



سلامت در شاهنامه

بررسی ابعاد چهارگانه‌ی سلامت
از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی (WHO)
در شاهنامه‌ی فردوسی

امیرحسین الهیاری

بامقدمه

دکتر محمد علی اسلامی ندوشن





www.molispub.com



[molispub](https://doi.org/10.26434/chemrxiv-2024-12345)



<https://doi.org/10.26434/chemrxiv-2024-12345>

سلامت در شاهنامه

بررسی ابعاد چهارگانه‌ی سلامت
از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی (WHO)
در شاهنامه‌ی فردوسی

امیرحسین الهیاری

بامقدمه

دکتر محمدعلی اسلامی ندوشن



آثار ملی

سرشناسه: الهیاری، امیرحسین، ۱۳۶۲-

عنوان قراردادی: شاهنامه، برگزیده شرح

عنوان و نام پدیدآور: سلامت در شاهنامه: بررسی ابعاد چهارگانه‌ی سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی (WHO) در شاهنامه‌ی فردوسی/ امیرحسین الهیاری

مشخصات نشر: تهران: مولی، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۳۶۰ ص.

شابک: 978-600-339-163-5

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه ص ۳۵۵-۳۶۰.

موضوع: سلامتی در ادبیات

پزشکی در ادبیات

تفسیر شعر فارسی- قرن ۴ ق- تاریخ و نقد

شناسه افزوده: فردوسی، ابوالقاسم، ۳۲۹ - ۴۱۶ق شاهنامه برگزیده، شرح

رده بندی کنگره: ۱۳۹۳ اس ۱۷۷۷الف/PIR۴۴۹۵

رده بندی دیویی: ۸۵۱۲۱

شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۸۷۴۱۳



انتشارات مولی

تهران: خیابان انقلاب- چهارراه ابوریحان- شماره ۱۱۵۸، تلفن: ۰۹۲۴۳-۶۶۴۰-نمابر: ۰۷۹-۶۶۴۰۰۷۹

وبسایت: www.molapub.ir • اینستاگرام: molapub • تلگرام: molapub • ایمیل: molapub@yahoo.com

سلامت در شاهنامه • بررسی ابعاد چهارگانه‌ی سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی (WHO) در شاهنامه‌ی فردوسی

امیرحسین الهیاری • مقدمه: دکتر محمدعلی اسلامی ندوشن

چاپ اول مولی: ۱۴۰۱=۱۴۴۴ • ۲۰۲ نسخه • $\frac{۳۷۵/۱}{۴۰۱}$

شابک: 978-600-339-163-5 ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۹-۱۶۳-۵

طرح جلد: علی اسکندری

کلیه حقوق مربوط به این اثر محفوظ و متعلق به انتشارات مولی است



انتشارات مولی

۰۰۰۰۰۰۲۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰

فهرست

- پیشگفتار ۱۹
- بخش یکم: زندگینامه فردوسی ۲۹
- خراسان ۲۹
- آل شنسب یا غوریان ۳۰
- چغانیان ۳۳
- سیمجوریان ۳۳
- سامانیان ۳۴
- زندگینامه فردوسی، منابع و دستمایه‌های سرودن شاهنامه ۳۶
- مآخذ فردوسی ۴۰
- مقدمه شاهنامه ابومنصوری ۴۱
- خدای نامک (خوتای نامک) ۴۳
- شاهنامه منشور ابوالموید بلخی ۴۴
- شاهنامه منظوم مسعودی مروزی ۴۴
- شاهنامه منشور ابوعلی محمدبن احمد بلخی ۴۴
- نامه خسروان (شهریار نامه) ۴۵
- مترجمین و مهذبین خدای نامک ۴۶
- پیرامون واژه دهقان ۴۶
- فردوسی و شاعران هم عصر او ۴۹

- ۵۲ فردوسی و مذهب او
- ۵۵ خصوصیات کلی پهلوانان شاهنامه
- ۵۶ خصوصیات کلی شاهان شاهنامه
- ۵۹ سلامت
- ۶۲ تعریف عملیاتی سلامتی
- ۶۳ فلسفه نوین سلامتی
- ۶۳ ابعاد سلامتی
- ۶۴ ارزشیابی سلامت جسمی
- ۶۸ سلامتی مثبت
- ۶۹ سلامتی به عنوان یک مفهوم نسبی
- ۷۰ طیف سلامتی
- ۷۱ عوامل تعیین کننده سلامتی
- ۷۲ حق سالم بودن
- ۷۳ مسئولیت در برابر سلامتی
- ۷۶ پی نوشت ها
- ۸۱ بخش دوم: درباره واژه پزشکی
- ۸۱ پزشکی در باستان
- ۸۲ جراحی
- ۸۲ بیهوشی
- ۸۳ ضد عفونی کردن
- ۸۴ دستمزد پزشکان برای درمان بیمارها
- ۸۶ فریدون، نخستین پزشک
- ۸۷ پزشکی در شاهنامه
- ۸۹ جست و جوی واژه پزشکی و پزشک در شاهنامه فردوسی
- ۹۰ پزشک و پزشکی

