

جایگاه تغذیه در زندگانی امام کاظم (ع)

سیده شریفه نبوی

چکیده

در دوران امامت امام کاظم (ع) به ویژه در ده سال پایانی، وسعت قلمرو اسلامی به بالاترین حد خود رسیده و جهان اسلام از تنوع آب و هوایی مطلوبی برخوردار بود. این امر در کنار پیشرفت تجاری جهان اسلام، سبب شد تا جامعه اسلامی از حیث خوراک، تنوع بسیاری داشته باشد. غلات، حبوبات، گوشت، لبنیات، میوه و انواع سبزی‌ها، از جمله غذاهای متعارف مسلمانان در آن زمان بود. بر این اساس انواع گوشت نظیر گوشت چارپایان، پرندگان و ماهی‌ها، در سفره غذایی مسلمانان وجود داشته و به طرق مختلف مثل آب‌پز، کباب و یا بریان شده از آن‌ها استفاده می‌شد.

مراجعه به منابع روایی و تاریخی، ما را با این حقیقت روبه رو می‌کند که امام کاظم (ع) در سبب غذایی خود و خانواده‌اش از گوشت استفاده کرده، به یاران خود نیز توصیه می‌فرمود تا از گوشت استفاده کنند. آن حضرت ضمن توصیه به خوردن گوشت، از فواید آن نیز سخن می‌گفتند. گاهی نیز اصحاب، وضعیت گوشت خاصی را از جهت حلال و حرام جویا می‌شدند و امام پاسخ می‌دادند. علاوه بر مسلمانانی که به آن حضرت دست‌رسی داشتند، دیگر مسلمانان نیز مسائل و مشکلات خود را در موضوعات مختلف از

ص: ۳۹۸

جمله در زمینه گوشت، با واسطه و یا به وسیله نامه، با آن حضرت در میان می‌گذاشتند و بدین طریق، ضمن اظهار ارادت خود، در رفع ابهامات کوشیدند.

جایگاه گوشت در سبب غذایی از منظر امام کاظم (ع)، موضوع پژوهش حاضر است. سؤال این تحقیق، این است که امام کاظم (ع) در مورد مصرف گوشت چگونه عمل می‌کردند؟ فرضیه مورد بررسی این است که حضرت در حد امکان از گوشت استفاده می‌کردند و به مسلمانان نیز توصیه می‌فرمودند تا در سفره غذایی خود از آن استفاده نمایند. هدف از این پژوهش، انجام دادن تحقیق مستقل در این زمینه، آشنایی با سیره موسی بن جعفر (علیهما السلام) در مصرف گوشت و تأسی به آن حضرت است. در این پژوهش سعی شده تا از روش توصیفی - تاریخی استفاده شود. محدوده زمانی این تحقیق سال‌های ۱۴۸ تا ۱۸۳ قمری. یعنی عصر امامت حضرت است.

در این تحقیق، سعی شده تا از منابع تاریخی، حدیثی و برخی منابع دیگر استفاده شود.

واژگان کلیدی: مصرف گوشت، خوراک، تغذیه، امام کاظم (ع).

مقدمه

خوراک یکی از نیازمندی‌های بشر برای ادامه حیات است. گوشت از جمله غذاهای مهمی به شمار می‌آید که در کنار سایر غذاها مانند غلات، حبوبات، میوه و سبزی، برای سلامتی جسم و روان انسان تأثیر بسزایی دارد. برخی از انسان‌ها دانسته و یا ندانسته، در این امر زیاده‌روی و برخی بالعکس کوتاهی می‌کنند. برخی نیز تنها به نوعی از گوشت بسنده می‌نمایند؛ غافل از این‌که خداوند متعالی، با توجه به نیاز جسم و روح انسان، گوشت چندین نوع از حیوانات اعم از اهلی و وحشی یا چارپا و پرند را حلال شمرده است. خداوند متعالی برای رفع این

ص: ۳۹۹

دسته مشکلات و البته ترقی و تکامل جوامع بشری، انبیا و ائمه اطهار (ع) را در بین بشر قرار داده است.

امام کاظم (ع) از سال ۱۴۸ تا ۱۸۳ پیشوایی شیعیان را بر عهده داشتند. جهان اسلام در دوران امامت آن حضرت، به پیشرفت‌هایی در زمینه جغرافیایی، تجاری و غیره دست یافت. بر این اساس، مسلمانان در امر تغذیه و از جمله گوشت در رفاه بودند؛ اما هم‌چنان سؤالاتی در اذهان مسلمانان وجود داشت. آنان به ویژه شیعیان، با مراجعه به حضرت، ضمن اظهار ارادت به ایشان، می‌کوشیدند تا پاسخ سؤالات خویش را دریافت نمایند.

امام کاظم (ع) به دور از هیاهوی پادشاهان عباسی، زندگی زاهدانه‌ای داشتند؛ اما در حد امکان در سفره غذایی خود و خانواده از گوشت استفاده می‌کردند. البته تاریخ و روایات شیعه و حتی اهل سنت در این باره سخن چندانی ذکر نکرده‌اند. شاید از آن جهت که امر تغذیه را چندان مهم تلقی نمی‌کردند و یا مسائل دیگر مانند مسائل عقیدتی، فقهی و غیره، برای بقای دین اسلام و به ویژه مذهب تشیع، لزوم بیش‌تری داشته است. از مجموع روایاتی که در این زمینه بر جای مانده، می‌توان گفت آن حضرت مانند اجداد طاهرینش سعی داشتند تا با گفتار و رفتار خویش، به مسلمانان بفهمانند که استفاده از گوشت در سبب غذایی، برای سلامت جسم و روح انسان لازم است.

در این پژوهش سعی شده تا از منابع تاریخی و روایی استفاده شود. در بین منابع جدید، پژوهش خاصی در این زمینه انجام نشده است. بر این اساس، چه بسا تحقیق حاضر دارای نواقصی باشد. از آن‌جا که امر تغذیه در امر پیشرفت و تکامل جوامع تأثیر زیادی می‌گذارد و با توجه به این‌که در رهنمودهای ائمه اطهار این دسته اوامر حتماً وجود دارد، شایسته است تا پژوهش‌گران ارجمند به این امر مهم بپردازند.

ص: ۴۰۰

شرح حال مختصر امام کاظم (ع)

امام کاظم (ع) هفتمین امام شیعیان است. نامش «موسی»، کنیه‌اش «ابوالحسن»^۱ و مشهورترین لقبش «کاظم» است.^۲ پدرش امام صادق (ع) و مادرش بانویی گران‌قدر به نام حمیده بود.^۳ امام کاظم (ع) عالم‌ترین و فقیه‌ترین انسان عصرش

۱. شیخ مفید، ارشاد، ج ۲، ص ۵۵۹؛ ابن شهر آشوب؛ مناقب، ج ۴، ص ۳۲۳.

۲. شیخ مفید، همان، ج ۲، ص ۵۷۹؛ ابن شهر آشوب، همان، ج ۴، ص ۳۲۳؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۴۸، ص ۱۱.

۳. شیخ مفید، همان، ج ۲، ص ۲۱۵؛ کلینی، کافی، ج ۱، ص ۴۷۶؛ ابن شهر آشوب، همان، ج ۴، ص ۳۲۳؛ اربلی، کشف‌الغمه، ج ۲، ص ۱۶۰.

و آگاه‌ترین انسان‌ها به کتاب خدا بود. قرآن را با صوت زیبا و در عین حال حزین تلاوت می‌کرد. ۴ در عبادت و زهد، سرآمد مردان عصر خود ۵ و در سخاوت و بخشش بی‌نظیر بود. ۶ ابن شهر آشوب می‌نویسد: «امام کاظم (ع) انسانی والا مقام، گشاده دست، فصیح‌اللهجه و شجاع‌ترین انسان‌ها بود.» ۷ ابن صباغ مالکی از علمای اهل سنت می‌گوید: «مناقب آشکار و فضایل هویدای آن حضرت، بر این نکته شهادت می‌دهد که ایشان به بالاترین نقطه عزت و شرف دست یافته و قله‌های سیادت و بزرگواری را فتح کرده است.» ۸ بدین ترتیب امام کاظم (ع)، برترین انسان عصر خود در جمیع فضایل و کمالات انسانی بوده و همگان اعم از موافق و مخالف زبان به مدح و ثنای ایشان گشوده‌اند.

