

تبیین نقش غذای حلال در دوران بارداری بر شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک

رضاعلی نوروزی / دانشیار گروه فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه اصفهان

f.mosavi@edu.ui.ac.ir

فاطمه‌سادات موسوی ندوشن / دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه اصفهان

سمیه کیانی / دانشجوی دکتری فلسفه آموزش و پرورش دانشگاه اصفهان

فاطمه هاشمی / دانشجوی دکتری فلسفه آموزش و پرورش دانشگاه اصفهان

دریافت: ۱۴۰۰/۰۱/۲۵ - پذیرش: ۱۴۰۰/۰۵/۱۵

چکیده

غذای حلال و تأثیر آن بر تربیت انسان و داشتن نسلی پاک و صالح، همواره در آموزه‌های دین اسلام مورد تأکید بوده است. هدف این پژوهش، بررسی و تبیین نقش غذای حلال بر رشد جنین و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک است. بدین منظور، این نوشتار با رویکرد توصیفی و تحلیلی، به مطالعه و بررسی آیات قرآن کریم، روایات و آثار مرتبط و استنباط از آنها پرداخته است. نتایج تحقیق بیانگر این است که بین تغذیه و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک هم رابطه مستقیم و هم رابطه غیرمستقیم وجود دارد. غذای حلال یا طیبی که مادر در دوران بارداری مصرف می‌کند، به صورت مستقیم از طریق خون و وراثت به جنینی که از مادر تغذیه می‌کند، منتقل می‌شود. در این صورت، هم بر رشد جسمی و تکامل اندام‌های جنین مؤثر است و هم به دلیل تأثیرگذاری مستقیم بر رفتار و کردار مادر، در بروز رفتار آتی کودک و بینش‌ها و گرایش‌های عملی او نیز تأثیرگذار است. همچنین، غذای حلال به صورت غیرمستقیم بر خلق و خوی مادر تأثیرگذار بوده و توسط حامل‌های وراثت منتقل شده، در منش و رفتار آتی کودک ظهور می‌یابد.

کلیدواژه‌ها: غذای حلال، بارداری، کودک، شخصیت اخلاقی.

مقدمه

تغذیه، یکی از مقوله‌های راهبردی در تکامل جسمی و روحی انسان به‌شمار می‌آید. به‌طور کلی در مکاتب طب کل‌نگر، غذا به‌عنوان جزئی از اکوسیستم جهانی در نظر گرفته شده و از تأثیر محیط پیرامونی، گردش افلاک و صور فلکی، بر نبات و حیوان (دو منبع اصلی مواد غذایی انسان) صحبت می‌شود (یوسفی و شیر افکن، ۱۳۹۳، ص ۲۵). در آموزه‌های دینی نیز تغذیه از جایگاه بسیار ارزشمندی برخوردار بوده و مهم‌ترین عامل سلامتی است که تأثیر به‌سزایی در روند تکامل روح و جسم انسان دارد. از این‌رو، نوع و کیفیت تغذیه بسیار مورد توجه اسلام بوده و احکام و دستورات بسیاری در قرآن پیرامون این موضوع بیان شده است. با مطالعه آیات قرآن، روشن می‌شود که تغذیه انسان، از چنان شأن و اهمیتی برخوردار است که خداوند در آیه‌ای از قرآن، از میان آیات عظیمی که در آسمان و زمین وجود دارد، بر مسئله رزق و روزی تأکید کرده؛ و می‌فرماید: او خدایی است که نشانه‌های خود را به شما نشان می‌دهد، از آسمان برایتان روزی می‌فرستد (غافر: ۱۳). انسان است که با بهره‌مندی از روزی‌های خداوند، بر جهان خارج از خود تأثیر می‌گذارد. لذا غذایی که بر جسم و روح او تأثیر می‌گذارد، باید با فطرت انسان هماهنگ باشد تا زمینه‌ساز سعادت دنیوی و اخروی او باشد (خادمی، ۱۳۸۷، ص ۲۲-۲۱). به همین دلیل، قرآن بر توجه به انتخاب غذاهای پاک و طیب و مناسب شأن انسان تأکید کرده (کهف: ۱۹؛ بقره: ۱۷۲)، پیامبران را به استفاده از غذاهای پاکیزه سفارش نموده است (مؤمنون: ۵۱). به همین جهت، همه پیامبران پیوسته، تنها از غذاهای پاکیزه استفاده کرده و بر اعمال صالح نیز مداومت داشته‌اند. این مسئله مؤید این حقیقت است که خوراکی‌های پاکیزه و طیب موجب انجام عمل صالح می‌گردد و به عکس، خوردن غذای حرام، تن و روان انسان را آلوده ساخته، او را آماده ارتکاب گناه می‌کند (محمودی، ۱۳۷۱، ص ۱۷). بنابراین، زندگی صحیح و سعادت‌مند انسان بر پایه رزق طیب است (جدیدی، ۱۳۹۰، ص ۴۷). در آیه ۳۷ آل عمران می‌فرماید: «فَتَقَبَّلَهَا رَبُّهَا بِقَبُولٍ حَسَنٍ وَأَنْبَتَهَا نَبَاتًا حَسَنًا وَكَفَّلَهَا زَكَرِيَّا كُلَّمَا دَخَلَ عَلَيْهَا زَكَرِيَّا الْمِحْرَابَ وَجَدَ عِنْدَهَا رِزْقًا قَالَ يَا مَرْيَمُ أَنَّى لَكِ هَذَا قَالَتْ هُوَ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ»؛ پس پروردگارش وی را با حسن قبول پذیرا شد و او را نیکو بار آورد و زکریا را سرپرست وی قرار داد. زکریا هر بار که در محراب بر او وارد می‌شد، نزد او [نوعی] خوراکی می‌یافت [می‌گفت ای مریم! این از کجا برای تو آمده است. او در پاسخ می‌گفت: این از جانب خداست که خدا به هر کس بخواهد بی‌شمار روزی می‌دهد. اینکه این غذا چه نوع غذایی بوده و از کجا برای مریم آمده، در آیه شرح داده نشده است. ولی از روایات متعددی، که در تفسیر عیاشی و غیر آن از کتاب شیعه و اهل تسنن آمده استفاده می‌شود که آن یک میوه بهشتی بوده که در غیر فصل در کنار محراب مریم به فرمان پروردگار حاضر می‌شده است. این موضوع جای تعجب نیست که خدا از بنده پرهیزکارش این چنین پذیرایی کند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۲، ج ۲، ص ۳۹۹). غذایی که از بهشت آمده باشد، غذایی پاک است و این نشان می‌دهد که مریم از غذاهای حلال و پاک تغذیه می‌کرده است. برخی مفسران معتقدند: آیه ۲۴ سوره

عس «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ» بر حلال و حرام و تدبیر در نحوهٔ تحصیل طعام اشاراتی دارد؛ چرا که هنگامی که انسان با دیدی ژرف به طعام می‌نگرد، می‌داند که هر طعمی برای هر زمانی شایسته نیست. پس ناگزیر است میان مضر و مفید، نیک و بد، حلال و حرام تمایز قائل شود. لذا جز از آنچه او را سود می‌رساند و حلال است و به قدر بهره‌مندی جسمش، تناول نمی‌کند (مدرسی، ۱۳۶۸، ص ۳۲۱). اهمیت نگرش حلال و حرام به طعام به قدری است که عدم توجه به آن منجر به عصبیان پرودگار خواهد شد (صادقی تهرانی، ۱۳۶۴، ص ۱۲۷).