۹۶	درمان
۱۰۰	دارو
۱۰۲	تندرست
۱۰۵	کوتاه درباره سیمرغ
۱۰۸	پی‌نوشت‌ها
۱۱۵	بخش سوم: سلامت جسمانی
۱۱۶	رستم
۱۲۱	کوتاه درباره سزارین
۱۲۲	تاریخچه سزارین
۱۲۳	هفت خوان رستم
۱۲۹	رودابه، نمونه‌ی «سلامت مثبت»
۱۳۱	کوتاه درباره سهراب
۱۳۳	پی‌نوشت‌ها
۱۳۷	بخش چهارم: سلامت معنوی
۱۳۷	آغاز کتاب و ستایش خرد:
۱۳۸	تسلیم و رضا
۱۳۹	دین
۱۴۱	سیمرغ
۱۴۲	نیایش رستم در خان دوم - بیابان
۱۴۴	نیایش نامه کیخسرو
۱۴۶	سوگند نامه کیخسرو
۱۴۶	نیایش کیخسرو در روز هشتم شاهی
۱۴۹	نیایش نامه فردوسی در ابتدای داستان کاموس کشانی
۱۵۱	نیایش ایرانیان پس از پیروزی بر کافور مردمخوار
۱۵۲	سفارش کیخسرو به گودرز در داستان دوازده رخ

- نیایش کیخسرو در میانه نبرد بزرگ با افراسیاب..... ۱۵۲
- نیایش کاووس پیش از مرگ..... ۱۵۳
- نیایش کیخسرو پیش از مرگ..... ۱۵۳
- نگاهی به نکات نیایش نامه کیخسرو پیش از مرگ..... ۱۵۷
- نیایش نامه‌ی لهراسب در ابتدای پادشاهی..... ۱۵۸
- نیایش نامه گشتاسب در آغاز شاهی..... ۱۵۹
- سخنان اردشیر بابکان در هنگام آغاز شاهی..... ۱۵۹
- سخنان اردشیر پس از سامان بخشیدن به اوضاع کشور..... ۱۶۰
- پنج پند معنوی اردشیر..... ۱۶۱
- سخنان بهرام پسرشاپور در آغاز سلطنت..... ۱۶۲
- بخش‌های معنوی پند نامه کسری انوشیروان در آغاز شاهی..... ۱۶۳
- دفترپندنامه بزرگمهر..... ۱۶۴
- پی‌نوشت‌ها..... ۱۷۱
- بخش پنجم: سلامت روانی..... ۱۷۵
- ضحاک، روان رنجور و ناسلامت شاهنامه..... ۱۷۵
- سام بر سر دوراهی فرزند:..... ۱۷۸
- کاو، نقطه مقابل ضحاک..... ۱۷۹
- «تور» فرزند ناسلامت فریدون..... ۱۸۰
- سیندخت مادر رودابه از نمونه‌های سلامت روانی در شاهنامه..... ۱۸۱
- اگریرث نمونه سلامت روانی..... ۱۸۴
- کیکاووس، نمونه خیره سری و خودکامگی..... ۱۸۶
- رستم و تهمینه..... ۱۹۰
- سودابه: نیرنگ، آز و حسد..... ۱۹۴
- کوتاه درباره منیژه..... ۱۹۹

- ۲۰۰.....نکوهش آزمندی در مقدمه داستان دوازده رخ
- ۲۰۱.....شغاد و شعله‌های حسد
- ۲۰۳.....پی‌نوشت‌ها
- ۲۰۷.....بخش ششم: سلامت اجتماعی
- ۲۰۷.....کیورث و مسئولیت سنگین نظم بخشیدن
- ۲۰۹.....هوشنگ، آباد گری به جای بیدادگری
- ۲۱۰.....طهمورث، توجه به نیازهای زیربنایی
- ۲۱۰.....جمشید
- ۲۱۲.....فریدون
- ۲۱۳.....منوچهر
- ۲۱۴.....شایسته سالاری و پرهیز از تبعیض نژادی
- ۲۱۹.....پادشاهی نوذر
- ۲۲۱.....پادشاهی زو
- ۲۲۱.....پادشاهی گرشاسپ
- ۲۲۱.....کیکاووس
- ۲۲۳.....کیخسرو
- ۲۲۶.....لهراسپ
- ۲۴۲.....بهمن
- ۲۴۳.....پادشاهی همای چهرزاد
- ۲۴۳.....داراب
- ۲۴۴.....دارا
- ۲۴۵.....سخنان اسکندر در آغاز شاهی
- ۲۴۶.....ده خواب «کید»
- ۲۵۳.....پادشاهی اشکانیان
- ۲۵۶.....پادشاهی ساسانیان

