

سگرت و الکول

از دیدگاه تاریخ ، علم ، طب و دین

احمد یاسین فرخاری

استعمال سگرت و الکول

از دیدگاه

تاریخ ، علم ، طب و دین



احمد یاسین فرخاری



مشخصات کتاب

- نام کتاب : سگرت و الکول از دیدگاه تاریخ ، علم ، طب و دین
- مؤلف و مترجم : احمد یاسین (فرخاری)
- مهتمم : عبدالصبور (اقبال)
- کمپوزر : میرویس (لطیف)
- ناشر : اعجاز پرنیتنگ هاوس
- محل چاپ : پشاور، پاکستان
- چاپ : اول
- تیراژ : ۵۰۰ نسخه
- سال چاپ : پاییز ۱۳۷۰ هـ . ش .



فهرست موضوعات

بخش نخست سگرت

صفحه	موضوع
۹	• پیشگفتار
۱۰	• دید تاریخی
۱۲	• سگرت‌های اصلاح شده و فلت‌ردار
۱۴	• مواد مضره در سگرت
۱۶	• نیکوتین
۱۶	• تأثیرات صحی نیکوتین
۱۸	• استعمال سگرت و مرض سرطان
۱۹	• تأثیر سگرت بر قلب و شریان‌ها
۲۱	• تأثیر سگرت بر جهاز هاضمه
۲۲	• تأثیر سگرت بر جهاز تنفسی
۲۵	• تأثیر سگرت بر حواس
۲۵	• تأثیر سگرت بر سیستم اعصاب
۲۶	• تأثیر سگرت بر زنان و دختران
۲۸	• آیا دلیلی بهتر ازین می‌خواهید؟
۲۹	• آیا استعمال سگرت ضرر روانی و اخلاقی دارد؟
۳۴	• استعمال سگرت از نظر دین مقدس اسلام
۳۶	• چگونه میتوان از استعمال سگرت اجتناب ورزید؟

بخش دوم الکول

- ۴۱ شراب
- ۴۳ الکول (شراب) چیست ؟
- ۴۴ الکول قدیم
- ۴۷ تأثیر الکول بر بدن انسان
- ۴۹ تأثیر الکول بر قلب و شریانهای خون
- ۴۹ تأثیر الکول بر سیستم اعصاب
- ۵۰ تأثیر الکول بر کرویات خون
- ۵۲ تأثیر الکول بر جگر
- ۵۳ تأثیر الکول بر اشتها
- ۵۴ تأثیر الکول برگرده ها و جهاز بولي
- ۵۵ تأثیر الکول بر باقی اعضای بدن زنان
- ۵۶ الکول ونقص ویتامینها
- ۵۶ الکول وتأثیر آن بر غریزه جنسي
- ۵۷ تأثیر الکول بر شخصیت انسان
- ۵۸ آیا الکول سرما را زایل نموده، گرما را به بار میآورد؟
- ۶۰ مشکلات اجتماعی واقتصادی الکول
- ۶۲ اسلام و الکول (شراب)
- ۶۷ الکول (شراب) در حدود شرعی
- ۷۰ مبارزه در برابر مشکل الکول
- ۷۳ فهرست مأخذ
- ۷۵ آثار مؤلف

بخش نخست

سگرت

به نام خداوند دادگر و توانا

پیشگفتار

در عصر حاضر استعمال دخانیات، به ویژه سگرت، حیثیت عادت لازمی حیات انسان را به خود گرفته است و مردم در میان دو نوع اعلان که هر کدام ناقض یکدیگر است در حیرت شدید قرار گرفته اند .

شرکتهای تولید دخانیات، رادیو، تلویزیون، مطبوعات و سینما اعلانات جذابی را درین مورد پیشکش نموده و میگویند: « این سگرت بامزه ، نشاط بخش و تسکین دهنده اعصاب است. » درعین زمان اعلانات دیگری از سازمانهای صحی، داکتران و نشریه های صحی به دست میرسد که مبین این نکته است : « استعمال سگرت عادت مهلک و مضر به صحت بوده، در پیدایش مرض سرطان نقش مهمی را بازی میکند. »

هموطن عادی ما از خواندن این دو نوع اعلان به حیرت فرو میرود و درینجاست که سؤال به میان میاید. داستان حقیقی

استعمال دخانیات - به ویژه سگرت - در جهان چه خواهد بود؟ نظر داکتران درین باره چیست؟ جامعه شناسان و روانشناسان درین مورد چه نظر خواهند داشت؟ و بالاخره نظریهٔ دین درین باره چه خواهد بود؟

دید تاریخی

- نخستین کسی که تنباکو را کشف کرد، (کریستف کولمب) بود. او همزمان باکشف امریکا، درانجا اهالی بومی سرخپوست را دید که تنباکو را به کثرت کشت و استعمال مینمودند.
- نخستین بار اروپا در سال (۱۵۵۹)، هنگامی که کشتی فرانسوی به نام (نیکوت) تنباکو را وارد فرانسه ساخت، با دخانیات آشنا شد و پس ازان دخانیات نام نیکوتین را به خود گرفت.
- عربها چه در زمان جاهلیت و چه در زمان اسلام با دخانیات آشنایی نداشتند؛ ولی استعمال دخانیات - به ویژه تنباکو - درست هنگام رسیدن پای استعمار در اوایل قرن (۲۰) در کشورهای عربی انتشار یافت.

- در بسیاری از شهرهای جهان ، خصوصاً در شرق دور و چین، دخانیات را با مخدرات یکجا استعمال مینمودند.
- در اوایل پیدایش دخانیات در اروپا، به جز از زنان هرزه و زنانی که سقط جنین مینمودند ، کس دیگری آن را استعمال نمی نمود، چون آنها معتقد بودند که دخانیات با مسایل جنسی ارتباط دارد.
- بعداً این عادت در میان طبقات اشراف ، خصوصاً مردان متمول، انتشار یافت. سپس زنان نیز به استعمال دخانیات پرداختند و بالاخره نوجوانان و اطفال علناً به استعمال آن مبادرت ورزیدند، تا آن که این عادت در بین مردم - مانند مرض وبا - پخش شد.
- در سال (۱۹۴۸) در امریکا « انجمن طبی مبارزه با سرطان » ارتباط « سرطان شش » را با استعمال دخانیات کشف کرد ؛ اما به سبب مداخلات و تهدیدات شرکتهای سگرت سازی ، این انجمن نتوانست به انتشار گزارشهای خود اقدام نماید.
- در همین وقت کشمکشهای علنی میان هیأتهای صحی جهان - در رأس « انجمن مبارزه با سرطان » - و میان شرکتهای سگرت سازی با نفوذ در منطقه در گرفت.

- عایدات شرکتهای سگرت سازی در ایالات متحده آمریکا سالانه بالغ بر پنج هزار ملیون دالر (پنج میلیارد دالر) میشود که این مقدار پول برای تغذیه یکساله تمام قاره آفریقا کفایت میکند.
- در قدم اول حکومت جهان از واردات و صادرات و تولید دخانیات مالیه اخذ میکنند و دست دوم نفع اقتصادی دخانیات به جیب صاحبان شرکتهای سگرت سازی میریزد. در مرحله سوم صاحبان جرائد و روزنامه ها تنها در ایالات متحده آمریکا، سالانه تقریباً (۷۰) ملیون دالر از درک نشر اعلانات تجارتی مربوط به دخانیات به دست میاورند.

سگرت‌های اصلاح شده و فلتر دار

پس از نشر گزارشهای طبی، شرکتهای سگرت سازی به فعالیت آغاز نموده و در سال (۱۹۵۳) سگرت فلتردار را به میان آوردند که با این کار توانستند برخی از انواع تنباکو را به طریقه های کیمیاوی تحت کنترل درآورند و مقدار نیکوتین آن را به اندازه نیم

مقدار عادی کاهش دهند. لابراتوارهای تجزیه طبّی به تحلیل این تغییرات و فوائد آن پرداخته و این گزارش را تهیه نمودند.

۱- نیکوتین که یک ماده زهری بوده و در سگرت موجود میباشد و همین ماده حالت (نشه یا کیف) را به استعمال کننده خود میبخشد، در صورت کم شدنش به واسطه فیلتر یا تعامل کیمیاوی دیگر، مزه سگرت را کم میسازد و شخص معتاد به سگرت مجبور میشود که به ازدیاد تعداد سگرتهای پیردازد، با بتواند همان مقدار نیکوتین را به دست آورد.

۲- شرکتهای سگرت سازی برای آن که بوی و ذایقه سگرت را حفظ کرده باشند، مجبور میشوند از تنباکوی قوی و خشن استفاده کنند تا کمیت نیکوتین را افزایش دهند.

۳- فیلتر سگرت تنها میتواند ذرات بزرگ کاربن را جذب و پاک نماید؛ اما ذرات کوچک آن که خطرات زیادی را به بار میآورد، از راه فیلتر سگرت به شش نفوذ میکند. همچنان گزارشهای طبّی همه ادعاهای شرکتهای سگرت سازی را که گویا نو آوریهای جدید این شرکتهای ضرر سگرت را از بین برده است، تکذیب نمود.