آن حضرت پس از پدر بزرگوارشان ۳۵ سال مقام امامت را داشتند و با چهار

ص: ۴۰۱

خلیفه عباسی - منصور، مهدی، هادی و هارون الرشید - معاصر بودند. ایشان سرانجام در سال ۱۸۳ در ۵۵ سالگی در زندان سندی بن شاهک مسموم شدند و به شهادت رسیدند و در مقابر قریش بغداد به خاک سپرده شدند. ۹

ارزش غذایی گوشت و چربی

گوشت به عضلات حیوانی مخصوصاً عضلات گاو، گوسفند، بره و غیره گفته می‌شود که برای تغذیه انسان به کار می‌رود. ۱۰ ارزش غذایی گوشت بسیار زیاد است. گوشت دومین ۱۱ منبع تأمین پروتئین بدن به شمار می‌آید و شامل

۴. شیخ مفید، همان، ج ۲، ص ۵۷۹؛ ابن شهر آشوب، همان، ج ۴، ص ۳۲۳.

۵. ابن صباغ مالکی، الفصول المهمه، ج ۲، ص ۹۳۲.

۶. بخشش‌های امام کاظم (ع) به سبب زیاد بودن، ضرب‌المثل شده بود. کسی که پول حضرت را می‌گرفت ولی هم‌چون گذشته از فقر می‌نالید، درباره‌اش می‌گفتند: «عجباً لمن جائه صرة موسى فشكا القله»؛ از کسی که همیان موسی بن جعفر را بگیرد و از بی پولی بنالد، جای تعجب است. (مجلسی، بحارالانوار، ج ۴۸، ص ۲۴۸).

۷. ابن شهر آشوب، المناقب، ج ۴، ص ۳۲۳.

۸. ابن صباغ مالکی، الفصول المهمه، ج ۲، ص ۹۳۷.

۹. کلینی، کافی، ج ۱، ص ۴۷۶؛ ارشاد، ج ۲، ص ۲۱۵؛ طبرسی، امین‌الاسلام، اعلام‌الوری، ص ۲۹۴.

۱۰. نک. فتح‌الله، اعلم، مواد خوراکی ج ۱، ص ۲۵۰؛ غلامحسین، مصاحب، دایره‌المعارف فارسی، ج ۲ بخش اول، ص ۲۴۳۴.

۱۱. پروتئین در بدن همه موجودات زنده اعم از حیوانی و گیاهی یافت می‌شود. ارزش زیستی پروتئین‌های حیوانی بالاتر از پروتئین‌های گیاهی است، زیرا در پروتئین حیوانی همه اسیدهای آمینه لازم که سازنده پروتئین‌های بدن هستند، وجود دارد. (نک: مریم، حبیب‌اللهی، پروتئین ضروری و حیاتی، نشریه «حقوق زنان»، مهر و آبان ۱۳۷۷ ش ۵ ص ۵۲).

انواع آمینواسیدها (مواد معدنی) برای ادامه زندگی انسان است که تقریباً همه آن در بدن استفاده می‌شود. ۱۲ مقدار پروتئین گوشت بر حسب نوع حیوان و موقعیت گوشت در بدن فرق می‌کند. گوشت دارای خاصیت خون‌سازی قوی است و آهن و مس لازم را برای احیای گلبول‌های قرمز در دست‌رس بدن قرار می‌دهد. گوشت همچنین دارای انواع ویتامین است. ۱۳ گوشت قرمز آهن زیاد دارد و قابل جذب است. علاوه بر آن، گوشت سبب می‌شود تا آهن غذاهای دیگر نیز جذب بدن گردد. بر این اساس، اگر گوشت به همراه غذاهای گیاهی حاوی آهن خورده شود و یا در ظروف مسی یا چدنی پخته گردد، سبب بالا رفتن مقدار آهن بدن

ص: ۴۰۲

می‌شود. مرغ و ماهی نیز دارای آهن کافی هستند. ۱۴

با تمام فواید مذکور گوشت، باید در خوردن آن اعتدال را رعایت نمود، به ویژه مبتلایان به کلسترول بالا. این گروه در صورت استفاده از گوشت گاو و گوسفند، حتماً باید تمام چربی آن را جدا کرده، در خوردن گوشت زیاده‌روی نکنند. ۱۵ چربی‌ها به دو قسم حیوانی و نباتی تقسیم می‌شوند. مقدار کالری که به وسیله چربی‌ها تولید می‌گردد، بیش از پروتئین‌هاست. پزشکان معتقدند که مصرف نامتناسب چربی‌ها، سبب افزایش کلسترول ۱۶ خون و در نتیجه موجب تصلب شرائین (سرخرگ‌ها) و سکتة مغزی یا خفقان و یا مسمومیت خون می‌گردد. ۱۷

چربی‌های حیوانی به دو قسم کره، پیه و دنبه تقسیم می‌شوند. کره مهم‌ترین چربی حیوانی است که از لحاظ ویتامین D و A غنی‌تر از سایر چربی‌هاست. ۱۸ پیه و دنبه، چربی جامدی هستند که از بافت‌ها و چربی‌های حیوانات استخراج می‌شوند. ۱۹ پیه و دنبه را اصطلاحاً چربی سنگین می‌گویند. مصرف این نوع چربی نباید زیاد باشد چون هضم آن بسیار

۱۲. نک: محمد مهدی، اصفهانی، آیین تندرستی، ص ۲۷۳؛ فتح‌الله، اعلم، مواد خوراکی، ج ۱، ص ۲۵۰؛ غلامحسین، مصاحب، دایره المعارف فارسی، ج ۲، بخش اول، ص ۲۴۳۴.

۱۳. فتح‌الله، اعلم، مواد خوراکی، ج ۱، ص ۲۵۰-۲۵۲.

۱۴. منصور، اشرفی، آثار و فواید آهن برای بدن، مکتب اسلام، سال ۳۰، ش ۷، ص ۷۰-۷۱.

۱۵. همو، آئین صدری و انفارکتوس (سکتة قلبی)، نشریه «مکتب اسلام» سال ۲۸ ش ۱۲، ص ۹۰۷.

۱۶. کلسترول یک ماده مومی است که به طور طبیعی در بافت حیوانی یافت می‌شود و بدن انسان برای عملکرد مناسب به آن نیاز دارد. مجهول، «چربی‌ها و بیماری‌های قلبی»، نشریه «معلم»، نیمه اول اسفند ۱۳۸۶، شماره یازدهم، ص ۲۶.

۱۷. دوگا، تصلب شرائین، پزشکی در این باره با شما سخن می‌گوید؛ مترجم: احمد راد، نشریه زبان و ادبیات یغما، اسفند ۱۳۳۹ ش ۱۵۲، ص ۵۸۷.

۱۸. شکوه گوهریان، عالم‌انشاء و عفت‌نوازی‌نژاد، تغذیه و تأثیر آن بر سلامت و بهداشت، ص ۲۴.

۱۹. دایره‌المعارف فارسی، ج ۱، ص ۵۸۶.

مشکل است. ۲۰ اما باید دانست که موادی در پیه هست که برای معالجه بیماری‌های پوستی ارزش فراوان دارد. ۲۱
چربی‌های

ص: ۴۰۳

موجود در مغز، مغز استخوان و چربی ماهی نیز ارزش غذایی فراوانی دارند. این چربی‌ها دارای فسفر بوده، در ساختمان سلول‌های عصبی - مغزی و گویچه‌های قرمز خون و غیره دخالت دارند. ۲۲

مصرف گوشت در دوره خلفای معاصر امام کاظم (ع)

گفتیم امام کاظم (ع) با چهار خلیفه عباسی معاصر بودند. در این دوران به ویژه در عصر هارون، جهان اسلام وسعت زیادی یافت و کشورهای ایران، افغانستان، سند ۲۳، ترکستان، قفقاز، ترکیه، عراق، سوریه، فلسطین، عربستان، سودان، الجزایر، تونس، مراکش و اسپانیا، در قلمرو جهان اسلام قرار داشتند. ۲۴ این مطلب را می‌توان از گفت‌گوی امام کاظم (ع) و هارون نیز دریافت. زمانی که هارون ادعای بازگرداندن فدک را به اهل بیت (علیهم السلام) مطرح کرد، امام کاظم (ع) فرمود: «تو این کار را نخواهی کرد؛ زیرا حد فدک شامل عدن، سمرقند، افریقا، ارمنیه و بحر خزر است.» ۲۵ پژوهش‌گران معاصر نیز قلمرو جهان اسلام در عصر هارون را شامل اندلس و مغرب در غرب، هند و چین در شرق، ارمنستان در شمال و یمن در جنوب ذکر کرده‌اند. ۲۶

با توجه به وسعت جهان اسلام و تنوع آب و هوایی، می‌توان گفت که انواع مواد غذایی از جمله گوشت در سرزمین‌های اسلامی یافت می‌شد. بر اساس

ص: ۴۰۴

۲۰. تغذیه و تأثیر آن بر سلامت و بهداشت، همان، ص ۲۵.