- ۲۵۸ پنج پند اجتماعی اردشیر
- ۲۵۸ وصیت نامه اردشیر به شاپور پیش از مرگ
- ۲۶۶ بن مایه‌های پند نامه اردشیر به شاپور
- ۲۶۸ پادشاهی شاپور و پندنامه نخستین او
- ۲۶۹ پند نامه شاپور به فرزندش اورمزد پیش از مرگ
- ۲۶۹ پادشاهی نخست اورمزد پسر شاپور
- ۲۷۰ پند نامه اورمزد شاپور به بهرام پیش از مرگ
- ۲۷۱ پادشاهی بهرام اورمزد
- ۲۷۱ پند نامه نخست بهرام اورمزد
- ۲۷۱ پند نامه بهرام اورمزد برای بهرام در هنگام مرگ
- ۲۷۲ پادشاهی بهرام پسر بهرام
- پند نامه بهرام پسر بهرام در ابتدای سلطنت و در حضور بزرگان
۲۷۲
- ۲۷۳ پادشاهی بهرام بهرامیان:
- ۲۷۴ پادشاهی نرسی
- ۲۷۴ پند نامه نخستین نرسی بهرام:
- ۲۷۴ پندنامه دوم نرسی در هنگام مرگ برای اورمزد
- ۲۷۵ پادشاهی اورمزد نرسی
- ۲۷۵ پندنامه اورمزد نرسی
- ۲۷۶ پادشاهی شاپور ذوالاکتاف
- ۲۷۹ پند نامه شاپور ذوالاکتاف به اردشیر
- ۲۸۰ پادشاهی اردشیر نیکوکار
- ۲۸۰ پادشاهی شاپور پسر شاپور ذوالاکتاف
- ۲۸۰ پند نامه شاپور سوم در آغاز پادشاهی
- ۲۸۱ پادشاهی بهرام شاپور

- ۲۸۱ پندنامه بهرام شاپور در آغاز شاهی
- ۲۸۱ پادشاهی یزدگرد بزه گر:
- ۲۸۶ پادشاهی بهرام گور
- ۲۹۰ فرمان بهرام شاه در اوج نقطه قوت سلطنت:
- ۲۹۰ نامه بهرام پس از پیروزی در جنگ با قیصر و خاقان
- ۲۹۳ پرسش و پاسخ موبد بهرام و فرستاده قیصر روم:
- ۲۹۵ پادشاهی یزدگرد پسر بهرام گور
- ۲۹۶ پادشاهی هرمز پسر یزدگرد
- ۲۹۶ پادشاهی پیروز پسر یزدگرد
- ۲۹۸ پادشاهی بلاش پیروز
- ۲۹۹ پادشاهی قباد پسر پیروز
- ۳۰۲ پادشاهی کسری انوشیروان
- ۳۰۷ هفت بزم انوشیروان
- ۳۰۷ بزم اول
- ۳۰۸ بزم دوم
- ۳۱۲ بزم سوم
- ۳۱۵ بزم چهارم
- ۳۱۷ بزم پنجم
- ۳۱۸ بزم ششم
- ۳۲۰ بزم هفتم
- ۳۲۰ داستان‌های پراکنده انوشیروان:
- ۳۲۲ درباره برزویه طیب
- ۳۲۶ پند نامه کسری انوشیروان به فرزندش هرمزد
- ۳۳۱ پرسش موبدان از انوشیروان و پاسخهای او
- ۳۳۵ عهدنامه پادشاهی کسری با هرمزد

- ۳۳۶ پادشاهی هرمزد
- ۳۳۸ پادشاهی خسرو پرویز
- ۳۴۵ پادشاهی قباد مشهور به شیرویه
- ۳۴۵ پادشاهی اردشیر پسر شیرویه
- ۳۴۶ پادشاهی گراز که او را فرابین می گفتند
- ۳۴۶ پادشاهی یزدگرد
- ۳۴۷ فرازی از نامه رستم فرخزاد به برادرش
- ۳۵۱ پی نوشت ها
- ۳۵۵ منابع و مآخذ

تقدیم

به مادرم، زادگاهم و وطنم

با یاد: تئودور نولدکه و فریتس وولف
به پاس رنج‌های بسیاری که در راه شناساندن
حماسه‌ی ملی ایرانیان متحمل شده‌اند.

سپاس نامه:

با سپاس از استاد فرزانه‌ی یگانه، جناب محمدعلی اسلامی ندوشن که حق بزرگواری را بر کُهران تمام کرده‌اند و با درود بر حضرت بهاء‌الدین خرمشاهی که مهر بی‌دریغ و ماه بلند خصایل انسانی است.

و نیز هزار آفرین برای استاد میرجلال‌الدین کزازی به پاس مهر بی‌پایانشان.

با تشکر از راهنمایی‌های استاد بزرگوار دکتر محمدعلی حیدرنیا

با تشکر از جناب بهرام فیاضی

و با تشکر از هم‌سرم که سایه سار ابر حمایتش تا ابد بر سر این سرا گسترده است.

حضرت آقای دکتر الهیاری

متشکرم از این که نسخه‌ای از کتاب «سلامت در شاهنامه» را در اختیار من می‌گذارید. چنان که می‌دانید و در کتاب نیز اشاره کرده‌اید، شاهنامه کتاب «نبرد نیکی با بدی» است. اگر بخواهیم موضوع را گسترش بدهیم، سلامتی جزو مقوله‌ی «نیکی» و بیماری جزو مقوله‌ی «بدی» می‌شود و قابل توجه آن است که قهرمانان شاهنامه از سلامت وجود برخوردارند و در میان آنان عمرهای افسانه‌ای چند صد ساله دیده می‌شود.