مواد مضره در سگرت

لابراتوارهای تجزیه طبّی ثابت نموده اند که دود سگرت حاوی (۱۲) نوع مواد مضر به صحت میباشد که قرارذیل است:

- ۱- (کاربن مونواکساید) - و آن گازيست زهری بدون رنگ و بوی .
- ۲- (کاربن دای اکساید) .

این دو نوع گاز ، شش را از دریافت کمیت آکسیجن لازم به بدن محروم میسازد. (داوین ماک فارلاند) استاد دانشگاه واشنگتن ثابت نموده که استعمال سگرت (۱۵٪) آکسیجن مورد ضرورت مغز را تقلیل میدهد. و از همین جهت استعمال کننده سگرت نسبت به کسانی که آن را استعمال نمی کنند ، کند ذهن باریماید.

- ۳- گاز (کبریتید هایدروجن) - به مقدار کم .

- ۴- (نوشادر) .

- ۵- (سیاناید) - که این هم مانند کاربنها ماده زهری است.

- ۶- گاز (کاربولیک) - که مستقیماً بر شش تأثیر نموده و نفس تنگی را به بار میآورد .

۷- بعضی از گازهای فرارکننده دیگر؛ مانند : (خلیک ، نملیک و نیترویک). این مواد را صاحبان کارخانه های سگرت سازی به منظور تازه نگهداشتن سگرت بران میافزایند.

۸- (پترو بیرین) - که سبب پیدایش مرض سرطان میگردد.

۹- (قطران) - که یک ماده شحمی بوده و زهر آن عامل مهم (سرطان شش) میباشد. این ماده ، دود سگرت را آبی رنگ میسازد.

۱۰- زرنیخ (فاسفورس) - که یک ماده حشره کش میباشد و به منظور کشتن حشرات بر بسته های تنباکو پاشیده میشود.

۱۱- خاکستر کاغذ سگرت.

۱۲- (نیکوتین) - که بر اعصاب محرکه عضلات و سیستم دوران خون تأثیر سوء وارد مینماید.

در میان این مواد، نیکوتین، قطران و پترو بیرین را از همه خطرناکتر میبایم، زیرا نیکوتین بر قلب تأثیر نموده و قطران و پترو بیرین باعث بروز مرض سرطان میگردد.

نیکوتین

خطری را که نیکوتین به بار میآورد ، میتوان در وجود تنباکو نهفته دانست، زیرا نیکوتین به مقدار فراوان در تنباکو وجود دارد. دانشمندان دریافته اند که رسوبات دود (۲۰) عدد سگرت در شش، (۶۰ ملی گرام) نیکوتین را از خود به جا میگذارد. اگر این مقدار نیکوتین را یک مرتبه داخل عضله کنند ، برای از بین بردن انسان کافیهست . قابل تذکر خواهد بود که شش استعمال کننده سگرت، قادر است تا (۹۰٪) ازین نیکوتین را به خود جذب کند.

تأثیرات صحتی نیکوتین

۱- نیکوتین بر اعصاب محرکه عضلات تأثیر مستقیم داشته و رشته های عصبی شخص معتاد را ضعیف میسازد که در نتیجه باعث میگردد حرکات صدر، حجاب حاجز و عضلات دستها و پاها

کند گردد. ازین جهت اکثریت معتادان به سگرت دچار ضعف یکی از حصص بدن اند.

۲- نیکوتین سبب بروزگشادگی چشم گردیده و یکنوع خیرگی و تخریش را دران ایجاد میکند ، که آن مرض به نام (زغلله تنباکو) یاد میشود.

۳- نیکوتین در غده های افراز لعاب دهن نیز تأثیر سوء وارد نموده و خشکی دهن را به بار میآورد، که در نتیجه افرازات معده کاهش یافته کم اشتهایی و سوء هاضمه به میان میاید، چنانچه تقریباً معتادان به سگرت همیشه کم اشتها میباشند.

۴- نیکوتین سبب ازدیاد تپش قلب گردیده و فشارخون را بالا میبرد. شخصی که استعمال سگرت را جدید آغاز نموده باشد، پس از استعمال یک عدد سگرت، تپش نبض او (۲۰ نبض) در یکدقیقه بالا میرود.

۵- نیکوتین باعث فراخی شریانهای خون در تمام حصص بدن میشود ؛ به شرح زیر:

الف: انقباض شریانهای جلد سبب تقلیل حرارت در روی، دستها و پاها میگردد.

ب: فراخی شریانهای مغز، سردردی و کند ذهنی را به بار میآورد.

ج: گشادگی شریانهای قلب، شخص معتاد را به سکتۀ قلبی تهدید مینماید.

د: فراخی شریانهای دست و پا ، باعث بروز لرزش در اندام میگردد. اگر این حالت به شدت گراید، ازان مرض برگر (Berger) به وجود میآید که پاها را فلج میسازد.

استعمال سگرت و مرض سرطان

تحقیقات علمی ثابت نموده است که از جمله (۱۵۰۰) حالت بروز سرطان، به جز از (۸) حالت، دیگر همه از استعمال دخانیات خصوصاً سگرت به میان میآید، چنانچه سرطان شش در میان مردان بیشتر از زنان به مشاهده میرسد.

یکی از داکتران تجربه جالبی انجام داده است : یک پارچۀ شش را که حجرات آن زنده بود ، زیر میکروسکوپ قرار داده و از

عقب شیشهٔ میکروسکوپ مشاهده نموده که حجرات زنده ، خیلی فعال و با نشاط حرکت مینموده اند. بعد ازان مقداری دود سگرت را بر آن پف نموده که در نتیجه حرکت آن بطلی شده و پس از (۱۰) دقیقه مرده است. در حالی که قطعهٔ دیگری ازین حجره که دود سگرت به آن تماس ننموده بود ، تا یک ساعت کامل به حیات خود ادامه داد.

استعمال سگرت نه تنها باعث به میان آمدن مرض (سرطان شش) میگردد ؛ بلکه سرطان لب، گلو و حنجره را نیز به بار میآورد.

تأثیر سگرت بر قلب و شریانها

استعمال سگرت همهٔ انساج قلب را تخریب نموده و سیستم دوران خون را متأثر میسازد. این عادت مهلک در وظایف دائمی قلب اضطراباتی را به وجود میآورد که سبب میشود قلب انسان قبل از وقت پیر گردد.

از جمله مهترین تأثیرات ناگوار سگرت بر قلب ، سرعت ناگهانی و شدیدی است که انواع مختلف دارد. استعمال کنند گان سگرت نظر به خرابی شریانها اکلیلی اکثراً گریبانگیر مرگ ناگهانی میگردند. نسبت این نوع مرگ در معتادان به سگرت پنج برابر اشخاصی است که به سگرت عادت ندارند. همچنان استعمال سگرت باعث فراخی شریان (تاجی) میگردد که در نتیجه شخص معتاد را به سکتۀ قلبی تهدید مینماید.

استعمال سگرت با ایجاد مرض فشار خون و سرعت تپش نبض ، شریانها را نیز متضرر میسازد. بر علاوه این عادت مهلک باعث تورم و ریدهای (خثری) میگردد که التهاب ورید های انگشتان پدید میاید و علامات آن زردی اطراف انگلستان و بی حس شدن وقفوی آنهاست. اگر این حالت به شدت گراید همه انگشتان فلج میشود. بیشتر مردان بین سنین (۲۰-۴۰) به این مرض مبتلا میگردند.

قابل تذکر است که به جز از اشخاص معتاد به دخانیات ، به ویژه سگرت ، کس دیگری به این مرض مبتلا نمی گردد و جز از

طریق ترک نمودن دخانیات ، راه دیگری هم برای تداوی این مرض وجود ندارد.

تأثیر سگرت بر جهاز هاضمه

مهمترین عاملی که بر جهاز هضمی تأثیر سوء وارد مینماید، بروز حوادث سرطانی در جهاز هضمی میباشد. استعمال سگرت سبب میگردد که حس ذایقه ، خاصیت خود را از دست دهد ؛ زیرا با اعتیاد به سگرت ، باعث اختلال حس ذایقه گردیده و زبان را برای بروز مرض سرطان آماده میسازد. احصائیه نشان داده است که (۸۰٪) مریضان مصاب به سرطان مری و دهان ، استعمال کنندگان سگرت بوده اند. استعمال سگرت تنها به سرطان مری، زبان و دهان اکتفا ننموده بر معده نیز تأثیرات ناگوار به جا میگذارد و تیزاب معده را ازدیاد میبخشد. با تزاید تدریجی تیزاب معده ، التهاب مزمن معده

پدید میاید که معده را به انواع اختلالات هضمی آماده میسازد. بالاخره این اختلالات به سرطان معده میانجامد.