۲۱. دوگا، تصلب شرائین، پزشکی در این باره با شما سخن می‌گوید، همان، ص ۵۹۱.

۲۲. تغذیه و تأثیر آن بر سلامت و بهداشت، همان، ص ۲۵.

۲۳. «سند» یکی از ایلات غربی پاکستان است. کلمه «سند» صورت فارسی قدیم کلمه «هند» است. اعراب سند را بر ایالت بزرگی اطلاق می‌کردند. امروزه قسمتی از آن را بلوچستان گویند و قسمتی دیگر آن جزء سند کنونی است. (علی‌اکبر، دهخدا، لغت‌نامه دهخدا ج ۲ ص ۲۸، ص ۶۵۷).

۲۴. پیشوایی، سیره پیشوایان، ص ۵۱۰.

۲۵. نک. ابن شهر آشوب، مناقب، ج ۴، ص ۳۲۰؛ ابوالفرج اصفهانی، مقاتل الطالبیین، ص ۳۵۰؛ بحارالانوار، ج ۲۹، ص ۲۰۰-۲۰۱؛ پیشوایی، همان، ص ۴۶۲.

۲۶. عبدالجبار، جومرد، هارون الرشید حقائق عن عهده و خلافته، ص ۳۰۹.

منابع تاریخی، در عصر منصور عباسی (۱۳۷-۱۵۸ ق) گوشت گوسفند و گاو و روغن حیوانی در بازارهای بغداد یافت می‌شد. ۲۷ هم‌چنین گروه‌های مختلفی مانند مرغ‌فروشان، ۲۸ ماهی‌فروشان ۲۹، روغن‌فروشان ۳۰ و گوشت‌فروشان ۳۱ در بازار بغداد به کار اشتغال داشتند. زمانی منصور عباسی به همراه گروهی از سپاهیان به مهمانی عمویش «عیسی بن علی» رفت. عیسی برایشان طعام رنگارنگ مهیا کرد که از جمله آن‌ها گوشت گوسفند، مرغ و گوشت سرد بود. عیسی هنگام بازگشت منصور، زنبیلی از غذاها به سپاهیان هادی داد که از جمله موجودی آن گوشت بزغاله، مرغ، جوجه و گوشت سرد بود. ۳۲ در عصر مهدی عباسی (۱۵۸-۱۶۹ ق) و هادی عباسی (۱۶۹-۱۷۰ ق) نیز گوشت در چرخه غذایی مردم قرار داشت. بر اساس روایتی از علی بن یقطین، مهدی عباسی هنگامی که در «ماسبدان ۳۳» بود، از مقداری نان و گوشت سرد تغذیه کرد که با سرکه پخته شده بود. ۳۴ مصرف گوشت پس از آن نیز به مرور زمان از تنوع بیش‌تری برخوردار شد، چنان که در عصر هارون (۱۷۰-۱۹۳ ق) از گوشت شتر، گاو میش، پرندگان و ماهی نیز برای

ص: ۴۰۵

تغذیه استفاده قرار می‌شد. ۳۵ هم‌چنین در این مجالس، برخی از میزبانان از جمله ابراهیم بن مهدی، ۳۶ ماهی‌های فراوانی تهیه می‌کردند تا به شخص خلیفه خوراک زبان ماهی پیش‌کش کنند. ۳۷ منابع تاریخی، گویای آن است که گوشت شتر مورد علاقه هارون بوده است. روزی هارون از آشپز دربار پرسید: «آیا غذایی از گوشت شتر جوان موجود هست؟»

۲۷. خطیب بغدادی، تاریخ بغداد، ج ۱، ص ۳۰؛ ابن‌کثیر، البدایه و النهایه، ج ۱۰، ص ۹۹.

۲۸. یعقوبی، البلدان، ص ۲۴۶.

۲۹. صولی، اخبار الرازی و المتقی بالله، ص ۲۶۱.

۳۰. صولی، همان، ص ۲۶۱.

۳۱. صباح ابراهیم سعید، الشیخی، الاصفاف فی العصر العباسی، ص ۷۵، به نقل از تنوخی، الفرج بعد الشده، ج ۲، ص ۲۳۳ و ۳۵۷.

۳۲. حسن ابراهیم حسن؛ تاریخ اسلام، ج ۲، ص ۴۲۴؛ یاقوت حموی، معجم الادباء، ج ۴، ص ۳۶۱؛ مکی، تمدن اسلامی از حسن، ص ۱۶۰.

۳۳. ماسبدان یکی از نواحی بلاد جبل است. (مقدسی، محمد بن احمد، احسن التقاسیم، ص ۳۸۶). جبل یا جبال در نقل جغرافی دانان قدیم، ناحیه کوهستانی پهناوری است که از باختر به جلگه‌های بین‌النهرین و از خاور به کویر بزرگ ایران محدود می‌شود و شاهراه بزرگ بغداد به خراسان است. (احمد بن محمد، همدانی (ابن فقیه)، البلدان، ص ۲۰۱).

۳۴. تاریخ طبری، ج ۸، ص ۱۷۰؛ تاریخ یعقوبی، ج ۲، ص ۴۰۱.

۳۵. نک: عبدالجبار، جومرد، هارون الرشید حقائق عن عهده و خلافته، ص ۳۰۲.

۳۶. مسعودی، مروج الذهب، ج ۲، ص ۲۷۹؛ حسن ابراهیم حسن، تاریخ الاسلام، ج ۲، ص ۳۴۶.

۳۷. حسن ابراهیم حسن، همان، ج ۲، ص ۳۴۶، به نقل از مسعودی؛ مروج الذهب، ج ۲، ص ۲۷۹-۲۸۰؛ معجم البلدان، قسمت قصر عیسی بن علی.

آشپز پاسخ داد: «بله و بلکه رنگ‌های مختلفی از آن وجود دارد.»^{۳۸} هم‌چنین روزی یکی از امرا، هارون را به مهمانی دعوت کرد. پس از آن‌که هارون در مجلس وی حاضر شد، آشپزان ظرف غذایی پیش روی هارون قرار دادند که در آن ماهی گران‌قیمتی وجود داشت.^{۳۹}

مصرف گوشت در عصر امام کاظم (ع)

از فرمایش‌های امام کاظم (ع) در منابع اسلامی درباره اهمیت گوشت، استفاده می‌شود که خوردن آن، سبب رویش گوشت می‌گردد و هر کس به اندازه لقمه‌ای چربی (پیه و دنبه) ۴۰ بخورد، به همان اندازه درد از بدنش خارج می‌شود.^{۴۱} هم‌چنین آن حضرت در پاسخ این سؤال که نخوردن گوشت در ظرف سه روز سبب بدخلقی می‌شود، فرمود: «چنین چیزی دروغ است؛ اما اگر کسی در طول چهل

ص: ۴۰۶

روز گوشت نخورد کج خلق می‌شود و بدنش ضعیف می‌گردد.»^{۴۲} بر این اساس، خوردن گوشت و چربی برای سلامت جسم و روان انسان مفید است.

گوشت‌هایی که آن حضرت و شیعیانشان استفاده می‌کردند، به سه دسته عمده تقسیم می‌شدند.