تنها در دو مورد، از بستری شدن سخن به میان می‌آید و آن ناظر به زایمان رودابه و فرنگیس است، که واقعه‌ای است خوش‌عاقبت. وصف زایمان رودابه، مادر رستم چنین است:

بهار دل افروز پژمرده شد
دلش را غم و درد بسپرده شد
چنان بد که یک‌روز زو رفت هوش
ز ایوان دستان برآمد خروش

و چون کودک از فرط درشتی به زادن نمی‌آید، به راهنمایی
 سیمرخ پهلوی مادر را می‌شکافند و رستم را از آن بیرون می‌آورند.
 مورد دوم وصف آبستنی فرنگیس است، همسر سیاوش. سیاوش
 در نامه‌ای به افراسیاب، آبستنی دخترش را چنین توصیف می‌کند:

فرنگیس نالنده بود این زمان
 به لب ناچران و به تن ناچمان
 بخفت و مرا پیش بالین بیست
 میان دو گیتی‌اش بینم نشست

در شاهنامه گرچه از بیماری و ناتوانی حرفی زده نمی‌شود، ولی
 آدمیزاد مقهور سرنوشت و سرشت خود است، به دنیا می‌آید،
 می‌بالد، جوان می‌شود، پیر می‌شود و می‌میرد.
 در آن‌جا از عمرهای افسانه‌ای چند صد ساله حرف در میان
 است ولی هیچ‌کس از مرگ در امان نیست. در شاهنامه، انسان
 میرنده است ولی نام نیک، او را زندگی جاویدان می‌بخشد. فرجام
 زندگی این می‌شود:

همه خاک دارند بالین و خشت
 خنک آن‌که جز تخم نیکی نکشت

شاهنامه کتاب سرگذشت بشریت است و همه‌ی رهنمود آن به
 نیکوکاری ختم می‌شود.

محمدعلی اسلامی ندوشن

پیش‌گفتار

درمان و درد، همزاد یک‌دیگرند. با درمان، هیچ چیز عجیب‌تر از درد نیست. برای دستیابی به مفهوم درمان باید به ادراک درد رسید. پس هر زمان که درد آغاز شده، درمان متولد گردیده است و نقطه‌ی تلاقی این دو، در سایه‌ی جست‌وجو و روشنای امید، ابتدای پزشکی است. در این میان، ملتی که بار سنگین نخستین بودن را در پزشکی به دوش می‌کشد و ادعا می‌کند که نقطه‌ی آغاز پزشکی جهان بوده است، باید همواره بیش‌تر و بیش‌تر بکوشد تا از قافله‌ی پرشتاب پزشکی جهان عقب نماند.

پزشکی در روند پرفراز و نشیب خود از طب باستانی و سنتی به طب مدرن و امروزه پست‌مدرن اگرچه به اهداف درمانی خود دست یافت و پیشرفت‌های غریب خود را ناباورانه به نظاره نشست اما شاید به دلیل دور شدن از اخلاق و نیز تجاری شدن و بازاری شدن، هر روز از هدف اصلی خود که دستیابی به درجات بالای سلامت در جامعه و حفظ و ارتقای سطح سلامت بود، فاصله گرفت. به طب

سنتی و باستانی در این روند، جفا شد و پزشکی مدرن به‌طور کلی به رد تمام آن چیزی برخاست که خود عمیقاً ریشه در آن داشت. یادآوری این‌که ما نخستین ملتی هستیم که پزشکی را به جهان صادر کرده‌ایم، این‌که نخستین پزشک جهان ایرانی بوده است و این‌که طب سنتی و باستانی چه ویژگی‌های شگفت‌آوری داشته است، می‌تواند خودباوری قومی ما را تقویت کند و نیز نهبیسی باشد برای بازگشت به ریشه‌ها و حفظ اصالت‌ها. از دیگر سو ادبیات که مادر فرهنگ است وقتی در مقام یک روایتگر راستگو، تاریخ یک ملت را روایت می‌کند، نمی‌تواند از جنبه‌های علمی و پزشکی ساده بگذرد و شاهنامه به‌عنوان سند تاریخ باستانی ما از درمان سلامت، پزشکی، پرستاری و دارو سرشار است.

در این کتاب، ابعاد چهارگانه‌ی سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی (WHO) پس از تعریف و تبیین، در شاهنامه‌ی فردوسی جست‌وجو خواهند شد و نیز واژه‌های پزشکی، پزشک، تندرستی، دارو و درمان در شاهنامه مورد کنکاش قرار خواهند گرفت. این اثر حاصل یک مطالعه‌ی کیفی و توصیفی از نوع *contant analysis* است و منبع اصلی آن شاهنامه‌ی حکیم ابوالقاسم فردوسی است.

در ادامه‌ی این اثر، اشاره خواهد شد که فریدون، نخستین پزشک حرفه‌ای جهان بوده است. با علمی متمرکز و پویا و زاینده که در حیطه‌های مختلف پزشکی صاحب تجربه و کشف و ابداع بوده است. او در درمان بیماری‌های عفونی، جراحی، درمان سینوزیت و برونشیت، درمان افسردگی، تب، جذام، مارگزیدگی و حتی پوسیدگی دندان صاحب تجربه و نظر بوده است.