تأثیر سگرت بر جهاز تنفسی

بینی انسان که مدخل اساسی هوای لازم به بدن است ، یگانه جوفی است که دارای موهای کوچک بوده و وظیفه پاکسازی هوا را به دوش دارد. این جوف با کیسه های هوایی شش اتصال دارد که وظیفه آن تعدیل درجه حرارت هوا به درجه حرارت بدن و مرطوب نمودن هواست. همچنان این دستگاه بزرگ مسؤول جذب آکسیجن لازم برای حیات و دفع کاربن دای اکساید میباشد. استعمال سگرت باعث ضخیم شدن پرده های بینی میگردد و انسداد جزیی را دران به وجود میاورد که هنگام خواب ازان صدا ایجاد میشود. همچنان سبب پیدایش التهاب در کیسه های هوایی شش میگردد؛ زیرا در اثر بطی شدن دستگاه تنفس، گرد و غبار موجود در اطراف ما به سهولت در مجراهای تنفسی رسوب و تراکم

نموده و سبب پیدایش التهاب شش می‌گردد. چنانچه (۷۵٪) مریضان مصاب به التهاب شش، استعمال کنندگان سگرت بوده اند.

احصائیه نشان می‌دهد که (۹۰٪) معتادان به سگرت از اثر سرطان شش جان خود را از دست داده اند. میزان مبتلایان به مرض سرطان شش (۳۰) برابر کسانی است که به استعمال آن نمی پردازند.

دانشمندان علوم طبی و داکتران، درین نکته متفقانه باهم ابراز نظر کرده اند که استعمال سگرت، نه تنها سبب پیدایش التهاب شش می‌گردد، که باعث ایجاد مرض سرطان حنجره نیز هست. آنها می‌گویند: استعمال سگرت التهاب مزمن حنجره را به بار آورده و نخست به شکل (صدا گرفتگی) ظاهر میشود که سرفه تشنجی و تخریش را با خود همراه دارد و در همین حالت برای جاگزین شدن سرطان مستعد می‌گردد.

مؤسسه مبارزه با سرطان در (تولوز) ثابت نموده که (۱۰۰٪) اشخاص مبتلا به سرطان حنجره، استعمال کنندگان سگرت بوده اند. چنانچه همه احصائیه های جهان این رقم را تصدیق نموده اند.

قابل تذکر است که مبتلا شدن به سرطان شش ، با مقدار سگرتی که در طول یک روز در اتاقهای بسته استعمال میشود ، ارتباط مستقیم دارد.

همچنان التهاب مزمن قصبه الریه گریبانگیر اشخاصی میشود که به سگرت عادت دارند و این التهاب با سرفه های تشنجی، بلغم مزمن و نفس تنگی پدیدار گشته ، به تورم ششها منتهی میشود ، که مرحله نخستین آن ، همان التهاب قصبه الریه پنداشته میشود. پس چه گناهی بزرگتر ازین که انسان به سگرت پناه برد و بجای این که هوای پاک تنفس کند، دود سگرت را که کثیف، سوزنده، خشک و مملو از انواع زهر هاست ، فرو برد و این دستگاه بزرگ و زیبا را به دست خود از کار اندازد.

تأثیر سگرت بر حواس

استعمال سگرت باعث به میان آمدن التهاب در اطراف پلکها گردیده و شریانهایی را که به همه طبقات چشم غذا میرسانند ، به تصلب مبتلا میسازد ، که در نتیجه باعث التهاب عصب بصری مردمک چشم میگردد .

همچنان زیادی مقدار نیکوتینی که در سگرت وجود دارد ، عصب سمعی را متأثر ساخته و باعث نقص حس شنوایی میگردد.

تأثیر سگرت بر سیستم اعصاب

تحقیقات علمی ثابت نموده است که مقدار کم نیکوتین باعث ایجاد تشنج در سیستم اعصاب مرکزی میگردد و مقدار زیاد آن حالات ناگوار روحی و عصبی را از خود به جا میگذارد که بالاخره باعث ایجاد ضعف در سیستم عمومی اعصاب میگردد.

تأثیر سگرت بر زنان و دختران

- ۱- استعمال سگرت در عادت ماهانه دختران و زنان اضطراباتی را به وجود آورده و این امکان را میدهد که گاهی قبل از وقت و گاهی بعد از وقت صورت گیرد، و علت آن اینست که دود سگرت بر غده (درقیه) تأثیر نامطلوب دارد.
- ۲- هنگام بارداری ، مواد مضره سگرت از راه خون مادر به خون طفل وارد شده ، در نتیجه برای طفل تکان قلبی و دگرگونیهای فشار خون را به بار میآورد.
- ۳- هنگام شیر خوارگی طفل، این مواد از طریق شیر مادر به وجود طفل انتقال مییابد.
- ۴- همچنان استعمال سگرت باعث ضعف عضلات مادر شده و عملیه زایمان را خیلی مشکل میسازد. در نتیجه به دواهای غیرضروری بسیاری ضرورت میافتد.

۵- استعمال سگرت در زنان این احتمال را به وجود میآورد که روی آنها قبل از وقت جلايش خود را از دست داده و چين و چروكهايي در صورت شان هويدا گردد.

۶- نسبت استفرقات دوران حاملگي در زنانی که به سگرت عادت ندارند (۲۱٪) است در حالی که در زنان معتاد به سگرت (۶۲٪) میباشد.

۷- تحقیقات به اثبات رسانیده که نسبت زایمانهای پیش از وقت در زنانی که معتاد به سگرت اند (۳) برابر زنانی است که به سگرت عادت ندارند.

۸- اطفالی که از مادران معتاد به سگرت تولد میشوند، دارای وزن کم، طول زیاد و ذکاوت اندک اند.

آیا دلیلی بهتر ازین میخواهید؟

اگر میخواهید ضرر های سگرت را در خود تلقین کنید ، اینک بعضی از تجارب علمی را که شما میتوانید آن را خود تجربه کنید، برایتان یاد آوری مینماییم.

۱- دودی از سگرت را استنشاق (تنفس) نمایید و بگذارید که داخل شش شما شود. سپس آن را خارج سازید. دیده میشود که رنگ آبی آن از بین رفته و گندمرنگ میشود ؛ زیرا رنگ آن در شش رسوب مینماید. بعد ازان دود دیگری را دردهان حبس نموده و نگذارید که داخل شش شما شود ؛ بعداً دوباره آن را خارج سازید ، دیده میشود که دود سگرت رنگ قبلی خود را با اندکی تغیر حفظ مینماید.

۲- یک زنگ برقی را آماده کنید و سوچ آن را طوری قرار دهید که با اندک تماس دست به صدا درآید، سپس تجربه را آغاز کنید. در آغاز کوشش کنید سوچ را طوری حرکت دهید که با منبع تماس ننموده و زنگ به صدا در نیاید . سپس یک عدد سگرت استعمال کنید و به تجربه خود ادامه دهید. درین مرحله خواهید دریافت که

شماره خطاهای شما به مراتب بیشتر شده و زنگ برقی با وصف کوششهای شما و بدون اراده تان به صدا درمیاید. و این برای شما ثابت خواهد نمود که استعمال سگرت سبب پیدایش لرزش در دست و سایر اعضا گردیده به ویژه قدرت اداره دستها و پاها را از بین میبرد.

۳- اگر گاهی گذرتان بریک آزمایشگاه طبی افتاد، شش یک شخص سالم و شخصی را که به سگرت معتاد باشد، به دقت نظر کنید، خواهید دریافت که شش استعمال کننده سگرت، مانند سگرت دانی سیاه و کثیف است، در حالی که شش طبیعی و سالم سرخ رنگ است.

آیا استعمال سگرت ضرر روانی و اخلاقی دارد؟

بسیاری از مردم تصور میکنند که استعمال سگرت، آنها را قادر به تمرکز فکری ساخته، اعصاب شان را آرام و تشویشهای شان را برطرف مینماید، در حالی که دانشمندان روانشناسی این

مفکورهٔ شان را رد میکنند ؛ زیرا هنگامی که انسان سگرتی را روشن نموده و دود آن را به تماشا مینشیند ، در حقیقت فکر خود را از تشویش های انباشته در ذهن خود ، به جانب دود سگرت متوجه میسازد که برای چند لحظه تشویشهای خویش را فراموش میکند. و این تأثیر روانیست نه تأثیر کیمیاوی سگرت.

بهتر است این عادت را با عادت دیگری مانند شنیدن موسیقی، آموختن آلات موسیقی، ورزش، بازی شطرنج و حتی استعمال تسبیح عوض نمود.

استعمال سگرت یکی از جملهٔ عادات مضر است که گاهی به حد افراط میرسد و اگر شخص معتاد به آن دارای ارادهٔ متین و عزم قوی نباشد ممکن نیست که آن را ترک گوید تا این که به امراضی مبتلا گردد.