بنابراین این مقاله با دو پرسش اساسی روبه‌رو است و در پی پاسخ‌گویی به آنها می‌باشد. ۱. آیا غذای حلال در شخصیت اخلاقی انسان مؤثر است؟ ۲. آیا مصرف غذای حلال در دوره بارداری توسط مادر بر شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک تأثیر می‌گذارد؟

در ادوار مختلف تاریخ و از دیدگاه مذاهب گوناگون، رژیم‌های غذایی حائز اهمیت بسیار بوده و در بسیاری از کتاب‌های مذهبی، مطالبی در زمینهٔ تغذیه، به‌ویژه در دوران بارداری منعکس شده است (تقی‌زاده، ۱۳۸۷، ص ۱۵)؛ چرا که دوران بارداری، نقش بسیار بارزی در تربیت کودک در تمامی ابعاد وجودی او دارد. در دوران بارداری، علاوه بر مراقبت‌های معنوی، که باید مدنظر قرار گیرد، مسئله غذای مادر و توجه به حلال بودن آن اهمیت بسیار زیادی دارد. پس از بسته شدن نطفه، به علت قرار گرفتن جنین در رحم مادر، نقش مادر پررنگ‌تر می‌گردد. وی از نظر وراثت و نیز در تکوین شخصیت کودک مؤثرتر است؛ زیرا الف. نقش وراثتی پدر پس از انتقال نطفه پایان می‌یابد، ولی نقش مادر تا نه ماه دوران زندگی جنینی کودک و پس از آن تا دو سال ادامه می‌یابد. کودک در این فاصله، از راه خون و و شیر مادر با او در ارتباط است. ب. ترکیب سلول جنسی مذکر (اسپرم) با سلول جنسی مؤنث (تخمک)، سلول جنین را می‌سازد. ولی تمام پروتوپلاسم از مادر است. ج. از نظر روانی و حتی جسمی، کودک مایهٔ تکامل زن است و زن بدون فرزند خود را ناقص می‌داند و این احساس از یک سو، در ایجاد خصایص مطلوب در کودک مؤثر است و از سوی دیگر، زمینه را برای بقای نسل و پذیرش بار سنگین تربیت و تحمل آن فراهم می‌سازد (شمس‌الدین، ۱۳۹۴، ص ۱۶۳).

جنین از مادر تغذیه می‌کند، به همین دلیل ویژگی‌های رفتاری فرزند و روحیات وی به طور مستقیم تحت تأثیر انواع غذاهایی که مادر میل می‌کند، قرار می‌گیرد. طفل در خانهٔ رحم مادر، یک موجود طفیلی وابسته به وجود وی است و از خود هیچ استقلالی ندارد و زندگی‌اش به زندگی مادر وابسته است. از غذایی که او می‌خورد تغذیه می‌کند و در قوت و ضعف، تابع اوست. پس هرگاه از غذا و آشامیدنی‌های پاک و حلال و سفارش شده استفاده نماید، در روح و جسم فرزند خویش تأثیر بسزایی خواهد گذاشت. رحم آخرین منظر فعالیت عوامل گوناگون تکوینی بشر است و از آنجاکه می‌گذرد به دنیا قدم می‌گذارد. بنابراین خوشبختی و بدبختی انسان را باید در آخرین منزل یعنی در رحم مادر جستجو کرد (فلسفی، ۱۳۴۱، ص ۹۵). در این زمینه پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «الشقی من شقی فی بطن امه و السعید من سعد فی بطن امه؛ ریشه سعادت و شقاوت مردم را باید در رحم مادر

جست‌وجو کرد» (مجلسی ۱۴۰۴، ج ۵، ص ۹). البته پدر و مادر هر دو در انعقاد نطفه و به وجود آمدن سلول اولیه، به طور مساوی سهیم هستند؛ ولی مادر از نظر دوران حمل و تغذیه کودک در رحم سهم بیشتری در ساخت جسم و جان، و شخصیت کودک به دست می‌آورد. به همین جهت تأثیر مادر در خوشبختی و بدبختی فرزند بیشتر از پدر است. پدر پس از انعقاد نطفه دیگر در ساخت طبیعی فرزند تأثیری ندارد، ولی مادر در تمام دوران بارداری در فرزند مؤثر است. فرزند از مادر تغذیه می‌کند و تمام مواردی که در ساخت خود لازم دارد از وی می‌گیرد به همین دلیل سلامت روح، اعتقادات و رفتار مادر، ناپاکی و پاکی اخلاقی وی در جنین اثر مستقیم دارد (فلسفی، ۱۳۴۱). اگر مادر در دوران بارداری غذای سالم و حلال بخورد، تأثیر آن ایجاد روحيات پسندیده و نیک است و اگر بر عکس غذای نامشروع و حرام بخورد خُلقیات ناپسند در او رشد خواهد کرد. پس کیفیت غذای مادر در این دوران می‌تواند در شخصیت اخلاقی کودک اثرگذار باشد.

پیشینه پژوهش

هرچند در زمینه‌های «لقمه حلال و حرام»، و «تربیت فرزند» و مسایل مربوط به آنها، پژوهش‌هایی صورت گرفته است. ولی تاکنون در ادبیات موضوع، اثر علمی مستقلی پیرامون غذای حلال در دوره بارداری و تأثیر آن بر شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک، مشاهده نگردید. اگر چه برخی از نویسندگان، پژوهش‌هایی را به تفکیک متغیرهای فوق و به صورت مستقل انجام داده‌اند.

دهقانی و هادوی (۱۳۹۵)، در تحقیق خود «اثر تربیتی رزق حلال با تأکید بر آیات و روایات»، به بررسی آثار تربیتی رزق حلال با تأکید بر آیات و روایات پرداختند. نتایج تحقیق حاکی از این است که انتخاب شیوه‌های کسب رزق، تأثیر مستقیم در استواری و شکوفایی ابعاد مختلف در پی دارد که مقید بودن به کسب رزق حلال، در بُعد زندگی فردی، شامل عدم پیروی از وسوسه شیطانی، تقویت روحیه شکر، تقویت عمل صالح، آرامش تقویت دینداری می‌باشد. در بُعد زندگی اجتماعی نیز شامل بهره‌مندی از فرزندان صالح، رعایت حقوق دیگران می‌باشد.