۱. گوشت آبزیان

ماهی مهم‌ترین حیوان آبزی به‌شمار می‌آید که بشر همواره از آن استفاده می‌کرده است. بر اساس تحقیقات، غذاهای دریایی به ویژه ماهی و روغن آن، مهم‌ترین منبع تأمین اسیدهای چرب لازمه بدن هستند.^{۴۳} گوشت ماهی، سرشار از پروتئین، ویتامین و مواد مورد نیاز بدن است. از آبزیان می‌توان به عنوان یک منبع مطمئن و کاهش‌دهنده آثار سوء تغذیه استفاده کرد. پروتئین حیوانی به ویژه ماهی، به دلیل داشتن اسیدهای آمینه لازم و عوامل محرک رشد، اثر مهمی در ترمیم بافت‌ها و سلامت و شادابی انسان و به طور کلی رشد بدن دارد. هم‌چنین مصرف زیاد ماهی، میزان کلسترول خون را پایین آورده، مانع لخته شدن آن می‌شود.^{۴۴} مصرف ماهیان کم‌چرب نیز سبب کاهش وزن می‌گردد.^{۴۵}

۳۸. ابن‌کنیر؛ البدایه و النهایه، ج ۱۰، ص ۲۱۶؛ جومرد، هارون‌الرشید حقائق عن عهده و خلافته، ص ۲۳۵-۲۳۶؛ پیشوایی، سیره پیشوایان ص ۴۷۷.

۳۹. عبدالجبار، جومرد، همان، ص ۲۳۵.

۴۰. با توجه به روایت که لفظ «شحم» دارد، مراد از چربی در این جا پیه و دنبه است که اصطلاحاً به آن‌ها چربی سنگین می‌گویند.

۴۱. برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۶۴-۴۶۵.

۴۲. برقی، همان، ج ۲، ص ۴۶۶.

۴۳. مجهول، «ماهی یا گوشت قرمز»، نشریه گزارش، ص ۴۸.

۴۴. مریم، حبیب‌اللهی، «چربی‌ها سودمند یا زیان‌آور»، نشریه حقوق، حقوق زنان، شهریور ۱۳۷۷، ش ۴، ص ۴۷.

بر اساس روایات، گوشت ماهی در سبذ غذایی عصر امام کاظم (ع) قرار داشته است. ایشان پس از توصیه ابراهیم بن عبدالحمید به تغذیه از گوشت ماهی می‌فرماید: «اگر آن را بدون نان بخوری، تو را کفایت می‌کند و اگر با نان بخوری،

ص: ۴۰۷

غذای گوارایی برای توست.» ۴۶ بر اساس روایات دیگری از آن حضرت، «ماهی جسم را ذوب می‌کند و چربی چشم‌ها را از بین می‌برد.» ۴۷

ماهی تازه در نزد آن حضرت اهمیت ویژه‌ای داشت. زمانی امام کاظم (ع) به یکی از یاران خود به نام «معتب» دستور داد تا برایش ماهی تازه تهیه کند. پس از آن‌که وی ماهی را تهیه کرد، حضرت به او فرمود تا با بخشی از آن «سکباج» ۴۸ درست کند و بخش دیگری را کباب نماید. آن‌گاه امام قسمتی از آن را برای ناهار و قسمتی دیگر را برای شام استفاده کردند. ۴۹

«ربیثا» ۵۰ نوعی ماهی بود که در سفره غذایی مسلمانان عصر امام کاظم (ع) وجود داشت. «این نوع ماهی کوچک‌تر از سایر انواع ماهی و ارزان‌تر بود. به همین دلیل مردم عادی که توان خرید ماهی‌های بزرگ و گران‌قیمت را نداشتند، به آن بسنده می‌کردند.» ۵۱ جعفر بن یحیی احول به نقل از برخی می‌گوید: «ابوالحسن موسی (ع) را دیدم که با گروهی غذا می‌خورد. در آن حال ظرف‌های کوچکی به نام «سکرجه» ۵۲ آوردند. حضرت دستش را جلو آورد و یکی از آن ظرف‌ها را که حاوی «ربیثا» بود، گرفت و از آن خورد. برخی از اصحاب گفتند:

۴۵. غذاهای دریایی و انسان، نشریه علوم انسانی، گزارش، آبان ۱۳۷۰، ش ۱۱، ص ۱۲ و ۱۳.

۴۶. برقی، همان، ج ۲، ص ۴۷۵؛ کلینی، کافی، ج ۶، ص ۳۲۳.

۴۷. کلینی، همان، ج ۶، ص ۳۲۳-۳۲۴؛ طوسی، من‌لایحضره‌القیه، ج ۳، ص ۳۵۱-۳۵۲.

۴۸. سکباج معرب سکبا و نوعی آش است که با گوشت چربی‌دار، هویج، بادمجان، بادام، کشمش، انجیر خشک و مخلوطی از شیر خرم، سرکه و ادویه پخته می‌شد و غذایی مناسب همه فصل‌ها و همه حالات بود و حتی در سفر و حضر از آن استفاده می‌کردند. از این رو، به «مخ‌الطعمه» و «سیدالمرق» معروف بود. (نک: محمد، مناظر احسن، زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، مترجم: مسعود رجب‌نیا ص ۱۱۰، دهخدا؛ لغت‌نامه دهخدا، ج ۳۸، ص ۵۵۶).

۴۹. برقی؛ محاسن، ج ۲، ص ۴۷۷؛ کلینی، کافی، ج ۶، ص ۳۲۳.

۵۰. ربیثا نوعی ماهی که دارای پولک‌های ریز است. (طریحی، مجمع‌البحرین، ج ۲، ص ۲۵۴).

۵۱. زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، همان، ص ۱۱۳ به نقل از وشاء موشی، ص ۱۹۲.

۵۲. «سکرجه» ظرف کوچکی است که در آن مقداری اندکی از مواد اشتها‌آور مانند ترشی و ادویه ریخته، بر سفره قرار می‌دهند. (نک: ابن اثیر، النهایه فی غریب الحدیث و الأثر، ج ۳، ص ۳۸۴؛ ابن منظور، لسان‌العرب، ج ۴، ص ۳۷۶؛ دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ج ۳۸، ص ۵۵۷).

ص: ۴۰۸

«جانم به فدایت! ما می‌خواستیم در مورد «ریبنا» از شما سؤال کنیم ولی دیدیم که شما از آن خوردید.» حضرت فرمود: «اشکالی ندارد.» ۵۳

۲. گوشت پرندگان

گوشت پرندگان به دو دسته تقسیم می‌شوند: گوشت‌های سفید مانند گوشت جوجه، کبک و بوقلمون نر که کم‌چرب و سریع‌الهضم هستند و گوشت‌های سیاه مانند گوشت اردک و غاز که پرچربی و زیاد مغذی هستند اما دیرتر هضم می‌شوند. ۵۴ این دسته از گوشت‌ها ارزش پروتئینی گوشت قرمز را دارند. ۵۵ گوشت پرندگان در سبب غذایی مسلمانان عصر امام کاظم (ع) اهمیت ویژه‌ای داشته است. بر اساس منابع تاریخی، در بغداد چند بازار فروش پرندگان وجود داشته که فروش جوجه از داد و ستدهای عمده آنان بوده و جوجه کسکریه ۵۶ مشتری فراوانی داشته است. ۵۷

الف) گوشت شترمرغ

در مورد شترمرغ روایتی از امام کاظم (ع) وجود ندارد که به صراحت بر خوردن آن دلالت کند، اما اصحاب آن حضرت سؤالاتی در این زمینه مطرح کرده‌اند. از آن‌جا که طرح سؤال در این زمینه غالباً دلالت بر خوردن می‌کند، بر این اساس می‌توان گفت شترمرغ از جمله حیواناتی بوده که در سفره غذایی

ص: ۴۰۹

شیعیان گه گاهی وجود داشته است. علی بن جعفر از آن حضرت پرسید: «اگر مردی در حال احرام شترمرغی را شکار کند، وظیفه‌اش چیست؟» حضرت فرمود: «کفاره‌اش یک شتر است؛ اگر نمی‌تواند به شصت مسکین صدقه بدهد و اگر نمی‌تواند هیجده روز روزه بگیرد.» ۵۸

ب) گوشت کبک

۵۳. برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۷۸؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۱۰-۲۱۱.