این عادت مهلک بر اخلاق بسیاری از مردم تأثیر منفی نموده و مسیر زندگی آنان را بدون آن که خود درک کنند تغییر میدهد. برای اثبات این مدعا کسی را مثال می آوریم که میخواهد سگرتی را روشن کند، در عین زمان بر خود تلقین میکند که بر ارادهٔ خود

مسلط است و پس ازین سگرتی نخواهد کشید . در حالی که لحظه
یی بعد سگرت دیگری را آتش زده و به استعمال آن میپردازد.
نوجوانانی که در آغاز مرحله نوجوانی به استعمال سگرت
میپردازند نخست مجبور میشوند که سگرت را از والدین خود به
طور پنهانی استعمال نمایند و اگر درین باره از آنها سوال شود
مجبور میشوند دروغ بگویند و گاهی مجبور میشوند به خاطر
خریداری سگرت دست به دزدی بزنند. این خود ثابت میسازد که
سگرت بر علاوه این که صحت شان را در معرض خطر قرار
میدهد ، اخلاق شان را نیز فاسد میسازد.

استعمال سگرت بر بزرگسالان نیز تأثیرات روانی و اخلاقی
منفی به جا میگذارد. بسیاری از مردان که بخاطر ماه رمضان و یا
دستور داکتر به ترک سگرت مجبور میشوند، دچار تشویشهای
عصبی شده و خیلی زود خشمگین میشوند.

همچنان بعضی از مردم را مینگریم که نمی توانند به خواندن
کتاب و یا کار فکری دیگری بپردازند ؛ مگر این که سگرتی در
دستشان روشن باشد .همین گونه اشخاص دیگری هم هستند که
صبح از بستر خواب خویش نمی توانند برخیزند ؛ مگر این که

سگرتی را دود نمایند و یا برعکس تا سگرتی را روشن نکنند ، به خواب روند.

در شرایط جنگ اول و دوم جهانی که سگرت کم شده و برای استعمال کنندگان آن به رویت کوپون توزیع میشد ، خطرات اعتیاد به سگرت ، بر زندگی مردم تأثیرات خود را ظاهر نمود. چنانچه بسیاری از معتادان سگرت دچار بحرانات عصبی گردیده و هنگام چور وچپاول و غارت سرزمینهای دیگر ، به جای این که نان بدست آرند ، حملات خود را بر مغازه های سگرت فروشی انجام میدادند.

یکی از دانشمندان جامعه شناسی، در زندانهای اسیران جنگی تحقیقات قابل توجهی انجام داده و دریافته است؛ مقدار سگرتی که به اسیران جنگی توزیع میشده و برای بعضی شان تکافو نمی نموده، آنها برای این که مقدار مورد نیاز را به دست آورند ، نزد رفقایشان که به سگرت معتاد نبودند مراجعه می نمودند و با التماس و تضرع از آنان درخواست سگرت مینمودند، گاهی هم مجبور میشدند که لباسهای آنان را شسته و بوتهایشان را برس و رنگ کنند ، تا مقدار مورد نیاز سگرت را به دست آورند.

یک داکتر امریکایی حکایت میکند که، شخصی به مرض برگر (Berger) مبتلا بود، برایش توصیه نمودم که یگانه راه علاج این مرض جلوگیری کلی از استعمال سگرت میباشد. یک روز ناگهانی به اتاقش داخل شدم و او را دیدم که سگرتی به لب دارد. با لحن خشم آلودی رو به او نموده و گفتم: یا سگرت را ترک کن و یا مجبور هستیم که پاهایت را با انگشتانت قطع کنیم، ازین دو راه یکی را انتخاب کن. مریض پس از لحظه یی سکوت گفت: پاهایم را از بالای زانو قطع میکنید یا از پایین آن؟

همچنین حکایت میکنند که، یکی از استادان در دانشکده طب، زیانهای سگرت را برای شاگردانش تشریح میداد. بعد ازین که درس خاتمه یافت، استاد از صنف خارج شده و سگرتی را روشن نمود. یکی از شاگردانش برایش گفت: آیا ترک نمودن سگرت تا این حد مشکل است؟ استاد جواب داد: اتفاقاً نه پسر، بسیار کار ساده و سهل است؛ زیرا من تا اکنون بیشتر از هزار مرتبه سگرت را ترک نموده ام.

استعمال سگرت از نظر دین مقدس اسلام

هرچند استعمال سگرت در زمان حضرت پیامبر بزرگ اسلام (ص) مروج نبوده و در قرآنکریم واحادیث نبوی ازان هیچ گونه تذکاری نرفته است ، با آن هم قواعد عمومی معروف و محدود موجود است که میتوان آن را مد نظر گرفت.

قاعده اول

و آن سخن پیامبر بزرگ (ص) است که فرموده: « الحلال ما احل الله فی کتابه و الحرام ما حرم الله فی کتابه و ما سکت عنه فهو مما عفاکم » - رواه الترمذی و ابن ماجه.

یعنی - حلال آنست که خداوند (ج) آن را در کتاب خود حلال گفته و حرام آنست که خداوند (ج) آن را در کتاب خود حرام گفته و در باره چیزهایی که سکوت نموده است برای شما بخشیده شده. همچنان حدیث دیگری نیز به این عبارت آمده است: « ان الله فرض فرائض فلا تضيعوها و حد حدوداً فلا تعتدوها و حرم اشياء

فلا تنتهکواها وسکت عن اشیاء رحمۃ بکم غیرنسیان فلا تسألوا عنها.» - رواه احمد و غیره.

یعنی - خداوند (ج) فرضهایی را فرض گردانیده که شما آنرا ضایع نسازید و حدودی را تعیین نموده که شما ازان تجاوز نکنید و چیزهایی را حرام گفته که شما ازان سرکشی نکنید (و آنرا حلال مپندارید). همچنان در باره بعضی چیزها سکوت اختیار نموده، البته نه از روی فراموشی؛ بلکه به سبب رحمت بر شما و شما ازان سؤال نکنید.

ازین قاعده به این نتیجه میرسیم که اطلاق کلمه حلال و حرام بالای اشیاء، خاص مربوط خداوند (ج) است. و این کلمه بزرگی است که ما نمی توانیم با اندک اجتهاد، بالای اشیاء حکم حلال و حرام کنیم. بدین جهت خطا خواهد بود که سگرت را از دیدگاه خود در جمله حلال یا حرام قرار دهیم.

قاعده دوم

چیزهایی که به صحت ضرر میرساند؛ ولی عقل را زایل نموده، مستی به بار نمی آورد و حرام بودن آنها در قرآنکریم و

احادیث نبوی ذکر نگردیده ، از نظر شریعت اسلامی مکروه پنداشته میشود.

- ۱- به دلیل این که به صحت ضرر میرساند.
- ۲- به دلیل این که پول بدون فایده به مصرف میرسد.
- ۳- به دلیل این که ارادهٔ انسان را ضعیف ساخته و استعمال کننده اش را از روزه ، نماز و عبادات دیگر باز میدارد.

چگونه میتوان از استعمال سگرت اجتناب ورزید؟

بهترین وسیله یی که انسان را به ترک یک عادت ناپسند وامیدارد ، دانش است. یعنی مطالعه پیرامون ضررها و خطرهایی که از ادامهٔ آن عمل به صحت وارد میاید. برای این که قناعت شما فراهم آید، بهتر است به یکی از آزمایشگاه های طبی مراجعه نموده و به چشم خود مشاهده کنید که شش استعمال کنندهٔ سگرت چگونه سیاه و کثیف است. همچنان انواع سرطان گلو، حنجره، شش و زبان را در وجود استعمال کنندهٔ سگرت خواهید

دید. بعد ازین چیزها عزم قوی و اراده متین در کار است. دانشمندان و روانشناسان عقیده دارند که برای به دست آوردن عزم متین و اراده قوی، بهتر است انسان به همه دوستان و آشنایان خود اعلام بدارد که تا فلان وقت سگرت را به صورت قطعی ترک خواهد گفت و یا این که به پیشگاه خداوند (ج) قسم یاد کند که دیگر هرگز لب به سگرت نخواهد زد.

داکتران قطع یکبارگی سگرت را نسبت به قطع تدریجی آن ترجیح میدهند. به نظر ما بهترین فرصت مناسب برای ترک سگرت ماه مبارک رمضان است؛ زیرا هنگام روزه داری (نیکوتین) در خون خیلی کم شده و برای روزه دار این را سهل میسازد که از عادت تنبلی قبلی خویش جلوگیری به عمل آرد، تا به ترک آن نایل آید.

چنانچه همه میدانیم مشکلترین دوره برای ترک کننده سگرت همان هفته نخستین است. و اگر معتاد دران مرحله پیروز شد میتواند با پیگیری و تداوم به ترک قطعی آن نایل آید. اینک بعضی از دواهاییکه شما را به ترک کلی سگرت یاری میرساند و در دواخانه ها به فروش میرسد برایتان نام میبریم.