فرجام (۱۳۹۲)، در پایان‌نامه کارشناسی ارشد خود، با عنوان «لقمه حلال و حرام در آیات و روایات و تأثیر آن در شکل‌گیری شخصیت و تربیت فرزند» اظهار می‌دارد، در آموزه‌های دینی به آثار و پیامدهای حلال و حرام پرداخته شده است؛ از جمله اینکه لقمه حلال موجب پاکیزگی و قبولی اعمال در سیر تکاملی شخصیت و تربیت فرزند است. و در طرف مقابل، لقمه حرام، سیر تربیتی فرزند را با مشکل اساسی روبه‌رو می‌کند.

یافته‌های پژوهش بهمنی (۱۳۸۸)، با عنوان «بررسی نقش مادر در تربیت دینی فرزند از دیدگاه قران و روایات» نشان می‌دهد که از دیدگاه قران، در مرحله قبل از بارداری نقش وراثتی مادر از جهت اخلاقی، هوشی، رفتاری و خانوادگی در تربیت دینی فرزند مؤثر است. همچنین تغذیه وی در این دوران و خودسازی‌اش در تربیت فرزند مؤثر است. در مرحله بارداری نیز ایمان و اعتقادش، اخلاق و تقوا و حتی نوع تغذیه‌اش مؤثر است. از دیدگاه روایات، مادر

در دوره قبل از بارداری، نقش وراثتی در تربیت دینی فرزند دارد. همچنین اخلاق، اعتقاد، رفتار و تغذیه وی در دوره بارداری در تربیت دینی فرزند مؤثر است.

تقی‌زاده (۱۳۸۷)، در پژوهش خود، «بررسی نقش تغذیه در تعلیم و تربیت از دیدگاه اسلام»، به بررسی تأثیر تغذیه بر ابزارهای شناختی، رفتارهای فردی و تربیت اجتماعی در دوره‌های مختلف زندگی و تربیت اخلاقی و معنوی پرداخته است. وی در نهایت، نتیجه می‌گیرد که غذاهای حلال، حرام، غذای طیب و مصرف آنها، در وعده‌های غذایی نقش مهمی در تعلیم و تربیت انسان دارد.

قدیمی، کامرانی، ضرغامی و درزی (۱۳۹۱)، در مقاله‌ای با عنوان «نقش تغذیه در ارتقای بعد تربیتی و معنوی انسان از منظر قرآن کریم»، نتیجه می‌گیرند که غذا و تغذیه از عوامل مؤثر در شکل‌گیری و تکامل بعد تربیتی و معنوی انسان می‌باشد. همچنین، غذا را ابزاری برای آزمایش، عاملی جهت تفکر، تعقل، تشکر، تعبد و تقوا، عامل شفا، عامل تبشیر و انذار، عامل کرامت انسان در رزق طیب، زمینه‌ساز تسخیر دریاها جهت بهره‌وری از روزی‌ها، عامل انجام عمل صالح و ناصالح، عامل سقوط و هبوط، عامل صدور احکام الهی و عامل شقاوت اخروی می‌داند. به‌طور کلی نتایج پژوهش نشان می‌دهد که غذا و تغذیه به غیر از آثار جسمانی، دارای پیامدهای باطنی و معنوی در حوزه اخلاق و تربیت و رفتار آدمی نیز می‌باشد.

روش بررسی

پارادایم تحقیق، کیفی است؛ زیرا بر اساس دیدگاه مورس (۱۹۹۱)، ماهیت این پدیده؛ یعنی بررسی و تبیین نقش غذای حلال در دوران بارداری، بر شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک، تناسب چندانی با سنجش کمی ندارد و از طریق کیفی، بهتر می‌توان این تحقیق را انجام داد (کرسول، ۱۹۹۴، ص ۱۶). برخی از یافته‌های این بررسی را می‌توان به صورت میدانی اجرا کرد. روش مورد استفاده در این پژوهش، توصیفی و تحلیلی می‌باشد. به این معنا که تحلیل، توصیفی دقیق از مفاهیم مورد استفاده، غذای حلال، دوران بارداری، تربیت کودک فراهم آورده و سپس روابط آنها با یکدیگر جستجو می‌شود (باقری، ۱۳۸۹، ص ۱۳۴).

در این پژوهش، برای جمع‌آوری اطلاعات، از روش «بررسی اسناد و مدارک» یا روش «تحقیق کتابخانه‌ای» استفاده شد. این روش، عبارت است از: «گردآوری اطلاعات لازم، در خصوص ریز موضوعات تحقیق، از طریق مطالعه کتاب‌ها، مقالات، پایان‌نامه‌ها و دیگر آثار مکتوب... و نیز، طریق اندیشه‌ورزی بر روی اطلاعات» (نکونام، ۱۳۸۵، ص ۳). در این پژوهش، با توجه به هدف تحقیق در شناخت ارتباط بین غذای حلال و شخصیت انسان، روش انتخاب نمونه، هدفمند است. نمونه هدفمند تنوع معمول هر پدیده اجتماعی را در داده‌ها نشان خواهد داد. در مقابل، نمونه‌گیری تصادفی که دسترسی به تنوع را از طریق نمونه‌های بزرگ میسر می‌سازد (میکات و مورهاوس، ۱۹۹۴، ص ۴۴). بر این اساس، آیات قرآنی مرتبط با غذای حلال و تفاسیر قرآنی مهم، همانند تفسیر نمونه و

احادیث مرتبط با موضوع و کتاب‌های شرح احادیث به‌عنوان نمونه، هدفمند پژوهش انتخاب شدند. مطالب به‌دست آمده بر اساس موضوع به دو محور اساسی، تأثیر غذای حلال و حرام در شخصیت انسان و نقش غذای حلال در دوران جنینی و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک تقسیم شده است. بر مبنای این تقسیم، اقدام به مطالعه متون مذهبی شد. بدین ترتیب، ابتدا احادیث و روایت‌های پیرامون غذا مورد بررسی قرار گرفته، در ادامه احادیث و روایات مبتنی بر غذای حلال، سپس به بررسی نقش غذا در دوران بارداری و به تبع آن، اهمیت غذای حلال در دوران جنینی و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک پرداخته شده است.