۵۴. زول کورمن، حفظالصحه، نشریه ارمغان، سال هشتم، ش ۸، ص ۵۷۵.

۵۵. مریم، حبیب‌اللهی، همان، ش ۴، ص ۵۴.

۵۶. «کسکر» روستایی میان دجله و فرات بود. مرغ کسکری فریه و خوشمزه بود و گاه چنان چاق می‌شد که به سنگینی بز یا گوسفند می‌رسید. (محمد، مناظر احسن، زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، مترجم: مسعود رجب‌نیا، ص ۱۰۶).

۵۷. محمد؛ مناظر احسن، همان، ص ۱۰۶، به نقل از الحيوان، ج ۲، ص ۲۴۸.

۵۸. علی بن جعفر عریضی، مسائل علی بن جعفر و مستدرکات‌ها، ص ۱۲۰.

گوشت کبک تفاوت چندانی با گوشت مرغ، غاز و اردک ندارد. در فصل‌های سرد سال، مصرف گوشت کبک همچون سایر گوشت‌ها، می‌تواند از بسیاری عفونت‌های تنفسی پیش‌گیری کند. گوشت کبک از لحاظ آهن، فقیر است اما میزان چربی و کلسترول آن کم‌تر از گوشت مرغ است.^{۵۹}

کبک از جمله پرندگانی بوده که گوشت آن در سید غذایی عصر امام کاظم (ع) به ویژه افراد مریض قرار داشته است. بر اساس روایات امام کاظم (ع) به یارانش توصیه می‌کرد تا برای معالجه فرد مبتلا به تب به او گوشت کبک بخوراند؛ زیرا گوشت کبک ساق پاها را تقویت می‌کند و تب را به طور کلی از بین می‌برد.^{۶۰}

ج) گوشت کبوتر

در مورد استفاده از گوشت کبوتر در امر تغذیه روایت صریحی مشهود نیست، اما روایاتی از آن حضرت در زمینه صید کبوتر وجود دارد. از آن جا که کبوتر از جمله حیوانات حلال‌گوشت است، بر این اساس می‌توان گفت، گوشت آن در سید غذایی عصر امام کاظم (ع) قرار داشته است. آن حضرت در پاسخ محمد بن فضیل مبنی بر صید کبوتری که قیمت آن نیم درهم یا یک درهم باشد، فرمود:

ص: ۴۱۰

«اگر صاحب آن را می‌شناسی برگردان؛ در غیر این صورت، اگر کبوتر قدرت پرواز دارد، از آن توست.»^{۶۱} بر اساس روایت دیگری، آن حضرت صید کبوتر حرم را در حالی که صیاد بداند کبوتر حرم است، اگر چه در خارج حرم آن را صید کرده باشد، حرام دانست.^{۶۲} در مورد صید کبوتر روایات دیگری نیز وجود دارد.^{۶۳}

د) گوشت هوبره

هوبره^{۶۴} از جمله پرندگانی است که امام کاظم (ع) استفاده از گوشت آن را جایز شمردند. گوشت هوبره بنا بر فرمایش آن حضرت برای رفع بواسیر، درد پشت و ازدیاد قوای جنسی مفید است.^{۶۵}

۵۹. <http://www.tebyan.net/mobile.aspx/Comment>

۶۰. کافی، ج ۶، ص ۳۱۲؛ حرعاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۵، ص ۴۹؛ شیر، طب‌الائمه، ص ۱۲۰.

۶۱. کلینی، همان، ج ۶، ص ۲۲۲.

۶۲. علی بن جعفر عریضی، مسایل علی بن جعفر و مستدرکات‌ها، ص ۲۷۱.

۶۳. همان؛ حمیری، عبدالله بن جعفر، قرب‌الإسناد، ص ۲۷۸.

۶۴. هوبره مرغی است خاکستری رنگ و منقارش دراز، دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ج ۴۸، ص ۳۳۱.

۶۵. کافی، ج ۶، ص ۳۱۳.

پرندگان دیگری مانند مرغ، اردک و دراج ۶۶ نیز در سفره غذایی آن دوره وجود داشتند. بر اساس منابع تاریخی، ساکنان بغداد از گوشت پرندگان اهلی در خوراک استفاده می‌کردند. به گفته جاحظ، جوجه، اردک و دراج را غروب سر می‌بردند و در طول شب در ماست می‌خوابانیدند و سپس از آن غذا درست می‌کردند. ۶۷ بر اساس روایتی، امام کاظم (ع) با استناد به سخن رسول اکرم (ص) استفاده از گوشت مرغ را در حال احرام جایز شمردند. ۶۸

ص: ۴۱۱

۳. گوشت چارپایان

گوشت چارپایان، جزء گوشت قرمز به شمار می‌آید که پیش‌تر در مورد آن سخن گفته شد. با مراجعه به روایات، می‌توان دریافت که گوشت چارپایان نزد مسلمانان اهمیت خاصی داشته و در عصر امام کاظم (ع) نیز اهمیت خود را حفظ کرده است. بر اساس روایات، مسلمانان از چارپایان مختلفی برای تغذیه استفاده می‌کردند که اسلام حلیت آن‌ها را تأیید کرده بود.

الف) گوشت آهو

بر اساس روایتی از علی بن جعفر، امام کاظم (ع) خوردن گوشت آهو را جایز شمردند. علی بن جعفر از آن حضرت پرسید: «اگر شکارچی آهو یا گورخر یا پرنده‌ای را بر زمین بیندازد و سپس فرد دیگری آن را با تیر بزند و بمیرد، آیا خوردن آن جایز است؟» حضرت فرمود: «در صورتی که موقع تیراندازی نام خدا را برده باشد، می‌تواند آن را بخورد.» ۶۹ در روایت دیگری نیز علی بن جعفر از آن حضرت در مورد خریدن آهو و خوردن گوشت آن در حال احرام پرسید. حضرت پاسخ دادند: «هر کس از آن آهو خورده است، باید کفاره بدهد.» ۷۰

ب) گوشت شتر

۶۶ دراج نوعی پرنده شبیه به کبک و بزرگ‌تر از آن است. پرهایش دارای خال‌های سیاه و سفید و نوک آن کوتاه است. این اسم بر مذکر و مؤنث آن یکسان اطلاق می‌شود. این پرنده بسیار تخم می‌گذارد و همواره شکر پروردگار به جا می‌آورد. (طریحی، مجمع‌البحرین، ج ۲، ص ۳۰۰؛ بستانی، فؤاد افرام، فرهنگ ابجدی، عربی فارسی، ج ۱، ص ۳۸۸).

۶۷. زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، ص ۱۰۶، به نقل از حیوان، ج ۲، ص ۲۴۸.

۶۸. مسائل علی بن جعفر و مستدرکات‌ها، ص ۲۷۱-۲۷۲.

۶۹. علی بن جعفر عریضی، همان، ص ۱۷۷؛ وسایل الشیعه، ج ۲۵، ص ۵۱.

۷۰. علی بن جعفر عریضی، همان، ص ۲۷۲؛ عبدالله بن جعفر حمیری، قرب‌الاسناد، ص ۱۰۷، با اختلاف اندک.

گوشت شتر از جمله منابع غذایی مسلمانان از عصر رسول اکرم (ص) بوده و در عصر امام کاظم (ع) نیز رواج داشته است. روایتی از امام کاظم (ع) گویای آن است که رسول خدا خوردن گوشت شتر، گاو و گوسفند را در حرم جایز می‌دانستند. ۷۱

ص: ۴۱۲

شتر خراسانی نوعی شتر بود که گوشت آن در سبب غذایی مسلمانان عصر امام کاظم (ع) و حتی قبل از آن حضرت وجود داشت. بر اساس روایتی از داوود رقی، خوارج از تفسیر آیه (وَمِنَ اللَّيْلِ أَتَيْنَ) ۷۲ سؤال کردند. امام صادق (ع) پس از مراجعه داوود رقی، در پاسخ این سؤال فرمودند: «مراد از آن، دو جفت (نوع) شتر بخاتی ۷۳ و عراب ۷۴ است.» ۷۵ استفاده از گوشت شتر خراسانی در سبب غذایی، به دلایلی مورد سؤال شیعیان بوده است. شاید علت این امر، شبهه‌ای بوده که قبل از امام کاظم (ع) از سوی برخی القا می‌شده و تا آن هنگام نیز وجود داشته است. داوود رقی می‌گوید: «به امام صادق (ع) نوشتم که مردی از اصحاب ابی‌الخطاب ۷۶ مرا از خوردن گوشت بخت و کبوتران مسرول نهی می‌کند.» حضرت در پاسخ فرمود: «سوار شدن بر بخت و نوشیدن شیر آن‌ها و خوردن گوشت آن‌ها و خوردن گوشت کبوتران مسرول اشکالی ندارد.» ۷۷ علت دیگر این امر، خوارج بودند که روایت آن بیان شد.