از جمله تابلیتهایی که کیف سگرت را برطرف مینماید و به طور
غرغره، جوشی و مکیدن استعمال میشود یکی هم تابلیت (لوبیلین)
است که زیر نام (لوبیدان) در دواخانه ها به فروش میرسد و
روزانه سه قرص برای مدت یک هفته استعمال میشود.

استعمال این تابلیت، شخص معتاد را از سگرت متنفر میسازد ؛
ولی بدون مشورهٔ داکتر استعمال آن درست نخواهد بود. شکی
نیست که استعمال کنندهٔ سگرت وقتی به ترک آن پیروز شود و
احساس آرامش نموده اشتها پیدا کند و سرفه و بلغم از وجود او
زایل شده و با نشاط گردد ، شجاعانه به استمرار ترک آن ادامه
خواهد داد.

بخش دوم

الکول

شراب

ابلیس شبی رفت به بالین جوانی
آراسته با شکل مهیبی سر و بر را
گفتا که منم مرگ و اگرخواهی زنهار
باید بگزینی تو یکی زین سه خطر را
یا آن پدر پیر خودت را بکشی زار
یا بشکنی از خواهر خود سینه و سر را
یا خود زمی ناب کشی یک دوسه ساغر
تا آن که پیوشم زهلاک تو نظر را

لرزید ازین بیم جوان برخود و جا داشت
کزمرگ فتد لرزه به تن ضیغم نر را
گفتا پدر و خواهرمن هردو عزیزند
هرگز نکنم ترک ادب این دو نفر را
اما چو به می دفع شر ازخویش توان کرد
می نوشم و با وی بکنم چاره شر را
جامی دو بنوشید و چو شد خیره زمستی
هم خواهر خود را زد و هم کشت پدر را
ای کاش شود خشک بُنِ تاکِ خداوند
زین مایه شر حفظ کند نوع بشر را

« ایرج میرزا »

الکول (شراب) چیست ؟

از نظر ساختار طبی، تمام نوشابه هایی که دارای مقدار معینی از الکول بوده و حالت نشه را به بارآورند ، شراب (مشروب الکولی) پنداشته میشوند.

مقدار الکول در بیر (Beer) از ۳- ۱۲٪، در مشروبات قوی ۲۵٪ و در قویتر از آنها تا ۵۰٪ نیز میرسد.

الکول در بعضی از دواها و املاح ضروری برای صحت انسان؛ مانند: ادویه سرفه ، ذوب میگردد. همچنان در بعضی از نوشابه های گازی دیگر؛ مانند: کوکاکولا ، قابل تحلیل میباشد. این دواها و نوشابه ها از نظر علمی و شرعی در جمله مشروبات الکولی به شمار نمی روند؛ زیرا درین دواها و نوشابه ها ، الکول آزاد نیست و نمی تواند حالت نشه را به بار آرد ؛ اما از نظر شریعت ، شراب به همه موادی اطلاق میگردد که حالت نشه را پدید آورد. چنانچه

رسول الله (ص) فرموده : «کل مسکر خمر و کل مسکر حرام»
رواه مسلم عن ابن عمر « ۱ »

یعنی: تمام چیز های نشه آور و همه نوشابه های نشه آور حرام است. این حدیث معنی آنرا توسعه میدهد تا تمام مواد نشه آور را اگر چه شراب نباشد شامل شود.

الکول قدیم

آسپرین و پنسلین ، با آنکه دارو های طبی اند ، نمی توان آنها را در همه نقاط کره زمین پیدا نمود ؛ ولی الکول را که این هم یک ماده طبی است ، در همه نقاط دنیا میلیونها انسان به مصرف میرسانند.

این ماده را که بدون رنگ بوده و در رساله های طبی به نام ایتانول (ETHANOL) یا ایتایل الکول یاد میکنند ، تاریخ به طور

دقیق ثبت ننموده است که از چه زمانی انسانها به تولید و استعمال آن آغاز نموده اند، با آنهم در نخستین سخنان بشر ، پیرامون الکول تذکار رفته است.

الکول نه تنها موارد استعمال زیاد دارد ؛ بلکه با داشتن سابقهٔ ماقبل التاریخ ، تولید زیاد نیز دارد. انسان دورهٔ ما قبل التاریخ به ساختن و حفظ این ماده پرداخت. دران زمان ملتهای پیشرفته و عقب مانده با زراعت آشنایی داشتند و این ماده را به انواع مختلف استحصال مینمودند که بیشتر استحصال آن از گندم، جو، کچالو و عصارهٔ میوه ها صورت میگرفت و همیشه مادهٔ بدست آمده (سمی) میبود.

دانشمندان جامعه شناسی عقیده دارند که با پیشرفت زراعت استحصال الکول نیز کمتر از تولید مواد غذایی نبود. همچنان در مدنیت های گذشته ، الکول حیثیت کمی ازغذاهای اساسی نداشت. در سنگنوشته های مکشوفه از مابین النهرین ، که تاریخ آن به (۲۱۰۰) سال قبل از میلادی میرسد ، از شراب نام برده شده است. همچنان فراغه نام نان و شراب را بر قبرهای خود نوشته اند. از

جانب دیگر در آثاری که از مصر، یونان باستان و روم قدیم به دست آمده ، نام شراب (الکول) به نظر میرسد.

در قرن اول میلادی دانشمند علوم طبی (بلیتوس) نوشته است: «انسان در روی زمین جایی را نمی تواند بیاید ، که دران مواد نشه آور نباشد.» در قرن شانزدهم ، برنال دی بازدی کاستیلو (۱۴۹۸-۱۵۸۲) همسفر هیرناندو کوریتس هسپانوی (فاتح مکزیک) نوشته است که : « اهالی بومی مکزیک مشروبات نشه آور خود را از یک نوع نبات طویل که دارای قطر بزرگ بوده و برگهای پهن داشته ، تهیه میکردند.»

در حدود (۵۵۰) سال بعد ازان ، دریانورد انگلیسی (جیمز کوک) در نواحی جنوب مشاهده نموده که مردم آن مناطق مشروبات الکولی خود را از انگور به دست میاورده اند. سپس کاشف انگلیسی ، مونجو بارک (۱۷۷۶-۱۸۰۶) نوشته است که: « من هنگام توقف قافله ما در صحرای جنوبی هند ، دیده ام که چگونه اهالی بومی آن منطقه از عصاره جو برای خود مشروب الکولی تهیه مینمودند.» در مناطق پیشرفته دنیای امروز ، کمتر جایی پیدا خواهد شد که ساکنین آن به استعمال مشروبات الکولی نپردازند. مثلاً طبق

احصائیه یی که در سال (۱۹۶۸) در آلمان فدرال به عمل آمده ، مقدار مصرف مشروبات الکولی هر شخص ، سالانه بالغ بر (۱۶۷) لیتر میباشد که تقریباً روزانه نیم لیتر میشود.

تأثیر الکول بر بدن انسان

تأثیر الکول بر بدن انسان در دو عامل نهفته است.

۱ - مقدار الکول و تمرکز آن در خون : اگر انسان دو گیلایس بیر را بنوشد ، مقدار الکول آن به (۵ ملی گرام در (۱۰۰- سی سی) خون میرسد و این مقدار جهت به دست آوردن تأثیر مطلوب برای نوآغازان کافی است. با تمرکز تدریجی الکول در خون ، تأثیر آن نیز افزونی مییابد.

اگر مقدار آن به ۵۰ ملی گرام در (۱۰۰- سی سی) خون برسد، انسان قدرت تمرکز فکری خود را از دست میدهد و قدرت سیطره برعواطف نیز رو به تقلیل مینهد؛ اما درین مرحله قدرت تسلط بر دستها و پاها ، هنگام رفتار، غالباً از میان نمی رود.

اگر مقدار الکول در خون به ۱۵۰ ملی گرام در (۱۰۰- سی سی) خون برسد ، قدرت تسلط بردستها و پاها نیز از میان میرود و بدیهی است که درین حالت همه رشته های عصبی علوی از فعالیت باز می ایستد.

۲- مقدار تحمل سیستم اعصاب : چنانچه به ملاحظه رسیده است، انسانها با نوشیدن اولین پیک ، به درجات مختلف تحت تأثیر الکول قرار میگیرند. بعضی دامنگیر هیجان و انفعال شدید میشوند و بعضی هم به سکوت و خواب متمایل میگردند.

بزرگترین خطر الکول دران است که سیستم اعصاب انسان را به تدریج معتاد میسازد، چنانچه مقداری که در مرحله اول حالت نشه را به بار میآورد ، در دفعات دوم و سوم اثر مطلوب نمی نماید. پس برای به دست آوردن همان حالت اولی ، شخص مجبور میشود مقدار آن را به دو چند یا سه چند تزیاید بخشد که بالاخره اعتیاد به وجود میآید. بدین سبب دانش امروزی ادعاهای اشخاص را که گویا با نوشیدن الکول قدرت اعتدال خود را بدست میآورند، شدیداً رد مینماید.