تأثیر غذای حلال و حرام در شخصیت اخلاقی انسان

انسان دارای دو بُعد حیاتی جسمی و روحی است و رشد او نیز دو بُعدی است. جسم انسان، به‌عنوان کالبد و قالب و به اصطلاح حکمای اسلامی مرکب روح است (شیرازی، ۱۳۵۴) که به وجود انسان به‌عنوان انسان، مفهوم خاص داده و او را از سایر موجودات متمایز ساخته است. روحی که در کالبد انسان مستقر است، مُدرک و محرک و دارای نوسان و متأثر از دریافت‌های پیرامون است. تغذیه انسان، که از مهم‌ترین و حیاتی‌ترین نیازهای روزمره اوست و از تولد تا مرگ، وی را همراهی می‌کند و عامل مؤثر در حیات حیوانی او است، در روح او هم مؤثر است (عسکری، ۱۳۷۶، ص ۱۸۵). غذا ماده خام اولیه برای تولید چهارخلط (دم، بلغم، صفرا، سودا) در بدن می‌باشد. بنابراین، کیفیت و کمیت غذای مصرفی اثر مستقیم بر کیفیت و کمیت اخلاط تولید شده در کبد دارد (ناصری، ۱۳۸۸، ص ۱۷).

خوراک انسان باید از حلال تهیه شده و از راه‌های مشروع به‌دست آمده باشد. این ویژگی، یکی از مهم‌ترین اوصاف خوراکی در نگرش ائمه علیهم‌السلام است. مرحوم فیض کاشانی، با الهام از نگرش اسلامی می‌گوید:

اول شرط در خوراک این است که حلال و طیب باشد، فی نفسه. از جهت کسب، موافق با سنت و پرهیزگاری باشد و از کسب مکروه در شرع حاصل نشده و به سبب تبعیت از هوای نفس و توهین و سُستی در دین کسب نشده باشد؛ چون طیب مطلق که در قرآن آمده و خداوند دستور فرموده است که از حلال و طیب بخورید، برای همین مقصود است که از تمام منهیات شرعی میرا باشد؛ چون امر قرآن به آن تعلق گرفته است و از طرفی فرموده است: «ولا تأکلو اموالکم بینکم بالباطل» (بقره: ۱۸۸). بنابراین، ویژگی اصلی در خوراک، طیب بودن است که از فرایض دینی است (فیض کاشانی، بی‌تا، ج ۳، ص ۴۰).

ضرورت توجه به غذای حلال و طیب بودن آن در حیات انسان، به حدی است که می‌تواند تأمین‌کننده سعادت و شقاوت او و نسل آینده او باشد. براین اساس، بی‌تردید روح انسان تحت تأثیر کنش‌های جسمی است که به‌منزله مرکب او است. اگر به مسایل تغذیه اهتمام نشود و هر نوع غذایی مورد استفاده قرار گیرد، علاوه بر اینکه سلامتی جسمی به خطر می‌افتد، بیماری روحی حاصل از تغذیه غیراصولی نیز انسان را دچار رنج و عذاب می‌کند. روح و جسم، در نوع کنش و انعکاس تأثیر متقابل دارند (حسن‌لو، ۱۳۹۲، ص، ۱۴۳). همچنان که در آیات، «وکلوا ممّا

رَزَقَكُمْ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ» (مائده: ۸۸) «وَفَكُلُوا مِمَّا غَنَمْتُمْ حَلَالًا طَيِّبًا وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (انفال: ۶۹). خداوند انسان را متوجه غذاهای پاکیزه می‌کند؛ زیرا غذای پاکیزه روح و جسم انسان را پاکیزه می‌کند و موجب می‌شود نور خداوند در جان انسان تجلی پیدا کند و منور به انوار الهی گردد. در این آیه شریفه، خداوند انسان را به خوردن روزی حلال سفارش و پس از آن، تقوا را مطرح می‌کند؛ چرا که غذای پاک موجب به وجود آمدن تقوا در انسان با ایمان می‌گردد.

از این رو، معصومان علیهم‌السلام به پیوستگی بین این دو عنصر (روح و جسم) توجه داشته و برای نگهداشت روح از تأثیرات منفی، که از تغذیه به او می‌رسد، دستورهای ویژه در امر تغذیه و تأمین آن دارند. اصول مهم و مشترکی در روش و نگرش ائمه علیهم‌السلام در مسایل تغذیه وجود دارد که رعایت آنها، تأمین کننده تعالی روح و در نتیجه، سعادت انسان است. جمله معروف امام حسین علیه‌السلام، در روز عاشورا خطاب به سپاه کوفه، که برای کشتن او گرد آمده بودند، بیانگر این واقعیت است. «وقتی امام برای هدایت و پند و اندرز آنان برآمد، سرو صدا کردند تا صدای پند امام به گوش آنها نرسد. امام به آنان فرمود: شکم‌های شما از غذای حرام پر شده و خون و پوست و گوشت شما از این لقمه‌های حرام به وجود آمده است و دیگر امیدی به هدایت شما نیست» (ابن عساکر، ۱۳۸۹ق، ص ۲۱۶).

خداوند در قرآن کریم، وجه تمایزی بین تغذیه کافران و مؤمنان قائل شده است: «وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ» (محمد: ۱۲) کافران از متاع دنیا بهره می‌برند و غذا می‌خورند همان گونه که چهارپایان می‌خورند. در این آیه یکسان دانستن خوردن کافران با حیوانات، حاکی از تأثیرپذیری بُعد معنوی و روحی تغذیه است. حیوانات علف می‌خورند، بدون آنکه به پاکی یا ناپاکی، حلال یا حرام بودن آن بیندیشند، پس طبیعی است که کافران نیز این گونه هستند و فرجام بدی در انتظارشان است، که هر چه فربه‌تر می‌گردند به مرگ نزدیک‌تر می‌شوند (مکارم‌شیرازی، ۱۳۷۲ ج ۲۱، ص ۴۳۴). «إِنَّ الَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَى ظُلْمًا إِنَّهُمْ فِي بُطُونِهِمْ نَارًا وَ سَيَصْلُونَ سَعِيرًا» (نساء: ۱۰)؛ کسانی که اموال یتیمان را به ستم می‌خورند، (در حقیقت) تنها آتش می‌خورند و به زودی در شعله‌های آتش جهنم می‌سوزند. خوردن مال یتیم، آتشی است که به جان خورنده‌اش افتاده است. و این همان تأثیر غذای حرام در روح و روان آدمی است. اما افراد مؤمن غذا می‌خورند تا توان گیرند، خداوند را ستایش کنند و رفتارشان را بر اساس دستورات الهی تنظیم نمایند «كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا» (مؤمنون: ۵۱)؛ از غذاهای پاکیزه بخورید و کار نیک و شایسته انجام دهید. این آیه، به ارتباط نزدیک بین تغذیه پاکیزه و عمل صالح اشاره دارد.

تقسیم‌بندی غذاها به غذای حلال، حرام، مستحب و مکروه، و دستور به مصرف غذاهای طیب و پاکیزه، به این دلیل است که غذاهای پاکیزه و حلال، پالایش و آراستگی روح و روان و اخلاق و رفتار را در پی دارد و غذاهای خبیث و حرام، رفتارهای ناشایست را به دنبال خواهد داشت. اصحاب کهف، که دغدغه دین و معنویت خود را داشتند، وقتی از خواب بیدار شدند، به دنبال غذایی بودند که پاک بوده و موجب خاموش شدن نور الهی در وجودشان نگردد.