ج) گوشت گاو

بر اساس روایات، امام کاظم (ع) از گوشت گاو برای تغذیه خود استفاده

ص: ۴۱۳

۷۱. علی بن جعفر عریضی، همان، ص ۲۷۱.

۷۲. سوره بقره، آیه ۱۴۴.

۷۳. البخت ... هی الابل الخراسانی، بخت یعنی شتر خراسانی، خلیل بن احمد فراهیدی، العین، ج ۴، ص ۲۴۲؛ ابن منظور، لسان العرب ج ۲، ص ۹.

۷۴. الابل العرب هی العربیه، شتر عراب یعنی شتر عربی. (فراهیدی، العین، ج ۲، ص ۱۲۸؛ الابل العرب ... خلاف البخاتی. ابن منظور، همان، ج ۱، ص ۵۹۰؛ طریحی، مجمع‌البحرین، ج ۲، ص ۱۱۷.

۷۵. علی بن ابراهیم قمی، (م. قرن ۳)، تفسیر قمی، ج ۱، ص ۲۱۹؛ محمدحسین، طباطبائی، تفسیرالمیزان، ج ۷، ص ۳۷۰.

۷۶. ابوالخطاب محمد بن ابی زینب اسدی از اصحاب امام صادق (ع) بود و سپس در زمره غالیان و دروغ‌گویان قرار گرفت و در احادیث آن حضرت دست برد و سخنانی را به دروغ به آن حضرت نسبت داد. وی به سبب این کارش مورد لعن امام صادق (ع) و امام رضا (ع) قرار گرفت. (نک: رجال کشی، ص ۲۲۴ و ۲۹۶-۲۹۷؛ علامه حلی، رجال علامه، ص ۲۷۱؛ شهرستانی، محمدبن عبدالکریم، الملل و النحل ج ۱، ص ۱۷۹.

۷۷. کافی، ج ۶، ص ۳۱۱؛ صدوق، من لایحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۳۷؛ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۴، ص ۱۸۹.

می‌کردند. حضرت با فرستادن فردی نزد یکی از اصحابشان به نام «لقافی» ۷۸ در مکه، از او خواستند تا برایشان گوشت گاو بخرد و آن را به صورت «قدید» ۷۹ درآورد. ۸۰ هم‌چنین آن حضرت هنگامی که به کشت‌زارشان در خارج مدینه می‌رفتند، برای تغذیه مقداری «قدید» با خود می‌بردند. ۸۱ بر اساس فرمایشی از آن حضرت، آرد گندم یا آرد جو بو داده شده و آش گوشت گاو، بیماری برص را از بین می‌برد. ۸۲

(د) گوشت گاومیش

گاومیش در ۲۵۰۰ سال قبل از میلاد در عراق وجود داشت. اعراب این حیوان را در زمان امویان برای راندن شیرها از مرزهای شمالی شامات، از سند آوردند اما از گوشت آن در تغذیه استفاده نمی‌کردند. ۸۳ به مرور زمان، استفاده از گوشت آن نیز مرسوم شد، اما هنوز ابهاماتی در ذهن برخی مسلمانان وجود داشت. بر اساس روایتی «واقفیه» ۸۴ به حرمت گوشت گاومیش معتقد بودند. ۸۵ امام کاظم (ع) در پاسخ

ص: ۴۱۴

به این دسته سؤالات استفاده از گوشت گاومیش و شیر و کره آن را جایز شمردند. ۸۶

(ه) گوشت گوسفند

۷۸. در منابع رجالی دو نفر با این عنوان از اصحاب امام کاظم (ع) ذکر شدند: ۱. نشیط بن صالح بن لفافه. (احمد بن علی، نجاشی، رجال النجاشی ص ۴۲۹؛ رجال شیخ طوسی، ص ۳۱۶). ۲. لفافه النقاش. (رجال شیخ طوسی، ص ۵۴۹؛ ابوالقاسم، موسوی خویی، معجم رجال الحدیث، ج ۱۵، ص ۱۳۹).
۷۹. گوشتی که آن را قطعه قطعه کرده (بنا بر قولی گوشت را به درازا قطعه قطعه کنند) و خشک نمایند. قدید یعنی گوشتی که آن را نمک‌سود کرده، در آفتاب خشک کنند. (ابن منظور، لسان العرب، ج ۱۲، ص ۳۴).
۸۰. برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۳۶؛ وسایل الشیعه، ج ۲۵، ص ۵۵. البته این روایت در محاسن از «لقافی» و در وسایل الشیعه از «لقافی» نقل شده که ظاهراً تصحیف صورت گرفته است.

۸۱. مفید، ارشاد، ج ۲، ص ۵۷۵-۵۷۶.

۸۲. کافی، ج ۶، ص ۳۱۱؛ وسایل الشیعه، ج ۲۵، ص ۴۴ به همین مضمون.

۸۳. زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، ص ۱۰۸.

۸۴. واقفیه گروهی از شیعه هستند که معتقدند موسی بن جعفر (ع) آخرین امام و همان مهدی موعود است. آنان قائلند که او نمرده، بلکه زنده است و پس از غیبت خروج می‌کند. (شهرستانی، الملل و النحل، ج ۱، ص ۱۹۸؛ سیدمرتضی، حسینی دشتی، معارف و معاریف ج ۵، ص ۲۳۰۱؛ صابری، حسین، تاریخ فرق اسلامی، ج ۲، ص ۲۹۵).

۸۵. طوسی، التهذیب، ج ۷، ص ۱۲۹؛ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۵، ص ۵۳.

۸۶. کافی، ج ۶، ص ۳۱۳؛ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۵، ص ۵۲.

گوشت گوسفند از زمان رسول اکرم (ص) در سفره غذایی مسلمانان جایگاه خاصی داشت و پس از آن نیز جایگاه خود را حفظ کرد. بر اساس فرمایشی از رسول اکرم (ص)، گوشت گوسفند برطرف کننده بیماری است.^{۸۷} گوسفند بهترین حیوانی بوده که ذبح آن برای عقیقه در روایات ذکر شده چنانکه رسول اکرم (ص) پس از تولد امام حسن و امام حسین (ع) گوسفند عقیقه کردند.^{۸۸} امام کاظم (ع) نیز برای عقیقه دختر و پسر، گوسفند نر را یکسان شمردند.^{۸۹} بر این اساس، گوشت گوسفند در سبب غذایی مسلمانان جایگاه خاصی داشته اما برخی استفاده از آن را نیکو نمی دانستند. سعد بن سعد می گوید: به ابوالحسن (ع) عرض کردم: «خانواده ام گوشت گوسفند نمی خورند؛ زیرا معتقدند گوشت گوسفند سبب بیماری پوستی، سردرد و سایر بیماری ها می شود.» حضرت فرمود: «ای سعد! اگر چیزی نزد خداوند برتر از گوشت گوسفند بود، هر آینه آن را فدیه حضرت اسماعیل قرار می داد.»^{۹۰} امام کاظم (ع) با بیان این سخن، علاوه بر بیان اهمیت گوشت گوسفند و مقام والای حضرت اسماعیل (ع)، تفکر غلط عصر عباسیان را اصلاح کردند. آن ها گوشت بز را برتر از سایر گوشت ها می دانستند.^{۹۱}

ص: ۴۱۵

(و) گوشت گورخر

علی بن جعفر می گوید: از امام کاظم (ع) پرسیدم: «شکارچی آهو یا گورخر یا پرنده ای را بر زمین می اندازد؛ سپس فرد دیگری آن را با تیر می زند و می میرد؛ آیا می تواند آن را بخورد؟» حضرت فرمود: «تا هنگامی که تغییر نکرده» می تواند آن را بخورد؛ در صورتی که موقع تیراندازی نام خدا را برده باشد.^{۹۲}

۴. گوشت حشرات

ملخ تنها حشره ای است که دین اسلام خوردن آن را تجویز کرده و شیعیان نیز از گوشت آن در سفره غذایی خود استفاده می کردند. علی بن جعفر می گوید: از امام کاظم (ع) پرسیدم: «اگر ملخ پس از صید بمیرد آیا خوردن آن جایز است؟» حضرت فرمود: «اشکالی ندارد؛^{۹۳} اما اگر ملخ در صحرا یا دریا بمیرد^{۹۴} یا ملخ ریزه باشد که هنوز توان پرواز ندارد، خوردن آن جایز نیست.»^{۹۵}

۸۷. شبر، طب النبی، ص ۲۷.