تأثیر الکول بر قلب و شریانهای خون

الکول به نسبت (۱٪) باعث میشود که نبض انسان در یک دقیقه (۱۰- نبض) بالا برود. با تداوم نوشیدن الکول ، شخص الکولیست به تصلب شرایین ، خصوصاً شریان تاجی که مغذی قلب است ، مبتلا میشود و تصلب شریان تاجی انسان را در معرض سکته قلبی قرار میدهد. بدین جهت اولین نصیحت داکتران برای مریضان مصاب به تصلب شرایین و تکان قلبی ، این است که به طور قطعی از استعمال انواع سگرت و الکول خودداری کنند.

تأثیر الکول بر سیستم اعصاب

دانش امروزی ثابت نموده است که مغز انسان از مراکز مختلفی ایجاد شده است. وظایف سنگین به مراکز فوقانی مغز ارتباط داشته و وظایف سبک به دوش مراکز تحتانی میباشد. مراکز فوقانی مغز موظف است که اراده ، اعتماد به نفس و سلوک اجتماعی را کنترل نماید و مراکز تحتانی وظایف عقلی و فکری را

انجام میدهد. پس ازان مراکز حکم بر اشیا قرار دارد و بالاخره مراکز دیگری برای تنظیم عواطف و احساسات فعالیت دارد، که در اثر استعمال الکول مراکز مختلف سیستم اعصاب تحت تأثیر قرار میگیرد. بدین جهت اولین چیزی که در اثر استعمال الکول دچار اختلال میشود، اراده، اعتماد به نفس و کنترل سلوک اجتماعی است و اگر مقدار الکول زیادتر باشد قدرت تمرکز فکری را نیز مختل میسازد.

تأثیر الکول بر کرویات خون

خون دو وظیفه دارد. توسط کرویات سرخ خود آکسیجن را از شش جذب و کاربن دای اکساید را دفع مینماید و توسط کرویات سفید درمقابل باکتریها و میکروبهایی که به جسم ما داخل میشوند، مقاومت مینماید. اگر یک قطره خون را در مقداری آب که (۱٪) الکول داشته باشد بیندازیم، کرویات سرخ خون رنگ خود را تبدیل نموده به زردی میگراید و نشاط و فعالیت خود را از دست میدهد.

معنی این عملیه در جسم انسان زنده این است که الکول خون را از جذب نمودن اکسیجن لازم به وجود باز میدارد و اختناق کرویات خون را بار میآورد که در نتیجه خستگی عضلات پدید میآید. همچنان مقاومت جسم در مقابل انواع میکروبها و امراض تقلیل مییابد.

یکی از انجمن های طبی انگلستان تحقیقاتی را بالای دو گروه از کارگران فابریکه ذوب آهن آن کشور انجام داده است که گروه اول قبل از شروع کار اندکی الکول مینوشیدند و گروه دوم نمی نوشیدند. در نتیجه دریافته است که گروه اول به زودی خستگی احساس نموده و سطح تولید آنها در مرتبه پایینتری قرار گرفته است .

تأثیر الکول بر جگر

استعمال الکول سبب پیدایش مرض (پوکی جگر) میگردد ، که این مرض در اروپا و امریکا منتشر بوده و در ممالک اسلامی خیلی کم به نظر رسیده است.

هرگاه استعمال الکول ادامه یابد حجرات زندۀ جگر یکی پس از دیگری حیات خود را از دست میدهند که باعث خرابی یک بخش جگر میگردد و آن حصۀ جگر که حجرات آن حیات خود را از دست داده اند ، به شکل اسفنجی میدراید و انکشاف آن باعث بروز مرض (تلیف کبد یا پوکی جگر) میگردد که این مرض مرگهای نا به هنگام را در فرجام دارد.

یک دانشمند بزرگ اتریشی تحقیقاتی پیرامون (کمیت وفيات مريضان مصاب به تليف کبد در اروپا و امريکا) انجام داده و دريافته است که وفيات مريضان مصاب به (تليف کبد) در خلال سالهای جنگ دوم جهانی ، هنگامی که مشروبات الکولی کم پیدا بوده و انسان نمی توانست بدون کوپون آن را به دست آرد ، خیلی کاهش

یافته بود. همچنان هنگامی که در امریکا نوشیدن الکول ممنوع قرار داده شده بود، این مرض به ندرت به نظر می رسید.

تأثیر الکول بر اشتها

بعضی از مردم عقیده دارند که استعمال الکول (خصوصاً مقدار کم بیر) بر اشتها میافزاید و معده را در هضم غذا یاری میرساند. در حالی که زیاد شدن اشتها توسط الکول، تأثیر تلقین روحی آنان است، نه تأثیر کیمیاوی الکول. دانش امروزی ثابت نموده که استعمال الکول تیزاب معده را تزاید بخشیده، حرکت معده و عملیه جذب مواد لازم به بدن را به کندی و میدارد، که باعث ایجاد التهاب مزمن در غشای معده میگردد.

بسیاری از مصرف کنندگان مشروبات الکولی، هنگامی که کمیت مشروبات مورد مصرف شان تقلیل یابد، به استفراقات پی در پی مصاب میگرددند. همچنان به نظر رسیده است که استعمال کنندگان دایمی بیر، بالاخره به بی اشتهاپی دچار گردیده اند و

علت آن مصاب شدن شان به التهاب معده میباشد که توسط بیر به وجود میاید.

تأثیر الکول بر گرده ها و جهاز بولی

گروهی از مردم عقیده دارند که استعمال الکول و بیر عملیۀ ادرار را سهل ساخته ، ریگ و سنگریزه های داخل مثانه را بیرون میریزد و برای شستشوی مجرای بولی داروی خوبی به شمار میرود. در حقیقت امر در ترکیب آنها املاح و تیزابهایی وجود دارد که آنها را از تعفن نگاه میدارد .

مصرف الکول سبب از بین رفتن این املاح و تیزابها گردیده ، باعث اتلاف انساج گرده، مثانه و مجرای بولی میگردد. بدین جهت اکثریت اشخاص معتاد به الکول و بیر به امراضی مصاب میگرددند که گاهی باعث بند شدن مجرای بولی میگردد و گاهی هم نمی توانند بر عملیۀ ادرار خود سیطره داشته باشند و همیشه بدون اختیار ادرار آنها جاری میشود.

تأثیر الکول بر باقی اعضای جسم

برای این که بدانید الکول چگونه تأثیری را وارد حجرات بدن انسان میسازد، به لابراتواری بروید و حجره زنده و پر تحرکی را در زیر میکروسکوپ قرار دهید. از عقب شیشه میکروسکوپ ملاحظه خواهید نمود که حجره زنده خیلی فعال و پرنشاط به حرکت خود ادامه می‌دهد. بعد ازان همان حجره را در میان آبی قرار دهید که به نسبت (۱٪) الکول داشته باشد، دیده میشود که حرکت حجره مذکور به کندی می‌گراید. سپس مقدار فیصدی الکول را بلند ببرید خواهید دید که حجره مذکور به تسمم مبتلا گردیده و بلا فاصله میمیرد.

این تجربه به ما می آموزاند که الکول چگونه تأثیری را وارد حجرات بدن انسان میسازد.

الکول و نقص ویتامینها

استعمال الکول باعث از بین رفتن ویتامینها در جسم میشود. خصوصاً انواع ویتامین (B) و ویتامین (C) را به نابودی میکشاند، که منجر به پیدایش امراض گوناگون میگردد. اعراض فقدان ویتامین های (B و C)، نخست به شکل لرزش دستها، کلالت زبان، ضعف عضلات و حساسیت جلد ظاهر میشود. اگر باز هم ویتامینهای یادشده توسط الکول از بین برده شود، منجر میشود به فلج شدن دستها، پاها و ورم قلب.

الکول و تأثیر آن بر غریزه جنسی

همچنان گروهی اعتقاد دارند که استعمال الکول، غریزه جنسی را شاداب نگه میدارد، در حالی که استعمال الکول دو گونه تأثیر را بر غریزه جنسی وارد میسازد.

۱- چون الکول بر مراکز بالای سیستم اعصاب تأثیر میگذارد، به طور موقت شرم، تردید و خوف را زایل میسازد (البته در حالاتی که شرم، خوف و تردید وجود داشته باشد).

۲- چون الکول بر مراکز پایینی سیستم اعصاب تأثیر ناگوار به جا میگذارد، باعث میشود که غریزه جنسی صرف چند دقیقه به حد افراط رسیده و سپس به ضعف گراید، که سرانجام در اثر تداوم مصرف الکول، ناتوانیهای جنسی پدید میآید.

این دونوع تأثیر ناگوار و خطرناکی را که الکول بر غریزه جنسی انسان وارد مینماید، بالاخره منجر میشود به پیدایش عقده های روانی و جنسی که باعث برهم خوردن حیات زوجی مصرف کنندگان الکول میگردد.