یادآوری خواهد شد که نخستین کنگره‌ی جهان پزشکی برای

ارائه‌ی مشاوره‌های علمی و دستاوردهای پزشکی در دوره‌ی انوشیروان ساسانی و در حدود ۱۵۰۰ سال پیش در دانشگاه جندی شاپور برپا شد:

پزشکان فرزانه گرد آمدند
همه یک‌به‌یک داستان‌ها زدند

و به گفته «سرلوید الگود» در کتاب «دانش پزشکی ایرانیان در روزگار کهن»:

«ایرانیان را باید مبتکر و بانی نگره‌های دانش پزشکی امروز در جهان دانست که بر این پایه، بقراط توانست حدود پانصد سال پیش از میلاد، رساله‌ی پزشکی مشهور خود را که در آن واژه‌های ایرانی و هندی فراوان به کار رفته است، بنویسد.»



تاریخ جهان و نه فقط تاریخ ایران، تاریخ جنایتکاری است. چنان‌که هرگونه سیر و سلوک در آن اگر همراه با درجاتی از ادراک و شعور باشد جز به افسردگی و اندوه و یأس راه نخواهد برد. تاریخی که میراث مکتوب آن ملغمه‌ی مجعولی از روایات است و داستان فاتح و خون‌ریز هرگونه مداخله و اعمال‌نظر و نفوذ در آن را مجاز و محترم شمرده‌اند.

در این میان صفحه‌ی سرزمین ما که مردمانش به‌واسطه‌ی سلسله‌ی پیوسته‌ی تاخت و تازها و تاراج‌ها و ایلغارها هرگز روی آرامش را ندیده‌اند، نمونه‌ی بارز تاریخ کم‌تر قابل استنادی است که حتی جنبه‌های اساطیری و پهلوانی‌اش از دسترس حسودان تنگ‌نظر و عنودان بدگهر در امان نمانده است.

کوچه‌ی بی‌انتهای مه‌آلودی است که تنها به‌طور کل درباره‌ی آن می‌توان چنین اظهار کرد که بی‌شک در جای جای آن اتفاقات فراوانی افتاده است!

و «فرهنگ»، این واژه‌ی تا بیکران گسترده که آبشخور خرد و اندیشه و جان ساکنان هر سرزمینی است، در میانه‌ی این تاخت و تازها دستخوش شدیدترین تحولات ناخواسته، آسیب‌ها، فراموشی‌ها و گاه شکست‌ها و شکستن‌ها شده است و ارباب فرهنگ که پیش‌تر ساکنان اقالیم هنرنده چه روزهای تلخی دیدند و چشیدند تا مرزهای خاموشی و فراموشی.

و چنین است که گاه ادبیات و هنر پناهگاهی می‌شود برای گریز از آن توالی جاری تلخ وقایع در زمان که همواره خالی از مهر بوده و خالی از صلح و خالی از احترام به مراتب عالی‌هی انسانی.

از سوی دیگر اما همین ادبیات و هنر به‌خاطر آن اکسیر جادویی که همانا ماندگاری به‌واسطه‌ی قبول عام است گاه اگر بخت یاری کند و مرد مردانه‌ای پیدا شود می‌تواند فرهنگ و تاریخ و هویت ملی یک قوم را در جان خود غسل رویین تنی دهد و کارنامه‌ای خلل‌ناپذیر، قابل‌اعتماد و پرافتخار از روزگاران رفته‌ی مردمان در خور و شایگان، پادشاهان، پهلوانان، دیوها و صفات و اندیشه‌ها و همه‌ی آنچه از خرد و اندیشه و هنر و فرهنگ در میانه بوده است، به دست دهد. و وجود مبارک این کارنامه‌ی بایسته، وجود واجبی است بی‌شک برای اندیشیدن درباره‌ی ساختار جامعه‌ای که از تعریف ملت فقط چهارچوب مرزهای جغرافیایی را دارد. جامعه‌ای که دچار بحران هویت است، بحران هویت ملی. مجمع‌الجزایر پراکنده‌ی اقوامی است که اجتماعشان در کنار هم دلیلی موجه‌تر از مرزهای بسته‌ی جغرافیایی ندارد و ساختار ایلیاتی‌اش - اکنون

محلاتی - با تنگ‌نظری و کینه و ترس و تهدید آمیخته است. و این جاست که در یک جای این تاریخ پراکنده، فردوسی، شاهنامه‌اش را پیش می‌کشد و عرضه می‌کند.

نمونه‌ی درخشان تاریخ اساطیری، دارالشفای فرهنگ و اندیشه‌ای که قرن‌ها در بستر تبادار خود سوخته است و نسخه‌ی سرشاری از نمونه‌های بی‌بدیل انسان‌هایی که هم‌چون نیاکانشان آرام، پاک، تندرست، یار، بخشنده، صلح‌جو، زیرک، بردبار، و در یک کلام سلامت بوده‌اند.

صاحبان فرهی ایزدی و پهلوانی جویندگان رزم‌ها و بزم‌ها، نیاکان ما.

شاهنامه فردوسی، نامه‌ی خرد است و نسخه‌ی سلامت و در عین سند بودن در تاریخ و اسطوره از مرزهای داستان و شعر و روایت فراتر می‌رود. در تشریح واژه‌ی سلامت در ادامه به‌جایی خواهیم رسید که گفته می‌شود علی‌رغم همه‌ی تعاریف و دستورالعمل‌های جهانی ارائه شده، هر جامعه باید خود مسیرهای دستیابی به آن مفهوم ناب را بر اساس سنت‌های جاری در خود بیابد تا آن مسیرها برایش پذیرفتنی و به‌کاربستی باشد.