۸۸. کافی، ج ۶، ص ۳۳.

۸۹. علی بن جعفر عریضی، مسایل علی بن جعفر، ص ۱۵۵؛ حمیری، قرب الاسناد، ص ۲۹۷.

۹۰. کافی، ج ۶، ص ۳۱۰ ح ۲؛ وسایل الشیعه، ج ۲۵، ص ۴۳، باب ۱۳، ح ۱؛ طبرسی؛ مکارم الاخلاق، ص ۱۵۹.

۹۱. زندگی اجتماعی در عصر عباسیان، ص ۱۰۸.

۹۲. مسایل علی بن جعفر، ص ۱۷۷؛ وسایل الشیعه، ج ۲۵، ص ۵۱.

۹۳. علی بن جعفر عریضی، همان، ص ۱۹۲.

مطلب دیگر در زمینه گوشت، چگونگی پخت آن است. از گوشت به صورت آب‌پز، همراه با خورشت یا آش و یا به صورت کباب می‌توان استفاده کرد. در روایات امام کاظم (ع) هر دو نوع آن ذکر شده است. امام کاظم (ع) می‌فرماید: «آرد گندم یا آرد جو بوداده و آش گوشت، بیماری برص را از بین می‌برد.» ۹۶ و یا بنا بر روایت دیگری، حضرت به یکی از اصحاب خود به نام «معتب» فرمان می‌دهد تا ماهی را برایش سکباج کند. ۹۷

ص: ۴۱۶

خوردن گوشت به صورت کباب، اهمیت خاصی دارد و حتی برای رفع برخی بیماری‌ها مفید است. موسی بن بکر می‌گوید: امام کاظم (ع) از من پرسید: «چرا رنگ چهره‌ات زرد است؟» گفتم: «مریضم.» حضرت فرمود: «گوشت بخور.» پس از آن گوشت را به طور معمول پختم و خوردم. جمعه بعد حضرت مرا دید در حالی که رنگ چهره‌ام همچنان زرد بود. حضرت فرمود: «مگر به تو امر نکردم که گوشت بخوری؟» عرض کردم: «از آن هنگام تا به حال گوشت می‌خورم.» فرمود: «چگونه آن را می‌خوری؟» عرض کردم: «پختم و خوردم.» حضرت فرمود: «این گونه نخور؛ بلکه آن را کباب بکن و بخور.» پس از آن کباب می‌خوردم. جمعه بعد حضرت به دنبالم فرستاد در حالی که خون به چهره‌ام بازگشته بود. حضرت فرمود: «اکنون خوب شد.» ۹۸

بریان کردن صورت دیگر استفاده از گوشت است. بر اساس روایتی، امام کاظم (ع) هنگامی که در زندان هارون بودند، به هنگام افطار از مقداری نان و قطعه‌ای گوشت بریان شده استفاده کردند. ۹۹

نتیجه

امام کاظم (ع) به مدت ۲۵ سال، امامت جهان تشیع را بر عهده داشتند. آن حضرت در این دوران با چهار خلیفه عباسی معاصر بودند. در این دوران، به ویژه در عصر هارون، جهان اسلام از حیث جغرافیایی و تجاری به پیشرفت وسیعی دست یافت. این امر سبب شد تا مسلمانان در امر تغذیه به انواع خوراک دست‌رسی داشته باشند. از این جهت انواع گوشت چارپایان، پرندگان و ماهی‌ها در سفره غذایی مسلمانان وجود داشت. امام کاظم (ع) که همواره راهنمای مسلمانان و به

۹۴. همان، ص ۱۹۲.

۹۵. علی بن جعفر عریضی، همان ص ۱۰۹.

۹۶. برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۷۷؛ کافی، ج ۶، ص ۳۲۳.

۹۷. کلینی، همان، ج ۶، ص ۳۱۱.

۹۸. همان، ص ۳۱۹؛ برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۶۸؛ رجال کشی، ص ۴۳۸.

۹۹. کلینی، همان، ج ۶، ص ۳۲۳؛ صدوق، عیون اخبارالرضا، ج ۱، ص ۱۰۷.

ویژه شیعیان در زمینه‌های مختلف فقهی، عقیدتی، سیاسی، اجتماعی و غیره بودند، سعی می‌کردند تا با رهنمودهای خداپسندانه، به اصحاب بیاموزدند تا جهت تقویت روح و جسم خویش در کنار سایر غذاها، از انواع گوشت در حد امکان استفاده کنند. آن حضرت در فرصت‌های مناسب، از فواید گوشت سخن می‌گفتند تا بدین طریق ضمن آگاهی شیعیان از خاصیت انواع گوشت، آن‌ها را به خوردن آن تشویق نمایند. برخی مواقع نیز شیعیان و اصحاب آن حضرت در پی یافتن پاسخ سؤالات خویش در مورد گوشت و غیر آن، به ایشان مراجعه می‌کردند و بدین ترتیب از تعالیم ارزنده ایشان بهره می‌بردند.

منابع

* قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی.

۱. ابن اثیر، النهایه فی غریب الحدیث (جلد ۳)، تحقیق: طاهر احمد زاوی - محمود محمد الطناحی، قم: مؤسسه اسماعیلیان للطباعة و النشر و التوزیع، ۱۳۶۴.

۲. ابن بسطام، عبدالله و حسین، طبّ الأئمة (ع)، قم: دارالشریف الرضی، چاپ دوم، ۱۴۱۱ ق.

۳. ابن شهر آشوب، محمد بن علی، المناقب (جلد ۴)، قم: ۱۳۷۹ ق.

۴. ابن صباغ مالکی، علی بن محمد، الفصول المهمه فی معرفه الائمه (جلد ۲)، محقق: سامی الغریری، بی‌جا: مؤسسه دارالحدیث الثقافیه، ۱۴۲۲.

۵. ابن عساکر، تاریخ مدینه دمشق، تحقیق: علی شیری، بیروت: دارالفکر للطباعة و النشر و التوزیع، ۱۴۱۵.

۶. ابن کثیر، البدایه و النهایه (جلد ۱۰)، اسماعیل بن عمر بن کثیر الدمشقی (م ۷۷۴)، بیروت: دارالفکر، ۱۴۰۷ / ۱۹۸۶.

۷. ابن منظور، لسان العرب (جلد ۱، ۲، ۴ و ۱۲)، محمد بن مکرم (۷۱۱ ق)، محقق: میردامادی، جمال الدین، بیروت: دارالفکر للطباعة و النشر و التوزیع، دار صادر، ۱۴۱۴ ق.

۸. اربلی، علی بن عیسی، کشف الغمه فی معرفه الأئمة (جلد ۲)، تبریز: بنی هاشمی، ۱۳۸۱ ق.

۹. اشرفی، منصور، آثار و فواید آهن برای بدن، مکتب اسلام، سال ۳۰، ش ۷.

۱۰. -؛ آنزین صدری و انفارکتوس (سکته قلبی)، نشریه «مکتب اسلام» سال ۲۸، ش ۱۲.

۱۱. برقی، احمد بن محمد بن خالد، محاسن، قم: دارالکتب الإسلامیه، چاپ دوم، ۱۳۷۱ ق.