«فَلْيَنْظُرْ أَيُّهَا أَزْكَى طَعَامًا فَلْيَأْكُلْهُ بِرِزْقٍ مِّنْهُ» (کهف: ۱۹)؛ پس باید بنگرد که کدام طعام، پاکیزه‌تر است و از آن، غذایی برای شما بیاورد. غذاهای طیب و پاک چون باران پاکیزه‌ای است که بر زمین پاک می‌بارد و در آن سبزه‌های تازه و گل‌های خوش بو می‌رویند. بر خلاف غذاهای خبیث و حرام مانند گوشت خوک، و شراب که به‌عنوان ابزاری در دست شیطان است. و برای گمراهی انسان‌ها به کار گرفته می‌شود. «إِنَّمَا يَرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْحَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ (مائده: ۹۱)؛ شیطان می‌خواهد به وسیله شراب و قمار، در میان شما دشمنی و کینه ایجاد کند و شما را از یاد خدا و از نماز باز دارد.

تحریم شیر دایه‌ها و زنان شیرده بر حضرت موسی علیه السلام به خاطر تأثیرگذاری آن شیرها به‌عنوان غذا، بر روح و روان حضرت موسی علیه السلام بود: «وَحَرَمْنَا عَلَيْهِ الْمَرَاعِعَ مِنْ قَبْلُ فَقَالَتْ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ أَهْلِ بَيْتٍ يَكْفُلُونَهُ لَكُمْ وَهُمْ لَهُ نَاصِحُونَ» (قصص: ۱۲)؛ و از پیش، شیر دایگان را بر او حرام گردانیده بودیم پس [خواهرش آمد و] گفت آیا شما را بر خانواده‌ای راهنمایی کنم که برای شما از وی سرپرستی کنند و خیرخواه او باشند. در فقه نیز شیر دایه‌های کم عقل، غیر شیعه دوازده امامی، بد صورت، بد خلق و زنازاده مکروه شمرده شده است. (بنی‌هاشمی‌خمینی، ۱۳۸۵، ج ۲، ص ۵۰۸). امام رضا علیه السلام در یک سخن گهربار، این‌گونه به تأثیرگذاری غذا بر اخلاق و رفتار اشاره می‌کند: «وَاعْلَمَ أَنَّ قُوَّةَ النَّفْسِ تَابِعَةٌ لِأَمْرِجَةِ الْأَبْدَانِ» (عسکری، ۱۳۷۶، ص ۱۸۶)؛ بدان که نیرو و توان روح و روان، تابع مزاج‌های بدن‌ها می‌باشند.

توضیح اینکه مراد از «نفوس» یعنی روح و روان انسان‌ها که به تن و جسم آنان تعلق دارد. به هر اندازه که مزاج سالم‌تر باشد، نیروی روح و روان نیز سالم‌تر و کامل‌تر است و قوای انسانی مانند قوه تفکر، حواس و اعضا، بهتر کار می‌کنند. در حقیقت، شعار «روح سالم در بدن سالم» بر گرفته از این روایت است (همان، ص ۱۷۷ - ۱۸۸). در این روایت، رمز سلامتی روح و جسم و تأثیرپذیری این دو از غذا، در یک رابطه منطقی، این‌گونه تبیین شده است، به طوری که سلامتی روح و روان، می‌تواند تابع سلامتی جسم باشد و سلامتی بدن نیز می‌تواند تابع غذا و تغذیه سالم باشد پس سلامتی روح و روان، می‌تواند تابع غذا و تغذیه سالم باشد. با توجه به تمامی این دلایل، قرآن می‌فرماید: «فَلْيَنْظُرْ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ» (عبس: ۲۴)؛ انسان باید به خوراکش بنگرد؛ یعنی با تفکر، علم، و پژوهش، به حلال، حرام، طیب، و خبیث بودن غذا توجه کنید.

با توجه به آیات و روایاتی که مطرح شد، می‌توان گفت: خوردن غذای حلال و حرام هم بر سلامت جسم و هم بر سلامت روح انسان مؤثر بوده، و زمینه‌ای برای انجام اعمال شایسته و نیک و غذای حرام زمینه انجام عمل ناشایسته است که هر کدام از آنها، دارای آثار فردی و اجتماعی هستند. برای مثال، بی‌تفاوتی نسبت به سخن حق، نمونه‌ای از آثار فردی استفاده از غذای حرام و ایجاد کینه و دشمنی، در جامعه، سقوط اصول اخلاقی و تأثیر گذاشتن بر فرزندان و نسل‌های بعد، برخی از آثار خوردن غذای حرام در حوزه اجتماعی می‌باشند. از این‌رو، باید گفت: حلال و حرام بودن غذا رابطه مستقیم و غیرمستقیم با اعمال انسان دارد، به‌طوری‌که غذای حلال،

زمینه انجام اعمال شایسته و فضایل اخلاقی را مهیا نموده و غذای حرام زمینه انجام افعال بد و ردایل اخلاقی را فراهم می‌کند. به طوری که تجربه اثبات کرده است کسانی که به دنبال روزی حلال‌اند و سعی می‌کنند که اموالشان با مال حرام مخلوط نشود، تمایل و توفیق بیشتری برای انجام کارهای نیک، به خصوص امور عبادی و معنوی دارند. و در مقابل، کسانی که شکمشان را با هر لقمه‌ای پر کرده، از بسیاری از معنویات دور شده و عباداتشان را با بی‌میلی انجام می‌دهند. همین لقمه‌های حرام یاران یزید که در ظاهر مسلمان نیز بودند، موجب شد که امام حسین علیه السلام و یاران او را تشنه به شهادت برسانند. پیامدهای خوردن لقمه حرام را امروزه نیز در جامعه مشاهده می‌کنیم. افرادی در برابر صداهای بلند آزار دهنده موسیقی سکوت پیشه کرده، اما با شنیدن صدای اذان یا قرآن، ناراحت شده و سخن به اعتراض می‌گشایند و یا اینکه افرادی نسبت به کسب درآمد خود هیچ‌گونه حساسیتی نشان نداده، اقدام به خوردن مال صغیر و یتیم می‌کنند (جوادی آملی، ۱۳۹۷، ص ۱۵۸). اینها نمونه‌هایی هستند که نشان می‌دهد خوردن لقمه حرام، حساسیت و وسواس انسان را نسبت به امور اشتباه پیرامونش از بین برده، دیگر درست و نادرست، گناه و صواب اعمال برای او هیچ اهمیتی نداشته باشد. اما انسان همواره می‌تواند به کمک چراغ عقل و اختیار راه درست را پیدا کرده و توبه کند، و با نیت پاک، قدم در راه حق گذاشته، رضایت پروردگار و سعادت اخروی را هدف خود قرار داده تا به دنبال این تلاش و کوشش خداوند شرایط و اسباب را چنان فراهم سازد که وی بتواند آسان‌تر به مقصد برسد. بدین ترتیب، مشمول امداد خاص خدای متعال شود. «والذین جاهدوا فینا لنهیدنهم سُبُلنا وَ إِنَّا اللَّهُ لَمَعَ الْمُحْسِنِینَ» (عنکبوت: ۶۹).

