



تأثیر تغذیه بر اخلاق با توجه به اثر متقابل نفس و بدن بر مبنای قرآن و روایات اهل بیت علیهم السلام

حسین فصیحی، نویسنده مسئول، کارشناس گروه معارف اسلامی دانشگاه علوم پزشکی تهران hoseinefasihi@yahoo.com
بهجت واحدی، استادیار گروه دین و فلسفه دانشگاه خوارزمی (تربیت معلم تهران)
مجتبی پارسا، استادیار گروه اخلاق پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران
نیکزاد عیسی زاده، استادیار مرکز تحقیقات علوم قرآن، حدیث و طب دانشگاه علوم پزشکی تهران

چکیده

سابقه و هدف: گرچه تغذیه علت تامه‌ی اخلاق و رفتار در انسان نیست اما زمینه ساز آن است. با توجه به اینکه یکی از اهداف بعثت انبیاء گسترش فضائل اخلاقی است به خصوص پیامبر اسلام (ص) که هدف از بعثت خویش را «تمام کردن» یا به کمال تام رساندن مکارم اخلاقی می‌داند، به نظر می‌رسد بررسی نقش تغذیه و تاثیر آن در اخلاق با تکیه بر قرآن و حدیث و دیدگاه حکیمان مسلمان به ویژه نظریه جسمانیه الحدوث بودن نفس، یک ضرورت است.
مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مروری بوده که با جستجو در سایتهای Google scholar, SID, Noormags و کتابخانه های دیجیتال از جمله noorlib به منظور دستیابی به مطالعات انجام شده در زمینه رابطه اخلاق و تغذیه و نحوه حدوث و تکامل نفس انسان و ارتباط آن با تغذیه صورت گرفته است.

یافته ها: با توجه به آیات، روایات و دیدگاه های حکیمان مسلمان از جمله عقیده به جسمانیه الحدوث بود نفس در حکمت متعالیه رابطه میان تغذیه و اخلاق تبیین می‌شود. به طور کلی تغذیه از نظر نوع غذا، کمیت آن و کیفیت کسب آن بر اخلاق افراد تأثیری تردید ناپذیر دارد.
نتیجه گیری: تغییر عادات غذایی می‌تواند زمینه ساز تغییر در اخلاق و رفتار گردد. بنابراین با اصلاح عادات غذایی یک جامعه می‌توان به اصلاح برخی از ناهنجاری‌های اخلاقی و رفتاری امیدوار بود.
واژگای کلیدی: تغذیه، اخلاق، قرآن، حدیث