۱۲. پیشوایی، مهدی، سیره پیشوایان، قم: مؤسسه امام صادق (ع)، ۱۳۹۰ / ۱۴۳۲ ق.

۱۳. بستانی، فواد افرام، فرهنگ ابجدی (جلد ۱)، تهران: انتشارات اسلامی، بی‌تا.
 ۱۴. جومرد، عبدالجبار، هارون الرشید حقایق عن عهده و خلافته؛ بی‌جا: شركة المطبوعات للتوزيع و النشر، ۲۰۰۵ م.
 ۱۵. حبیب‌اللهی، مریم، چربی‌ها سودمند یا زیان‌آور، نشریه حقوق «حقوق زنان» شهریور ۱۳۷۷ شماره ۴.
 ۱۶. حر عاملی، محمد بن حسن، تفصیل وسائل‌الشیعه إلى تحصیل مسائل‌الشریعه (جلد ۲۴ و ۲۵)، قم: مؤسسه آل‌البیت (ع)، ۱۴۰۹ ق.
 ۱۷. حسن ابراهیم حسن؛ تاریخ اسلام (جلد ۲)، قاهره: دارالجیل، بیروت و مکتبه‌النهضة المصریه، ۱۴۲۲ ق / ۲۰۰۱ م.
 ۱۸. حسینی دشتی، سیدمرتضی، معارف و معارف (ج ۵)، قم: انتشارات اسماعیلیان، ۱۳۶۹.
 ۱۹. حمیری، عبدالله بن جعفر، قرب الإسناد، قم: مؤسسه آل‌البیت (ع)، ۱۴۱۳ ق.
 ۲۰. خطیب بغدادی، تاریخ بغداد (جلد ۱)، (المکتبه الشامله).
- ص: ۴۱۹
۲۱. دوگا، تصلب شرائین، پزشکی در این‌باره با شما سخن می‌گوید، مترجم: احمد راد؛ نشریه زبان و ادبیات «یغما» اسفند ۱۳۳۹ ش ۱۵۲.
 ۲۲. دهخدا، علی‌اکبر، لغت‌نامه دهخدا (جلد ۲۸، ۳۸ و ۴۸)، زیر نظر: محمدمعین و سیدجعفر شهیدی، تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۷.
 ۲۳. ژول کورمن، حفظ الصحه، نشریه ارمغان، سال هشتم، ش ۸.
 ۲۴. شبّر، عبدالله، طب الأئمه (ع)، بیروت: دارالارشاد، چاپ سوم، ۱۴۲۸ ق.
 ۲۵. شکوه گوهریان، عالم‌انشاء و عفت‌نوابی‌نژاد، تغذیه و تأثیر آن بر سلامت و بهداشت، تهران: مؤسسه چاپ و انتشارات امیرکبیر، ۱۳۴۳.
 ۲۶. شهرستانی، محمد بن عبدالکریم، الملل والنحل (جلد ۱)، بیروت: دارالمعرفه، بی‌تا.
 ۲۷. الشیخلی، صباح ابراهیم سعید، الاصناف فی العصر‌العباسی، بی‌جا: دارالحریه للطباعه، ۱۳۹۶ ق / ۱۹۷۶ م.
 ۲۸. صابری، حسین، تاریخ فرق اسلامی (جلد ۲)، تهران: انتشارات سمت، ۱۳۸۶.
 ۲۹. صدوق، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه (جلد ۳)، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چاپ دوم، ۱۴۱۳ ق.
 ۳۰. صدوق، محمد بن علی؛ عیون اخبار الرضا (ع) (جلد ۱)، محقق: مهدی لاجوردی، تهران: نشر جهان، ۱۳۷۸ ق.
 ۳۱. صولی، اخبار الرازی و المتقی بالله، بی‌جا، بی‌نا، بی‌تا.

۳۲. طباطبائی، محمد حسین، تفسیر المیزان (جلد ۷).

۳۳. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الأخلاق، قم: الشریف الرضی، چاپ چهارم، ۱۴۱۲ ق / ۱۳۷۰ ش.

۳۴. طبرسی، إعلام الوری بأعلام الهدی، حسن بن فضل، تهران: اسلامیة، ۱۳۹۰ ق.

۳۵. طبری، محمد بن جریر، تاریخ طبری (جلد ۸)، تحقیق محمدأبوالفضل ابراهیم، بیروت: دارالتراث، چاپ دوم، ۱۳۸۷ / ۱۹۶۷.

ص: ۴۲۰

۳۶. طریحی، مجمع البحرين (جلد ۲)؛ فخرالدین بن محمد، محقق: احمد حسینی اشکوری، تهران: مرتضوی، ۱۳۷۵. ش.

۳۷. طوسی، محمد بن حسن، رجال الطوسی، قم: مؤسسه النشر الاسلامی التابعة لجامعة المدرسين بقم المقدسه، چاپ سوم، ۱۳۷۳ ش.

۳۸. -؛ التهذیب (جلد ۷)، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵. ش.

۳۹. علی بن جعفر عریضی، مسایل علی بن جعفر و مستدرکاتها، قم: مؤسسه آل البيت (ع)، ۱۴۰۹ ق.

۴۰. علامه حلی، رجال، قم: دارالذخائر، ۱۴۱۱ ق.

۴۱. فراهیدی، خلیل بن احمد، کتاب العین (جلد ۲ و ۴)، قم: نشر هجرت، ۱۴۰۹ ه. ق.

۴۲. قمی، علی بن ابراهیم، تفسیر قمی (جلد ۱)، محقق: طیب موسوی جزائری، قم: دارالکتاب، ۱۴۰۴ ق.

۴۳. کشی، محمد بن عمر، رجال الکشی، مشهد: مؤسسه نشر دانشگاه مشهد، چاپ اول، ۱۴۰۹ ق.

۴۴. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی (جلد ۱ و ۶)، تهران: دارالکتب الإسلامیة، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ ق.

۴۵. مسعودی، علی بن حسین، مروج الذهب و معادن الجواهر (جلد ۲)، قم: دارالهجرة، چاپ دوم ۱۴۰۹ ق.

۴۶. مجلسی، محمدباقر، بحارالأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار (جلد ۲۹، ۴۸ و ۶۲)؛ بیروت: دارإحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ ق.

۴۷. مجهول، چربی ها و بیماری های قلبی، نشریه «معلم»، نیمه اول اسفند ۱۳۸۶، ش یازدهم.

۴۸. مجهول، «ماهی یا گوشت قرمز»، نشریه گزارش.

۴۹. مصاحب، غلامحسین، دائرة المعارف فارسی (جلد ۱ و ۲)؛ تهران: امیرکبیر، چاپ سوم، ۱۳۸۷. ش.

ص: ۴۲۱

۵۰. مفید، الارشاد فی معرفه حجج الله علی العباد (جلد ۲)، مترجم: محمدباقر ساعدی خراسانی، بی‌جا: کتابفروشی اسلامیة، ۱۳۷۶. ش.

۵۱. مقدسی، محمد بن احمد، احسن التقاسیم فی معرفه الأقالیم، قاهره: مکتبه مدبولی؛ چاپ سوم ۱۴۱۱. ق. / ۱۹۹۱ م.

۵۲. نجاشی، احمد بن علی، رجال النجاشی، قم: مؤسسه النشر الاسلامی التابعه لجامعة المدرسين بقم المشرفه، چاپ ششم، ۱۳۶۵. ش.

۵۳. همدانی (ابن فقیه)، احمد بن محمد بن اسحاق، البلدان، تحقیق: یوسف الهادی؛ بیروت: عالم الکتب، ۱۴۱۶. ق. / ۱۹۹۶ م.

۵۴. یاقوت حموی، عبدالله، معجم الأدباء (جلد ۴)، بیروت: چاپ دوم، ۱۹۹۵ م.

۵۵. یعقوبی، احمد بن ابی یعقوب، تاریخ یعقوبی (جلد ۲)، بیروت: دارصادر، بی‌تا.

۵۶. -؛ البلدان؛ بیروت: دارالکتب العلمیه، ۱۴۲۲ ق. ۱۰۰

ص: ۴۲۲