تأثیر الکول بر شخصیت انسان

در گزارشی که از طرف (انجمن مبارزه با الکول) در انگلستان تهیه شده، آمده است: «استعمال الکول به طور دوامدار بر شخصیت

انسان لطمه وارد نموده و سبب پیدایش کند ذهنی میگردد و اراده انسان را ضعیف میسازد. اعتماد به سخنان و وعده های شخص معتاد به الکول کاریست خطا، اگرچه درحالت عادی باشد. همچنان نمی توان در مسایل مالی، اجتماعی و رهبری به وی اعتماد نمود. شخص معتاد به الکول بسیار به زودی خشمگین میشود و دارای اوهام و خیالات بیشمار است. بسیاری از معتادان به الکول در امور زندگی خیلی تنبل و بیکاره اند و همواره تنبلی و بیکارگی دامنگیر آنان است. بالاخره سلوک و رفتار اشخاص معتاد به الکول در برابر همسر و اطفال شان نا پسند بوده و همواره از عدم اطمینان برخوردار میباشد.»

آیا الکول سرما را زایل نموده، گرما را به بار میآورد؟

بعضی از مردم عقیده دارند که نوشیدن الکول سبب از دیاد حرارت بدن میگردد. مخصوصاً نوشیدن مشروبات الکولی در زمستان، برای جلوگیری از سرما نوشابه خویست؛ درحالی که این

عقیده به صورت مطلق غیرقابل قبول است ؛ زیرا دانش امروزین ثابت نموده که استعمال الکول باعث فراخی شریانهای خون در تمام حصص پوست بدن ، به ویژه روی ، میگردد . در نتیجه خون درین قسمتها بیشتر تر از حد معین به جریان میافتد، که ظاهراً پوست و روی انسان را سرخ رنگ میسازد و یک نوع توهّم نزد انسان به وجود میاید که گویا حرارت جسم بالا رفته است؛ اما در واقع فراخی این شریانها ، سبب خروج حرارت داخلی گردیده و حرارت جسم به زودی نزول مییابد. از همین سبب نوشیدن الکول برای هیأتیهایی که جهت تحقیقات علمی به قطب شمال میروند، ممنوع اعلان گردیده است؛ زیرا هنگامی که حرارت داخلی بدن کاهش یابد ، باعث یخ زدگی اعضای بدن گردیده و مرگ مفاجی (مرگ نا بهنگام) را در پی دارد .

مشکلات اجتماعی و اقتصادی الکول

الکول در کشور های اسلامی، مشکلات قابل توجهی را ایجاد نموده است، و این به برکت امرقاعی است که دین مقدس اسلام استعمال آن را ممنوع قرار داده است؛ اما در کشورهای غیر اسلامی، خصوصاً در قاره های اروپا و امریکا، مشکلات اجتماعی و اقتصادی بزرگی را به بار آورده است. در بسیاری از شهرهای پیشرفته اروپایی و امریکایی، دهها انجمن مبارزه با مشروبات الکولی را میبایم. همچنان در کشور های پیشرفته دنیای امروزی شفاخانه هایی ایجاد شده که به علاج اشخاص دایم الخمر میپردازند.

انجمن مبارزه با مشروبات الکولی امریکا، در سال (۱۹۶۶) احصائیه یی را انتشار داده و در آن تذکر داده است که تنها در ایالات متحده امریکا در حدود (۹- میلیون) مرد و زن معتاد به الکول وجود دارند که به حد تسمم رسیده اند. این رقم تقریباً (۱۸٪) نفوس مجموعی آن کشور را نشان میدهد.

همچنان احصائیه نشان داده است که سالانه (۲۵۰۰۰) حادثهٔ ترافیکی، (۱۵۰۰۰) حالت قتل و انتحار، (۲ $\frac{1}{3}$) میلیون واقعهٔ دستگیری درحالت ارتکاب جرم از اثر استعمال الکول در ایالات متحدهٔ امریکا به بار آمده است.

از اثر استعمال الکول، در ایالات متحدهٔ امریکا، سالانه تقریباً (۱۵- بلیون) دالر به دولت آن کشور خساره وارد میشود. (۱۰- بلیون) دالرخساره از درک فرار ازکار و کاهش تولیدات صنعتی، (۲- بلیون) دالر ازدرک مصارف صحی اشخاص مصاب به امراض گوناگون و (۳- بلیون) دالر ازدرک خسارات گوناگون دیگری که از همین بابت به اقتصاد آن کشور صدمه وارد میشود.

همچنان استعمال الکول سبب شده که حالات زیر در ایالات متحدهٔ امریکا به وجود آید:

- ۱۰٪ حالات دیوانگی و تشوشات روحی داخل بستر در شفاخانه ها.
- ۳۰٪ حالات طلاق و لت و کوب اطفال.
- ۴۵٪ حوادث ترافیکی.
- ۶۵٪ حالات فرار از کار و کاهش تولیدات صنعتی.

اکنون نسبت به هر زمان دیگر (۸۱٪) امریکاییها معتقد شده اند که زیانهای الکول جامعه را به تباهی میکشاند و (۷۹٪) آنها از دولت خواستار شده اند که سن قانونی نوشیدن الکول را در تمام ایالات به سن (۲۱) ارتقا دهد.

اسلام و الکول (شراب)

دین مقدس اسلام یگانه دینی است که نوشیدن مشروبات الکولی را به طور قطع ممنوع اعلام نموده است. دین اسلام با در پیش گرفتن شیوه های علمی و رعایت نیازهای روانی افراد، شیوه ها و دستورهای قابل تأملی را به میان آورده که این شیوه ها را میتوان به دودسته تقسیم بندی نمود.

۱- منع قرار دادن تدریجی نوشیدن مشروبات الکولی؛ تا بر مردم گران تمام نشود.

۲- ارتباط اوامر با پدیده های واقعی، با استفاده از تأثیرات روانی و سیکولوژیکی.

نزول اولین آیت درباره شراب وقتی بود که حضرت عمر (رض) از خداوند (ج) در خواست نمود و گفت : « اللهم بين لنا في الخمر بياناً شافياً » یعنی - خداوندا ! برای ما درمورد شراب ، بیانی قاطع و کامل بفرست. پس خداوند (ج) این آیت را نازل نمود.

« يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَّفْعِهِمَا » سورة - البقره - آیه ۲۱۹

یعنی : (میپرسند ترا از حکم شراب و قمار بگو در هردو گناه بزرگست و منفعت هاست مردمان را و گناه هر دو بزرگتر است از سود آنها) « ۱ »

درینجا بعضی مردم گفتند که (شراب حرام شد) و از نوشیدن آن اجتناب ورزیدند و گروهی دیگر گفتند ای رسول خدا (ج) ! چنانچه خداوند (ج) فرموده که (منافع للناس) پس بگذار که ما ازان مستفید شویم. رسول (ص) سکوت اختیار نمودند. مدتی سپری گشت و دیده میشد که برخی از مردم پس از نوشیدن الکول به نماز حاضر میشدند و نمی دانستند که چه میگویند. حضرت عمر (رض)

دوباره از خداوند (ج) درخواست نمود و گفت: « اللهم بین لنا فی الخمر بیاناً شافياً » که این آیت نازل شد :

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ » سورة النساء - آیه ۴۳

یعنی: (ای مؤمنان نزدیک مشوید به نماز در حالی که شما مست باشید تا آن که بدانید آنچه را میگویید.) «^۱»

باز هم برخی از مردم گفتند که (شراب حرام شد) و بعضی دیگر گفتند که هنگام ادای نماز نمی نوشیم و باز هم رسول (ص) سکوت اختیار نمودند.

در مرتبه سوم بازهم حضرت عمر (رض) درخواست خود را تکرار نموده و گفت: « اللهم بین لنا فی الخمر بیاناً شافياً » این بار آیت سوم نازل شد:

« يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ . إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ

يُوقِعَ بَيْنَكُمْ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ « سورة المائدة - الآيتين - ۹۰ و ۹۱

یعنی: ای مؤمنان جز این نیست که خمر و قمار و نشانه های معبودان باطل و تیرهای فال پلید است از کردار شیطان، پس احتراز کنید از وی تا رستگار شوید. جز این نیست که میخواهید شیطان که بیندازد در میان شما دشمنی و خصومت در خوردن خمر و قمار و باز دارد شما را از یاد خدا و از نماز. پس آیا هستید شما باز ایستادگان) «^۱»

هنگامی که این آیت نازل شد، مردم همه نزد پیامبر (ص) آمدند و رسول (ص) برایشان فرمود: (شراب حرام شد).
برای ازدیاد معلومات شما ، اینک چند حدیثی را که در مورد شراب فرموده شده ، برایتان نقل میکنیم :
۱- « اجتنبوا الخمر فإنها مفتاح كل شر » «^۲» رواه الحاكم عن ابن عباس.

«^۱» تفسیر کابل / جزء هفتم ، ص ۷۱۱ - ۷۱۳

«^۲» الترغیب / ج ۴ ، ص ۲۹۸

یعنی: از شراب بپرهیزید؛ زیرا شراب کلید تمام بدیهاست.