بنابراین، تأثیرگذاری غذا بر انسان به دو گونه مستقیم و غیر مستقیم قابل بیان است؛ یعنی اینکه غذایی که انسان میل می‌کند به صورت مستقیم بر روی شکل و ظاهر او مؤثر بوده و به این دلیل که انسان علاوه بر بُعد جسمانی دارای جنبه معنوی نیز می‌باشد. این غذا به صورت غیر مستقیم بر روی اندیشه، انگیزه، رفتار و خلق و خوی او و در مجموع، بر شخصیت فرد نیز تأثیر می‌گذارد. مصداق‌هایی مانند اینکه، گوشت اگر به اندازه نیاز بدن خورده شود، در خوش اخلاقی، اعتماد به نفس و شجاعت تأثیر می‌گذارد، ولی افراط در آن موجب قساوت قلب می‌شود یا شیر موجب شکیبایی، مهربانی، آرامش و روحی لطیف می‌شود و یا خرما، صبر و بردباری را در پی دارد و... (آخوندی، ۱۳۸۸، ص ۲۴-۲۷) که در روایات آمده، خود مؤید این ادعا است.

نقش غذای حلال در دوران جنینی و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک

جنین‌شناسان زندگی پیش از تولد را به چند دوره تقسیم می‌کنند: یکی دوره تخم، که دو هفته پس از بارداری را شامل می‌شود. در این دوره، تخم موجود آزادی است که در رحم مادر جای دارد، ولی به آن نچسبیده است. در این مدت، در ساختمان داخلی آن تغییراتی به وجود می‌آید و تقسیم سلول اولیه ادامه می‌یابد تا اینکه توده‌ای از سلول تشکیل می‌شود. پس از هفته دوم، تخمک بارور شده یا نوزاد آینده مجموعه یاخته‌ای کوچکی است که اندام‌های

اصلی بدن او در این مجموعه یاخته‌ای شروع به شکل گرفتن می‌کند. تقریباً در اواخر هفته دوم، تخم خود را به رحم می‌چسباند. در این هنگام، جنین به صورت انگلی زیست می‌کند؛ یعنی غذای خود را از بدن مادر گرفته و نمو خود را بر حسب طبیعتش ادامه می‌دهد. به دیگر سخن، جنین در رحم مادر درست مانند یک عضو مادر است و کلیه عواملی که بر جسم و جان مادر تأثیر دارد بر طفل نیز اثر می‌گذارد.

از منظر علم ژن‌ها، که در تک سلول‌ها هستند، حاصل صفات ظاهری و باطنی پدر و مادرها هستند. این صفات ظاهری پدر و مادر، نظیر شکل، شباهت و صفات باطنی نظیر فضیلت و رذیلت، به اولاد منتقل می‌شود، اسلام این را امضا کرده است. شاید آیه شریفه «والبلد الطیب یخرج نباته باذن ربه والذی خبث لا یخرج الا نکدا» (اعراف: ۵۸)، به قانون وراثت اشاره داشته باشد. این تشبیه معقول به محسوس به این مهم اشاره می‌کند که اگر دلت پاک شد، نظیر زمین آباد و حاصل‌خیز؛ یعنی خیر از تو زیاد سرچشمه می‌گیرد و اگر دلت ناپاک شد، زمین شوره‌زار است و از دل ناپاک، دیگر پاکی و فضیلت سرچشمه نمی‌گیرد؛ (مظاهری، ۱۳۶۷، ص ۵۸). بنابراین، اثرگذاری عامل وراثت در ویژگی‌های کودک، در اسلام تأیید شده است. البته باید توجه کرد که وراثت، عاملی مؤثر در تربیت است و نه عاملی مسلط در تربیت، به گونه‌ای که انسانی با وراثت نادرست، می‌تواند به درستی گراید و انسانی با وراثتی درست، به نادرستی میل کند (سرشور خراسانی، ۱۳۹۰، ص ۲۲).

از نظر اسلام، اولین مسئله مورد توجه، رعایت تقوا و ترک محرّمات به وسیله پدر و مادر و پرهیز از غذای حرام در زمان به وجود آمدن نطفه، شکل‌گیری سلول‌ها و زمان قرار گرفتن آنها در رحم و مراقبت‌های غذایی آن دوران است. تغذیه در خلق و خوی فرزند و سرنوشت او بیشترین تأثیر را می‌گذارد. اگر لقمه ناپاک و حرام در گوشت و خون والدین نفوذ کند و از طریق آمیزش، به جنین انتقال یابد، یک موجود مبتلا به ویروس و یک جنین مبتلا به امراض و ناپاکی شکل می‌گیرد که پالایش، تهذیب و تزکیه او پس از تولد بسیار مشکل است (حیدر نژاد، ۱۳۹۲، ص ۱۰۷). در آموزه‌های دینی و سیره پیشوایان معصوم^{علیهم‌السلام}، نیز به تغذیه جنین از غذای مادر اشاره شده است. به طوری که امام صادق^{علیه‌السلام}، در این زمینه می‌فرماید: «غذای کودک از آنچه مادر می‌خورد و می‌آشامد تأمین می‌شود» (حسینی، ۱۳۷۴، ص ۶۶). علاوه بر این، در اخبار و روایات اسلامی توجه کاملی درباره استفاده از غذاها و میوه‌ها و حبوبات و سبزیجات مخصوصاً به زنان باردار شده است. برای مثال، پیامبر اکرم^{صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم}، درباره اثر و خاصیت خرما می‌فرماید: «در آخرین ماه بارداری به زن حامله خرما بدهید که خرما فرزند را بردبار و پرهیزکار می‌کند.» (محمدی‌ری شهری، ۱۳۸۴، ج ۲، ص ۲۰۵). یا «امام حسن مجتبی^{علیه‌السلام} با توجه به اهمیت تغذیه مادر در هنگام حمل و تأثیر آن در چگونگی شکل‌گیری و رشد جنین به نقل از رسول اکرم^{صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم}، می‌فرماید: «اطعموا حَبَالَکُمْ اللَّبَّانَ فَإِنَّ الصَّبَّی إِذَا غَدَى فِی بَطْنِ أُمِّهِ بِالْبَّانِ إِشْتَدَّ قَلْبُهُ وَ زَیْدٌ فِی عَقْلِهِ، فَإِنَّ یَکُ دَکْرًا کَانَ شَجَاعًا وَ إِنْ وُلِدَتْ أُنْتِی عَظُمَتْ عَجِیزَتُهَا فَتَحْطِی بِذَلْکِ عِنْدَ زَوْجِهَا» (همان، ص ۴۰۰)؛ به همسران باردار خویش کندر بخورانید، اگر کودک در شکم مادر با کندر تغذیه شود، قوت قلب یافته و بر هوشمندی‌اش افزوده خواهد شد. در آن حال، اگر جنین پسر