شاهنامه، نقشه‌ی مسیرهای منتهی به سلامت است. بهترین نمونه‌های انسان سالم، چه سلامت جسمانی و چه روانی و چه معنوی و یا اجتماعی در شاهنامه وجود دارند و این نوشته کاوشی است در آن معدن عظیم.



همواره گمان به رنج آلوده‌ای داشتم که از اندیشیدن گریز هست اما از نوشتن نیست و این‌چنین با وسواس و بسیار می‌نوشتم. سال‌های نخستین تحصیل من در دانشکده‌ی پزشکی در مدار

مسدود کلاس‌های کسالت‌بار می‌گذشت و آن ذهن هیجان‌دوست پرجست‌وجو را هیچ چاره نبود.

و اکنون فکر می‌کنم که اصلاً من چه قدر در زندگی به هیجان آمده‌ام؟ هر چه بوده می‌توانم به تفکیک به آن‌ها فکر کنم و به یاد بیاورمشان با تمام جزئیات و شاید یکی از این به هیجان آمدن‌ها درک محضر استادی بود که با بیانی متفاوت از مفهوم و تعریف سلامت می‌گفت و برای اثبات ادعای پزشکی‌اش از ادبیات شاهد می‌آورد! و من با دهان بی‌آواز و نیم‌باز، نگاهش می‌کردم. کشفی عظیم در عین ناباوری... و این نوشتار شاید حاصل آن هیجان و سیلان روح است و آنچه در ادامه خواهد آمد بیش از هر چیز و پیش از هر چیز، وام‌دار خطوط متعالی اندیشه‌ی آن استاد فرزانه - دکتر محمدعلی حیدرنیا - است.



به هر روی، درک و استخراج مفاهیم مربوط به سلامت - به‌ویژه سلامت اجتماعی - از متن شاهنامه، ما را از شناخت زمان و زمانه و زیستگاه فردوسی و نیز متونی که آبخورهای سرایش شاهنامه بوده‌اند ناگزیر می‌کند، لذا در این اندک نوشتار ابتدا به تشریح مختصری از زندگانی حکیم ابوالقاسم فردوسی و اوضاع زمانه‌ی او و منابع و دست‌مایه‌های فردوسی در سرایش شاهنامه پرداخته خواهد شد و سپس دیدگاه WHO درباره‌ی سلامت بررسی می‌شود و آن‌گاه بحث، در ابعاد چهارگانه‌ی آن گسترش می‌یابد.

آن‌گاه در نگاهی روایت‌محور و با نگرشی جامع‌نگر، این ابعاد چهارگانه در تمام شاهنامه جسته خواهند شد و تمامی ابیات مرتبط با موضوع در چندین مدخل واژگانی مورد تحلیل قرار خواهند گرفت. شاید بهتر باشد گفتن این نکته که ذکر بسیاری از مطالب در این

نوشتار حاصل خوانده‌ها و دانسته‌های نویسنده است و هر جا که مطلبی به صورت عینی از کتابی نقل شده در گیومه نشسته و نشانی آن در پی‌نوشت ذکر گردیده تا اصل امانت‌داری در حدود توان، رعایت گردد.

تاریخ، سنگین و صبور می‌گذرد و ما را از این عبور بی‌درنگ گریز نیست. پس بگذار در تلفیق سلامت و فرهنگ، شاهنامه راهبر باشد. بگذار عشق ما را از «انسان» ناگزیر کند.
بگذار این مور بار خود را به دوش گیرد و از گردن‌های تاریخ بالا ببرد و در هر حال خرسند باشد، تبسم کند و بنویسد.

بخش یکم

زندگی‌نامه‌ی فردوسی

خراسان

سرزمین خراسان که پیشوند نام خورشید را با خود دارد دیار پرربار عرفان و هنر و فلسفه با باغ‌ها و رود کنارانش، نیشابور و سبزوارش و مرزهایی که پهناوری‌اش را به تمدن هند و چین و گویی به تمام جهان پیوسته بوده‌اند، به چشم اقوام دور و نزدیک همیشه دست‌نیافتنی، دل‌فریب و آزانگیز جلوه کرده است و روزگار مردم این دیار همواره در کشمکش میان جریان‌های خیر و شر و آبادی و خرابی گذشته است.

از یک‌سو حمله‌ی تازیان و ترکان و مغولان را داشته و از دیگر سو نهضت سرداران را در آغوش پرورده و نیز وزیران دانا را و سرداران توانا را و البته متفکران و صاحبان اندیشه و هنر را. خراسان قدیم، شامل تمام خراسان امروزی و ناحیه‌ی شرقی و شمالی آن تا ماوراءالنهر بوده است.

در تمام طول تاریخ شناخته شده‌ی سرزمین ما، سهم خراسان در پرورش و معرفی چهره‌های تابناک و شاخص در عرصه‌های فوق، چشمگیر و مثال‌زدنی بوده است و این چنین که زخم‌های کاری را بر پیکر پنهانور خود دیده، درود جاودانه‌ی تاریخ را برای این نام روشن و درخشان تا ابد به جان خریده است. ملک خورشید، سرزمین روشنای خردورزی... خراسان.

