تأثیرگذاری غذای مادی بر موفقیت انسان، می‌توان توفیق بر عبادت الهی و عمل صالح را به عنوان یکی از مهم‌ترین آثار استفاده از غذای طیب نام برد که دقت و تأمل در گزاره‌های قرآنی نشانگر اهمیت عمل صالح است، چه اینکه دامنه برخورداری انسان از سایر نعمت‌های الهی را بسیار گسترده‌تر می‌کند. همچنین در منابع دینی اشاره‌های فراوانی به دریافت‌های روحی انسان شده است که می‌توان با استناد به همین منابع از آنها به عنوان غذای معنوی نام برد که چنانچه طیب باشد و با معیارهای دینی هماهنگ باشد برای صاحب خود نورانیت درونی به همراه خواهد داشت. در نقطه مقابل چنانچه روح آدمی از آنچه شایسته نیست، تغذیه کند، منجر به نابودی ایمان وی خواهد شد، آن گونه که در مقابل امام عصر خود به نبرد خواهد ایستاد. غذای طیب برای انسان آرامش به همراه خواهد آورد و زمینه موفقیت وی را بیش از پیش فراهم می‌سازد.

تضاد منافع

نتایج حاصل از این مطالعه با منافع نویسندگان و محققان در تعارض نیست.

همچنین ایشان فرمود: عبادت کردن با حرام خواری، همانند ساختمان سازی بر روی ریگ سست است. یعنی اثری که حرام خواری در رفتار عبادی انسان می‌گذارد، این است که باعث تخریب و نابودی آن عبادت می‌شود.

در مواردی، اثر منفی غذای حرام چنان زیاد است که باعث می‌شود انسان سخن حق ولی خدا را نشنود و حتی به روی او تیغ بکشد. در جریان واقعه عاشورا، آنگاه که امام حسین علیه السلام در هنگامه نصیحت مردم کوفه، با لهله و سرو صدای آنها مواجه شد که برای برهم زدن خطبه حضرت به این رفتار اقدام کرده بودند، آن حضرت خطاب به آنها فرمود: آری، شما حاضر به شنیدن سخن حق نیستید، زیرا شکم‌هایتان از حرام پر شده است و در نتیجه خداوند بر دل‌های شما (محل ادراک حقیقت) مهر زده است (۲۴).

عدم پذیرش حق و دوری از وجدان، اثر لقمه‌های حرام است که امام حسین علیه السلام به آن اشاره کرده‌اند. تغذیه حرام چنان باعث تغییر رفتار کوفیان شد که نه تنها حاضر به شنیدن سخنان امام خود نبودند، بلکه به روی و خاندانش تیغ کشیدند و برای کشتن او و کسب غنیمت جنگی از خاندان پیامبر صلی الله علیه و آله، با هم به مسابقه پرداختند. در روایتی از حضرت عیسی (ع) آمده است: غذای زیاد و شکم سیر، طراوت صورت را از بین می‌برد (۲۵). این روایت به خوبی میزان تأثیر غذای زیاد و شکم سیر را بر طراوت انسان نشان می‌دهد. بسیاری از غذاها در دوره‌های خاص از زندگی انسان اهمیت می‌یابند. به عنوان مثال، شیوه تغذیه مادر در دوره بارداری می‌تواند باعث افزایش یا کاهش اضطراب او و فرزندش شود. پیامبر در توصیه‌ای به فردی فرمودند: «به زن باردار، در آخرین ماه حاملگی خرما بدهید؛ زیرا کودک او بردبار و پاکیزه خواهد شد» (۲۷). بردباری صفتی در مقابل اضطراب درونی و تشویش است. انسان بردبار زود دچار از هم پاشیدگی و انفعال نمی‌شود. بنابراین در صورت خوردن خرما در ماه آخر بارداری، اثر تغذیه‌ای این غذا بر فرزند، اثر فیزیکی تنها نیست بلکه رد او یک صفت روانی مثبت را نیز ایجاد می‌کند. قاعده کلی قابل برداشت از