باشد، او در آینده فردی شجاع و دلیر می‌شود، و اگر دختر باشد، اندامی متناسب و زیبا یافته و مورد توجه همسر آینده‌اش قرار خواهد گرفت. چنانچه از احادیث فهمیده می‌شود، زن باردار هر چه را که بخورد، در جنین هم اثر خواهد گذاشت. تغذیه مادر از دیدگاه اسلام به قدری اهمیت دارد که به زنان باردار، که روزه بر خودشان و جنین ضرر دارد، اجازه می‌دهد، تا روزه نگیرند و بعداً اقسا کنند، به موجب یک آمار، ۸۰ درصد کودکان ناقص‌الخلقه جهان و کودکانی که رشد مغزی و عصبی و جسمی ناقصی دارند، در دوران بارداری مادرانشان درست تغذیه نشده‌اند (حسینی، ۱۳۷۴، ص ۶۶).

بنابراین، ریشه بسیاری از رفتارها را می‌توان در دوره جنینی جست و جو کرد؛ چون ویژگی‌های رفتاری فرزند در آینده تحت‌تأثیر تغذیه مادر است. همان‌طور که ذکر شد، روحیات انسان، حاصل خوردن انواع خوردنی‌های حرام و حلال است و به صورت گرایش‌های عملی و بینش‌های علمی درآمده، سپس از مادر به فرزند از طریق جفت منتقل شده و در فرزند، که حامل وراثت‌های بدنی و روحی پدر و مادر است ظهور می‌کند. از این‌رو، حضرت امام صادق علیه السلام فرمود: «كَسْبُ الْحَرَامِ بَيْنُ فِي الدُّرْيَةِ». مال آلوده و حرام، در نسل آینده ظاهر می‌شود (حرعاملی، ۱۳۶۷، ج ۱۲، ص ۵۳). اگر مادری در زمان حمل دست به میخوارگی بزند، فرزند او نیز در شکم مست و مسموم خواهد شد. یکی از علل سلامت اندام و ساختمان موزون جنین در شکم مادر و یکی از عوامل ناموزونی و عیب کودکان در ایام حمل، مربوط به غذاهایی است که زنان در ایام بارداری از آنها استفاده می‌کنند. و همچنین غذا و مشروبی که مردان قبل از آمیزش با زنان و انعقاد نطفه خورده‌اند، در ساختمان فرزندان مؤثر است (فلسفی، ۱۳۴۱، ص ۹۷).

با توجه به آنچه گفته شد، مادر در دوران حساس بارداری، باید به حلال بودن غذای خود توجه داشته باشد؛ زیرا همان‌طور که گفته شد، غذای حلال و حرام به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم، بر اعمال و نگرش‌های مادر مؤثر بوده؛ جنینی هم که از مادر ارتزاق می‌کند، به همان صورت تحت‌تأثیر تغذیه مادر قرار گرفته و خلقت غذا بر شکل‌گیری شخصیت اخلاقی آینده کودک مؤثر می‌باشد. اما باید به این نکته توجه کرد که خوردن غذای حرام برای کودک اختیاری نبوده و بنابراین، مستوجب عذاب نیست، اما زمینه رشد اخلاقی او و اثرگذاری تربیت را کمتر خواهد کرد. در عالم واقع، کودکانی هستند که حرام‌خواری در خانواده آنها مرسوم بوده، ولی بعد از بلوغ با اختیار خود راه درست را برگزیده و به استفاده و کسب مال حلال رو آورده‌اند و راه خیر در پیش گرفته و به مدد نیروی اختیار خویش به سوی کمال حرکت می‌کند. لذا اثر وضعی غذای حرام در مورد جنین و کودک، تنها در حد زمینه و شرط لازم و نه کافی است.

نتیجه‌گیری

پس از جای‌گیری جنین در رحم مادر، وظایفی بر عهده مادر قرار می‌گیرد که رعایت آنها، در سوق دادن فرد به سوی آینده مطلوب مهم است. سن واقعی هر فرد، از زمانی که در رحم مادر است، شروع می‌شود. زمانی که

متولد می‌شود نه ماه از سنش می‌گذرد و این نه ماه اولیه در تعیین هستی و وجود فرد، که در تمام طول عمر، او را همراهی می‌کند، نقش بسیار برجسته‌ای دارد؛ چرا که تشکیل دهندهٔ من واقعی هر فرد است که در طول زندگی، از شکل اولیه خارج نمی‌شود و مادر باید به این نکته توجه کند که موجود زنده‌ای را در خود پرورش می‌دهد که بر آن مؤثر است. تمام شرایط مادر، حتی نوع تغذیه او بر جنین مؤثر است و جنین در این مرحله، حساس‌تر از خود مادر می‌باشد.