آل شنسب یا غوریان

«شنسب» مردی بود که طبق روایات در صدر اسلام به دست علی بن ابی طالب (ع) اسلام آورد و آل شنسب و ملوک غور خود را از اعقاب او می‌دانسته‌اند.

تاریخ سلاطین غور را صاحب «طبقات ناصری»، منهاج السراج و فخرالدین مبارکشاه مرورودی نوشته‌اند و جمله بر آنند که: «اهل غور در زمان خلافت امیرالمؤمنین و یعسوب‌الموحدین اسدالله الغالب علی بن ابی طالب علیه‌السلام مسلمان شدند و حاکم غور در آن زمان شخصی بود از نژاد ضحاک بیوراسب و او منشوری به خط ید مبارک امیرالمؤمنین علی (ع) به نام خود در باب حکومت غور حاصل کرده بود و اولاد او بدان مباحثات کردند و آن منشور تا زمان بهرامشاه غزنوی در دست ایشان بود و بعضی ارباب تواریخ آورده‌اند که چون بنی‌امیه در ایام حکومت خود حکم کردند که در جمیع بلاد اسلام خطیبان بر منابر زبان به سب امیرالمؤمنین علی بن ابی طالب و اولاد او علیه‌السلام بگشایند همه‌ی مردم از امر ایشان اطاعت کردند به جز حاکمان غور که به هیچ‌عنوان پیرامون این معنا نگر دیدند»^۱.

در این باب شعری هست از فخرالدین مبارکشاه که می‌گوید:

به اسلام در، هیچ منبر نماند
 که بر وی خطیبی همین خطبه خواند
 که بر آل یاسین به لفظ قبیح
 نکردند لعنت به وجه صریح
 دیار بلندش از آن شد مصون
 که از دست آن ناکس آمد برون
 از این جنس هرگز در آن کس نگفت
 نه در آشکار و نه اندر نهفت
 نرفت اندر او لعنت خاندان
 بدین بر همه عالمش فخردان
 همین پادشاهان با دین و داد
 بدین فخر دارند بر هر نژاد^۲

غوریان، بر مساحت گسترده‌ای از این سرزمین حکومت می‌کرده‌اند: ایشان منطقه‌ی تحت حکمرانی خود را در چهارشعبه و با یک مرکز اصلی، اداره می‌کردند. این چهار شعبه عبارت بودند از: امرای غور، امرای طخارستان، امرای غزنین و امرای هندوستان. پایتخت ملوک غور، فیروزکوه افغانستان و مرکز پادشاهان غور، طخارستان بامیان بوده است. «ابن حسین بن سام» ملقب به علاءالدین، اولین فرمانروای آل شنسب بوده است.

آنچه در همین ابتدای امر ضروری به نظر می‌رسد لزوم درنگ بایسته‌ای است در جهت‌گیری جریان‌های مذهبی اهالی خراسان که شاید به سبب پشتوانه‌ی فکری مذهبی کهن و نیز به دلیل داشتن فاصله‌ی نسبتاً زیاد از مرکز خلافت گرایش عمیقی نشان دادند به آن جریان - جریانات - مذهبی خاص که از جانب دستگاه خلافت،

حمایت نمی‌شد و بلکه مبعوض و گاه منفور واقع می‌گردید. جریانی که بیش‌تر با تفکرات، آیین‌ها و اسطوره‌ی ایرانیان آمیخته بود، دستاویزی برای مقابله با فرهنگ متجاوز، مرهمی بر عمق کاری زخم‌ها و این نبود مگر گرایش به جریانی که در کل ارادتمند علی (ع) بود و سوگ حسین (ع) را در دل داشت در ادامه سوگواری سیاوشان و فردوسی فرزند چنین حافظه‌ی تاریخی مذهبی است.

باری یکی از امرای غور، محمدبن سوری نام، معاصر محمود غزنوی است و غوریان و غزنویان را در عداوت و آزار و نبرد، داستان‌هاست.

درباره‌ی فتنه‌هایی که یکی دیگر از این غوریان پس از دوران محمود غزنوی به نام علاءالدین حسین غوری برانگیخته است، نظامی عروضی سمرقندی چنین آورده:

«... و این آدم در شهر غزنین و سایر بلاد قریب، زنان و کودکان را به جرم این‌که آن‌گاه که سیف‌الدین غوری برادرش را به حکم بهرامشاه بر گاوی نشانده و در شهر گردش می‌داده‌اند، آن‌ها با اشعاری طنزگونه به استهزای او پرداخته بودند همگان را قتل‌عام کرده بود و از شدت کین خواهی، اجساد پادشاهان غزنوی را از گور درآورده و آتش زده بود و همه‌ی عمارات و کاخ‌های سلاطین محمود و مسعود را که از نظر هنر و زیبایی شهرتی عالم‌گیر داشت خراب کرد و هرچه را که شاعران در مدحت محمود و سایرین سروده بودند به دست آورده و سوزانده بود.»^۳

و این گزارش نظامی عروضی سمرقندی را شاید آن گروه از پژوهشگران که اعتقاد دارند اییاتی که در شاهنامه به مدح خارق‌العاده! محمود غزنوی اختصاص دارد از فردوسی نیست،

بتوانند شاهد بگیرند در اثبات رد انتساب آن ابیات به حکیم طوس. اگرچه در بخشی از این نوشتار درباره‌ی انتساب ابیات فوق‌الذکر به فردوسی بحث کوتاهی خواهد آمد.