۲- « من لقی الله مدمن خمر لقيه كعابد الوثن »^۱ «^۱ رواه احمد بن حبان عن ابن عباس.

یعنی: کسی که دایم الخمر است و با خداوند ملاقی میشود، مانند بت پرستی است که با خداوند (ج) مقابل میگردد. همچنان حدیث دیگری به این متن آمده است:

۳- « من شرب الخمر اسقاه الله من حمیم جهنم يوم القيامة »^۳ «^۳ رواه البزار عن ابن عمر.

یعنی: کسی که شراب مینوشد ، خداوند (ج) او را در روز قیامت از آب سوزنده دوزخ سیراب میکند.

همچنان از حضرت بی بی عایشه (رض) روایت شده که:

۴- « كل مسكر حرام و ما اسكر الفرق منه فملُ الكف منه حرام »^۳ «^۳ یعنی: تمام چیزهای نشه آور حرام است و هر ماده نشه آوری

«^۱ الترغیب / ج ۴، ص ۲۹۷

«^۳ الترغیب / ج ۴، ص ۲۰۱

«^۳ فقه السنه / ج ۹، ص ۵۲، ط اولی

که یک پیمانه آن انسان را به کیف وامیدارد ، به اندازه یک مشمت آن نیز حرام می باشد.

الکول (شراب) در حدود شرعی

درقرآن کریم حدی (جزایی) برای نوشیدن شراب نازل نگردیده است. عینی درکتاب (شرح الکنز) از انس (رض) روایت نموده که حضرت پیامبر (ص) با غنچه و پاپوش بر نوشنده شراب حد جاری نموده. (نسبت این حدیث به امام شافعی داده شده است).

حضرت امام احمد ، با اتکا به قول حضرت ابی سعید روایت نموده که : « در زمان پیامبر (ص) بالای کسی که شراب مینوشیده دوضربه پاپوش حدجاری شده است و در زمان حضرت عمر (رض) دو ضربه پاپوش به دو تازیانه مبدل گردیده است. »^{« ۱ »}

« ۱ » شرح العینی علی الکنز / ج ۱ ، ص ۲۳۰

نخستین کسی که بر نوشنده شراب حد جاری نمود، حضرت ابوبکر صدیق (رض) بود، که او چهل ضربه چوب ویا چهل ضربه با اطراف پاپوش حد جاری نموده است.

هنگامی که مسلمانان سرزمینهای شام، مصر و فارس را فتح کردند، دران مناطق شراب به قدر وفور رایج بود که اهل ذمه به خرید و فروش و نوشیدن آن میپرداختند و خلیفه اسلام به سبب احترام به شعائر آنها کسی را بدین جرم ملزم قرار نداده و محاکمه نمی نمود. درین هنگام بعضی از جوانان و سپاهیان مسلمان به طور مخفیانه به نوشیدن شراب آغاز نمودند و سخن بدانجا کشید که برای پیشبرد عمل شرابنوشی خود به تأویل آیات قرآن کریم پرداختند. برخی ازانان میگفتند که نوشیدن شراب حرام نیست؛ زیرا خداوند (ج) فرموده است که ازان اجتناب کنید و نگفته است که نوشیدن شراب حرام است. بعضی هم میگفتند که خداوند (ج) گفته است (فهل انتم متتهون) یعنی: (پس آیا هستید شما باز ایستادگان) و امری برما نموده است. بعضی دیگر میگفتند خداوند (ج) برای هر گناهی حد تعیین نموده است، به جز نوشیدن شراب و اگر این هم حرام میبود، خداوند (ج) برایش حد تعیین مینمود.

همان بود که تأویل و تفسیر انحرافی آیات قرآن کریم توسط بعضی از مسلمانان ، بر عمر (رض) گران آمد. پس مسلمانان را گرد هم جمع نموده و چنین گفت: «کسی که آیات نازل شده در باره شراب را تأویل بيمورد میکند، مانند کسی است که مرتد شده باشد و خون او بر مسلمین حلال است. و آن که اقرار میکند که نوشیدن شراب حرام است و مینوشد مانند کسی است که محصنات را قذف مینماید و بر آنچه که میگوید عمل نمی کند ، وقاذف محصنات هم چنین است و حد آن هشتاد دره است.»

بدین ترتیب حضرت عمر (رض) از فتنه یی که میخواست بر اسلام سایه افکند، جلوگیری کرد.

هنگامی که حضرت عثمان (رض) به خلافت رسید، به حد تعیین شده از طرف حضرت ابوبکر (رض) مراجعت نمود و نوشنده شراب را چهل ضربه چوب مینواخت و اگر باز هم تکرار میکرد، جای چهل ضربه را هشتاد ضربه میگرفت.

مبارزه در برابر مشکل الکول

برای مبارزه با مشکل الکول راههای مختلفی وجود دارد که بهترین آنها را میتوان درین نکات نهفته دانست :

۱- تربیت بدنی.

۲- تعلیمات دینی.

۳- آگاهی صحی.

علم طب به تنهایی نمی تواند برضد الکولیسم مبارزه نماید، چنانکه دین نیز نمی تواند بدون فراهم نمودن اقناع علمی و طبی ازان جلوگیری به عمل آرد.

نخستین راه علاج این مشکل را میتوان درین نکته نهفته دانست که: «وقایه بهتر است ازتداوی». معنای این سخن آن است که در جامعه اسلامی به طور قطعی ازتولید، توزیع و خرید و فروش آن جلوگیری به عمل آید.

چقدر بجاست سخن پیامبر بزرگ ما (ص) که فرموده :

« لعن الله الخمر و شاربها و ساقیها و مبتاعها و بايعها و عاصرها و معتصرها و حاملها و المحمولة اليه و اكل ثمنها »^۱

رواه ابن ماجه عن ابن عمر

یعنی: « خداوند (ج) لعنت فرستاده است بر شراب و نوشنده آن و ساقی آن و خریدار آن و فروشنده آن و کسی که او را حمل میکند و بر آنچه که دران حمل میشود و کسی که پول آن را میخورد (به دست میآورد) .

اگر انسان به همان شکل و صورتی که او را خداوند (ج) خلق نموده زندگی کند و به مواد غیر ضروری به صحت اعتیاد نوزد، در بهترین حالات صحی خود قرار خواهد داشت، که دران صورت نه ضرورت به الکول است و نه به دخانیات.

اگر جوانان و نسل جدید در جامعه یی باشند که دران اثری از شراب نباشد و نامی ازان شنیده نشود فقدان چیزی را احساس نخواهند نمود و با صحت و سلامتی کامل زندگی خواهند کرد.

« ۱ » الترغیب / ج ۴ ، ص ۲۹۳

تحقیقات علمی ثابت نموده که شخص دایم الخمر نخست با همنشینی رفقا و دوستان به این کار میپردازد و پس از گذشت زمان به یک شخص دایم الخمر مبدل میگردد.

مقدار استعمال الکول از یک شخص تا شخص دیگر متفاوت است. بعضی از مردم به چند پیک محدود اکتفا میکنند و برخی دیگر پس از اولین تجربه آهسته آهسته معتاد میشوند و بیشتر با پیش آمدن مشکلات در زندگی، شخص عادی به یک الکولیست مبدل میگردد.

از نظر علم طب همه این اشخاص مریض جسمی، عقلی و روحی پنداشته میشوند. بدین جهت بهترین راه مبارزه با الکول منع قطعی واردات، صادرات و تولید الکول در جامعه میباشد. در قدم دوم میتوان با فراهم نمودن زمینه های اقناع علمی، دینی و طبّی از انتشار این عادت مهلک در بین جوانان و نسل جدید جلوگیری به عمل آورد.

فهرست مأخذ

- ١- رسالة الجهاد، العدد ٣١، السنة الثالثة ، رجب ١٣٩٤،
ابريل ١٩٨٥، تصدرها جمعية الدعوة الاسلامية ،
طرابلس.
- ٢- رسالة الجهاد، العدد ٣٥، السنة الثالثة، ذوالقعدة، ١٣٩٤،
اغسطس ١٩٨٥، تصدرها جمعية الدعوة الاسلامية،
طرابلس
- ٣- رسالة الجهاد، العدد ٣٧، السنة الرابعة، المحرم ١٣٩٥،
اكتوبر ١٩٨٥، تصدرها جمعية الدعوة الا سلامية،
طرابلس.
- ٤- الوعي الاسلامي، العدد ١٢١، السنة الحادية عشرة، غرة
المحرم ١٣٩٥، يناير ١٩٧٥، تصدرها وزارة الاوقاف
والشئون الاسلامية بالكويت
- ٥- الوعي الاسلامي، العدد ١٢٣، السنة الحادية عشرة، غرة
ربيع الاول ١٣٩٥، مارس ١٩٧٥، تصدرها وزارة
الاوقاف والشئون الاسلاسية بالكويت.