تغذیه عامل حیاتی دوران بارداری است که از یک سو، بر سلامت و تندرستی مادر و جنین و از سوی دیگر، بر نتیجه بارداری مؤثر است. یکی از مهم‌ترین اثرهای تغذیه در دوران بارداری، بسترسازی رشد اخلاقی کودک است. از این رو، بین تغذیه و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی کودک هم رابطهٔ مستقیم و هم رابطهٔ غیرمستقیم وجود دارد. غذای حلال یا طبیعی که مادر در دوران بارداری مصرف می‌کند، به صورت مستقیم از طریق خون و وراثت، به جنینی که از مادر تغذیه می‌کند، منتقل شده و در این صورت، هم بر رشد جسمی و تکامل اندام‌های جنین مؤثر می‌باشد و هم به دلیل تأثیرگذاری مستقیم بر رفتار و کردار مادر، در بروز رفتار آتی کودک و بینش‌ها و گرایش‌های عملی او نیز تأثیرگذار می‌باشد. همچنین، غذای حلال به صورت غیرمستقیم نیز بر خلق و خوی مادر مؤثر بوده، توسط حامل‌های وراثت منتقل شده و بر منش و رفتار آتی کودک ظهور می‌یابد. از آنجایی که نطفه برابند غذایی است که پدر و مادر مصرف می‌کنند، روشن است که تغذیه حلال مادر، کودک را در مسیر هدایت، شکر، تقوا، عمل صالح و ایمان قرار می‌دهد و غیر آن، موجب می‌شود وی در مسیر شیطان قرار گیرد. نکتهٔ حایز اهمیت این است که قانون وراثت یا قانون تغذیه، به عنوان عاملی زمینه‌ای و اقتضایی پیرامون تربیت می‌باشد؛ یعنی اگر اندام‌های طفلی از غذای حرام رشد و تکامل یافت، و اگر از نظر وراثت، فردی زمینه بد شدن داشت؛ یعنی مادر صفات ردیله‌ای دارد و وراثت ردایل را به کودک منتقل می‌کند، به این معنا نیست که این کودک دیگر نمی‌تواند خود را سعادت‌مند کند. انسان به جهت داشتن نیروی اختیار و اراده، این توانایی را دارد که تمامی قوانین ضد فطری، وراثت، محیط، و تغذیه و سایر عوامل مؤثر بر تربیت و سیر تکاملی خود را خنثی کند. نمونه‌های فراوانی همانند عبد فرّار، پسر حافی، فضیل بن عیاض، در تاریخ وجود دارد که یک جمله، جرقه‌ای می‌شود و تمامی قوانین تربیتی را که حاکی از بد بودن آنها دارد، خنثی می‌کنند. چه بسا فردی از نظر وراثت (پدر و مادر عالِم و متدین)، عالی بوده ولی پس از به دنیا آمدن طفل، پدر و مادر نسبت به تربیت فرزند خود، بی‌توجه و بی‌تفاوت بوده، در نتیجه تمام قوانین قبلی خنثی می‌شود. بنابراین، استفاده از غذای حلال و اجتناب از غذای حرام علت ناقصه در سیر تکاملی و تربیت اخلاقی کودک می‌باشد. تنها عاملی زمینه‌ساز می‌باشد که تربیت کودک در مراحل بعدی، بسته به خوب یا بد بودن زمینه آسان و دشوار می‌گردد. و تربیت کودکی که با غذای حلال رشد یافته و به‌طور کلی زمینهٔ خوبی دارد، نسبت به کودکی که با غذای حرام تکوین یافته، آسان‌تر است.

منابع

- آخوندی، مصطفی، ۱۳۸۸، *غذا و تغذیه در آموزه‌های دینی و یافته‌های علمی*، قم، پژوهشکده تحقیقات اسلامی.
- ابن عساکر، عمر بن احمد، ۱۳۸۹ق، *تاریخ ترجمه الإمام الحسین*، بیروت، مؤسسه محمودی.
- باقری، خسرو و همکاران، ۱۳۸۹، *رویکردها و روش‌های پژوهش در فلسفه تعلیم و تربیت*، تهران، پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی.
- بنی‌هاشمی خمینی، سیدمحمدحسن، ۱۳۸۵، *توضیح المسائل مراجع با فتاوی سیزده نفر از مراجع معظم تقلید*، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- بهمنی، روحیه، ۱۳۸۸، *بررسی نقش مادر در تربیت دینی فرزند از دیدگاه قرآن و روایات*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- تقی‌زاده، محرم، ۱۳۸۷، *بررسی نقش تغذیه در تعلیم و تربیت از دیدگاه اسلام*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تاریخ و فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- جدیدی، احمد، ۱۳۹۰، «رزق و روزی در قرآن»، *آفاق دین*، ش ۵، ص ۵۸-۲۵.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۹۸، *زن در آینه جلال و جمال*، قم، نشر اسرا.
- حرّعاملی، محمدبن حسن، ۱۳۶۷، *وسایل الشیعه*، ترجمه علی صحت، ج ۱۲، تهران، نشر یاس.
- حسن‌لو، امیرعلی، ۱۳۹۲، *پوشش و تغذیه در سیره معصومان*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم.
- حسینی، میرزایاقو، ۱۳۷۴، *تأثیر شیر و غذا در جسم و جان انسان*، قم، منطق.
- خادمی، نرجس، ۱۳۸۷، «فرهنگ تغذیه در قرآن و حدیث»، *بینات*، ش ۱۴، ص ۲۲۴-۲۰۴.
- دهقانی، روشن و هادوی، اصغر، ۱۳۹۵، «آثار تربیتی رزق حلال با تأکید بر آیات و روایات»، *پژوهشنامه معارف قرآنی*، ش ۲۴، ص ۱۰۳-۸۳
- سرشور خراسانی، غلام عباس، ۱۳۹۰، *بررسی نقش خانواده در تربیت فرزند از نگاه کتاب و سنت*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد فلسفه و تاریخ آموزش و پرورش دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.
- شمس‌الدین، سیدمهدی، ۱۳۹۴، *تربیت فرزند*، قم، قرآن صاعد.
- صادقی تهرانی، محمد، ۱۳۶۴، *الفرقان فی تفسیر القرآن بالقرآن و السنه*، بیروت، مؤسسه الاعلمی المطبوعات.
- عسکری، سیدمرتضی، ۱۳۷۶، *طب‌الرضا*، تهران، فواد.
- فرجام، هادی، ۱۳۹۲، *لقمه حلال و حرام در آیات و روایات و تأثیر آن در شکل‌گیری شخصیت و تربیت فرزند*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد الهیات و معارف اسلامی دانشگاه شیراز.
- فرزندوحی، جمال و حیدرزاد طاهره، ۱۳۹۲، «مراحل تربیت از دیدگاه قرآن و سنت و علم و روانشناسی»، *حسنا*، ش ۱۷، ص ۱۲۲-۱۰۱.
- فلسفی، محمدتقی، ۱۳۴۱، *کودک از نظر وراثت و تربیت*، تهران، نشر معارف اسلامی.
- فیض کاشانی، ملامحسن، بی‌تا، *المحجّه البیضاء*، قم، جامعه مدرسین.
- مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۴ق، *بحار الانوار*، ج ۵، لبنان، مؤسسه الوفاء بیروت.
- محمدی ری‌شهری، محمد، ۱۳۸۴، *دانش‌نامه احادیث پزشکی*، ترجمه حسین صابری، تهران، دارالحدیث.
- محمودی، عباسعلی، ۱۳۷۱، *آب و بهداشت در اسلام*، تهران، بهاران.
- مدرسی، سیدمحمدتقی، ۱۳۶۸، *من هدی القرآن*، تهران، مکتب علامه مدرسی.
- مظاهری، حسین، ۱۳۶۷، *تربیت فرزند از نظر اسلام*، قم، سازمان تبلیغات اسلامی.
- مکارم‌شیرازی، ناصر، ۱۳۷۲، *تفسیر نمونه*، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- ناصری، محسن، ۱۳۸۸، *دهکده سلامتی*، تهران، طب سنتی و مکمل.
- نکونام، جعفر، ۱۳۸۵، *روش تحقیق کتابخانه‌ای، با تأکید بر علوم اسلامی*، ویژه پژوهشنامه‌های دوره‌های تحصیلات تکمیلی، قم، دانشگاه قم.
- یوسفی، مهدی و شیرافکن، هدی، ۱۳۹۳، «اهمیت و جایگاه طعم از منظر قرآن کریم»، *اسلام و سلامت*، ش اول، ص ۲۸-۲۴.