چغانیان

چغانیان یا آل محتاج، در ماوراءالنهر، شمال خراسان و مسیر علیای آمودریا (جیحون) اقامت داشته‌اند. اینان از ممدوحان رودکی، فرخی و دقیقی بوده‌اند و با سامانیان که فردوسی عمده دوران حیاتش با حکومت ایشان قرین بوده است، گاه به جنگ و بیش‌تر به صلح گذرانیده‌اند.

سیمجوریان

سیمجوریان از موالیان سامانیان بوده‌اند، چنان‌که چون نصر بن احمد سامانی در جنگ سیستان به سال ۳۱۴ ری را به تصرف درمی‌آورد، ابوالحسن سیمجور را به‌عنوان حاکم به آن منطقه می‌فرستد. اینان به‌واقع امرای معروف قهستان و نیشابور بودند و مؤسس این خاندان «سیمجور دواتی» بوده است.

بین سال‌های ۳۳۰ و ۳۳۱ قلمرو حکمرانی سیمجوریان تا گرگان و سپس نیشابور گسترش می‌یابد.

در سال ۳۹۱ در جنگی خونین، محمود غزنوی با غلبه بر ابوابراهیم سامانی و فتح تمام قلمرو سیمجوریان ایشان را به ورطه‌ی انقراض می‌کشد.

سامانیان

سامانیان یا آل سامان نام دودمان و سلسله‌ای است از پادشاهان اوایل ظهور اسلام در ایران که نَسَبشان به فردی به نام «سامان خُده» می‌رسید و این «سامان خُده» از اعقاب بهرام چوبینه بود.

سامان خُده در ده سامان نزدیک شهر بلخ تولد یافت و چون در حدود سال ۱۶۶ هـ در بلخ شورشی برپا شد از آنجا گریخت و به نزد اسدبن عبدالله والی خراسان رفت و در آنجا به گفته مجلدی گرگانی: «دست از دین بهی برداشت و آیین مسلمانی پذیرفت.»^۴

باری آخرین عضو این خاندان، «المنتصر اسمعیل بن منصور» برادر «عبدالملک بن نوح» است که پس از شکست عبدالملک بن نوح و فتح بخارا در سال ۳۸۹ چندی با ترکان و غزنویان می‌جنگید و مدتی در خراسان و طبرستان متواری می‌زیست و عاقبت در سال ۳۹۵ کشته شد.

سامانیان چنان‌که «هرمان هسه» می‌نویسد: «در توسعه علم و ادب ایرانی تأثیر شگرف داشتند و برای پیشرفت و گسترش زبان و ادب فارسی به‌طور بی‌سابقه‌ای به تشویق و ترغیب شاعران و نویسندگان و ادیبان و مترجمان پرداختند.»

دوره‌ی سامانیان یکی از دوره‌های شگفت‌علم و ادب ایران است.

در این عصر هنر و ادبیات با این‌که از حمایت دربار برخوردار بوده است هنوز به استخدام آن درنیامده بود. به عبارتی نه امرا و سلاطین آن‌چنان طعم شیرین قصاید و مدیحه‌های گاه و بیگاه شاعران را چشیده بودند و نه سکه‌های زرناز امرا زیر دندان طمع شاعران و ادیبان خریدارانه امتحان شده بود!

بسیاری از شاهکارهای علمی و ادبی دوره‌های بعد غزنویان و سلاجقه هم یا حاصل طبیعی این روزگار است که به‌غلط به نام اعصار بعدی شهرت یافته مانند شاهنامه فردوسی و یا شکوفیدن جوانه‌هایی است که در این عصر، به درخت فرهنگ و تمدن ایران جلوه‌گر شده است.

خراسان که در آستانه‌ی قرن دوم اسلامی توانسته بود با پرورش سرداری چون «ابومسلم» خاندان امیه را که نمایشگر تعصب عربی و خوارداری مسلمانان غیر عرب بودند به خاک بکشد و پرورنده‌ی تفکر «ایران‌دوستی» در خاندان سامانی گردد، فردوسی را نیز پرورش داد.

فردوسی، برگزیده‌ی دهقانان ایران بود. دهقانان که بیش از همه‌ی طبقات از ستم‌ها و ناروایی‌های دست‌نشانندگان خلیفه زجرکشیده بودند، این بار در صدد احیای قومیت ایرانی و جاودان ساختن تاریخ خود برآمدند.

محیط حکومت سامانیان نیز برای چنین آغازی که نیاز به یک همت عالی داشت آماده بود، فردوسی در این باره نخستین کس نبود اما با خلق شاهنامه، بهترین کس شد.

شاید این چند خط تصویری کلی از سیمای دیار خراسان در زمان حیات و بلندی حکیم ابوالقاسم فردوسی به دست داده باشد و کمکی باشد برای تبیین جایگاه رفیع مردی که در روزهای انحطاط و بیماری مدام جامعه‌اش عزت فرهنگ و خرد و اندیشه را در حیطه‌ی وجودی انسان چنان سرود که بررسی ابعاد سلامت در آن‌ها و نتیجه‌ای که در ادامه‌ی آن حاصل می‌گردد مایه‌ی مباحثات و شگفتی است.