References

*Holy Quran

- 1-Adabi H, Hassani SA. Workshop Another attitude to the family. 1st Edition. Mashahd:Institute for Strategic Studies in Islamic Sciences and Education; 2019: 78.
- 2-Vaseti AH. A systemic approach to religion. 3rd Edition. Mashahd: Institute for Strategic Studies in Islamic Sciences and Education; 2014: 56-57.
- 3-Zamanian AR, Azizi F. Do's and Don'ts of Marketing Mix (Comparative Study with Islamic Doctrines).Journal of Management in Islam. 2011; (15,16):59-84.[In Persian]
- 4- Rickman R, Firuzbakht M. Personality theories. 1st Edition. Tehran: Arasbaran publishing; 2008: 5.
- 5-Shamloo S. Schools and theories in personality psychology. 10th Edition. Tehran: Roshd publishing; 2004:18.
- 6-Autocline B, Kardan M. social Psychology. 13th Edition. Tehran: Andisheh publishing; 1997:368.
- 7-Froid S, Shoja S.Principles of Psychoanalysis. 11th Edition. Tehran: Ghoghnoos publishing;2014: 200.
- 8-Allport G, Eftekhari F. Personality growth. 1st Edition. Tehran: simorgh publishing;1953:92.
- 9-Samanoon M. "Shakelah" as the Central Theory of Islam on Identity. Mirror of Wisdom. 2016;17(2): 97-124. [In Persian]
- 10- Motahhari M. perfect human. 75th Edition. Tehran: Sadra publishing; 2007:315.
- 11-Mughniyeh M. Tafsir Al-Kashif. 7th Edition. Tanzania: Al-Itrah Foundation; 2003:520. [In Arabic]
- 12- Qomi A, Safinato lbehar. Qom:islami publishing; 1984:84. [In Arabic]
- 13- Nouri M. Mustadrak al-Wasa'ilwaMustanbat al-Masa'il. 1st Edition. Qom:Aluibayt(AS) Foundation publishing; 1988: 246.[In Arabic]
- 14-Makarem N.Translation of the Quran. 2^{ed} Edition. Qom:Hakim publishing; 2010:
- 15-Meshkini A. Translation of the Quran. 1st Edition. Tehran: Osveh publishing; 2014:638.
- 16-Khomeini R. Tahrir o Alvasilah. 4th Edition.Qom:Daroelm publishing; 2008: 592.
- 17-Sharani AH. Nasretooba. 1st Edition.Qom:Eslamiyeh publishing; 2014: 210.
- 18-ZehniTehrani SMJ. Anavin o Alahkam. 1st Edition. Qom: Vejdani publishing;1994:118.
- 19-Banihashemi M. Tozih o Almasael Meraj. Qom: Eslami publishing; 2002:214.
- 20-Sharafkandi A. Qanoon. 1st Edition. Tehran:Soroosh publishing; 1999:238.
- 21-Hosseini Shah Abdolazim H,TafsirAsnaAshri.1st Edition. Tehran: Miqat Publications; 1984: 316.
- 22-Naraghi A. Merajo Alsadeh. Qom:Jamal Publishing; 2010:880.
- 23- Aameli H. vasaeloshia. Qom:Aluibayt (AS) Foundation publishing;1999:176. [In Arabic]
- 24-Reyshahri M. Mizanolhekma. Qom: Darolhadith publishing; 2003:2608.
- 25-Sadoogh Gh. elal Sharia. Beyrut: Darolelm publishing;1995: 297. [In Arabic]
- 26-Tabarsi H. Makaremo Alakhlagh. 1st Edition. Qom: Shariferazi publishing; 1788: 365.[In Arabic]
- 27- Majlesi MB. Bihar al-Anwar. Beirut: Dar AlWafa; 1983: 141. [In Arabic]

The effects of halal nutrition on the success rate in life and the formation of human personality

Zahereh Ayazi Rostamkolae^{1*}

1- Department of Jurisprudence and Fundamentals of Law, Mazandaran University of Religions, Qom, Iran.

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Received: 15 February 2021

Acceptance: 17 August 2021

Keywords:

Success
Personality
Identity
Perfect Man
Halal Food

Introduction: The creation of the universe is based on perfectionism. Man, who is the noblest of God's creatures, has the greatest benefit from perfection in the universe. There are four dimensions to human life, the soul, the mind, the body, and the psyche, in which achieving perfection in each of them is considered success to him, but true perfection depends on the balanced growth of these four dimensions. Halal food is one of the most important factors for human growth and perfection in all aspects of his existence.

Methods: The present article investigates the effect of halal and haram food on human personality and the formation of his behavior by descriptive research method and using library resources.

Results: The quality of food, when it acquires value, will have a direct impact on the human body and soul. Halal and Tayeb food, in the most important effect, provides the ground for doing righteous deeds, which have very wide effects on human success. Also in the spiritual dimension, good food causes human inner enlightenment and on the contrary, destroys human faith.

Conclusion: According to the definitions of Islam, nourishment includes food, clothing, hearing, sight, speech, behavior, and thought. Each of the types of nourishment mentioned affects one dimension of human beings.



Use your device to scan and read the article online



Citation (Vancouver): Ayazi Rostamkolae Z. The effects of halal nutrition on the success rate in life and the formation of human personality. Journal of Halal Research. Winter 2022; 4(4):14-22. [In Persian] <https://doi.org/10.30502/H.2022.255572.1053>

*Correspondance to: Zahereh Ayazi Rostamkolae, Email: goftogocenter@gmail.com, Tel: +98- 09111546821

