

خمسه نظامی از دیدگاه پزشکی

نورالدین شازده احمدی

دانشجوی سال ششم پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی مشهد

به نام روشنائی بخش بینش که روشن چشم از او گشت آفرینش
 حکیم جمال الدین ابو محمد الیاس بن یوسف بن زکی بن مؤید نظامی گنجه‌ای
 سخن سرای بزرگ آذربایجان ایران در قرن ششم هجری، اگر چه به عنوان سرآمد
 مثنوی سرایان دوران و کامل کننده داستان سرایی در شعر پارسی شناخته می‌شود؛
 اما وجود نکات فراوان و ارزشمند پزشکی در میان ابیات خمسه او، آگاهی ژرف
 وی را در دانش پزشکی نیز آشکار می‌سازد تا به حدی که باید گفت، بیشک حکیم
 نظامی پزشکی گر انقدر و فرزانه در زمان خویش بوده است ولی متأسفانه شاید به
 دلیل باقی نماندن رساله‌ای مدرن در پزشکی از او، در تاریخ دانشوران ایرانی از
 نظامی به عنوان پزشک نام برده نشده و لذا این بُعد مهم از شخصیت او تاکنون بر
 کسی آشکار نشده است .

اما با وجود این، این حقیر با جستجو در این زمینه بر این باورم که

دست اندر کاران حرفه پزشکی با مطالعه نکات طبی گر انقدر نظامی، در مقابل دانش پزشکی او سر تعظیم فرود آورده و وی را خواهند ستود زیرا ابیات شیرین خمسۀ نظامی حاوی نکات ارزشمند طبی در زمینه‌های چشم پزشکی، روانپزشکی، جراحی، ارتوپدی، بیماریهای مغز و اعصاب و بیماریهای داخلی است، به طوری که در میان آنها توضیح مستقیمی در مورد پانزده بیماری مهم و خواص دارویی هفده نوع گیاه و غیر گیاه داده شده است.

اینجاست که می‌بینیم چه شایسته است آنچه سدیدالدین محمد عوفی در کتاب باب الالباب (ص ۵۲۹) در مورد نظامی بیان کرده و او را الحکیم الکامل نظامی الگنجه‌ای لقب داده و گفته است نظامی گنجه‌ای کسی است که گنج فضایل را به دست بیان برپاشید.

تعداد ابیات مهم حاوی نکات طبی در شعر نظامی حدود (۲۸۰) بیت است که با توجه به حدود (۲۸۸۹۰) بیت مجموع اشعار خمسۀ، می‌توان گفت که تقریباً (۱٪) اشعار نظامی را ابیاتی حاوی نکات پزشکی تشکیل می‌دهد و این موضوع نشاندهنده اهمیت است که نظامی برای پزشکی، حتی در سخن سرایی قایل بوده است.

اینک ببینیم بیشترین ابیات طبی نظامی در کدامیک از دفاتر ششگانه اوست و چرا؟ از (۲۸۰) بیت طبی نظامی بترتیب ۲۷٪ آنها در خسرو و شیرین - ۲۵٪ در اقبالنامه - ۱۶٪ در هفت پیکر - ۱۴٪ در لیلی و مجنون - ۱۲٪ در شرفنامه و ۶٪ در مخزن الاسرار قرار دارند. هدف از ارائه این آمار، گفتن علل احتمالی توزیع نابرابر اشعار طبی در میان دفاتر ششگانه نظامی است:

به طوری که بیان شد، بیشترین درصد اشعار پزشکی نظامی در کتاب خسرو و شیرین جای گرفته که دومین دفتر شعر خمسۀ بوده و نظامی در هنگام سرودن آن حدود ۴۰ سال سن داشته است و دلیل احتمالی که برای نگارش تعداد زیادتر اشعار طبی در این دفتر می‌توان بیان داشت شاید آن باشد که نظامی خسرو و شیرین را در دوران عشق آفاق، نخستین همسر خود سروده و لذا آن را مزین به نکات ارزشمند

موده و بدین وسیله بر احترام و گرانسنگی این دفتر افزوده است و نیز آن را در سب بحر هزج مسدس مقصور و محذوف که از زیباترین بحرهای مثنوی است به رشته تحریر کشانده است.

بعد از خسرو و شیرین، بیشترین درصد اشعار طبی نظامی در کتاب اقبالنامه قرار دارد و این همان دفتری است که نظامی آن را در سال ۵۹۹ توسط یگانه فرزندش محمد نزد ملک عزالدین مسعود بن ارسلان سلجوقی به موصل فرستاده است و از آنجایی که همواره مشوق پسرش به فراگیری طب بوده شاید می خواسته است دفتری که توسط او حمل می گردد حاوی نکات فراوان پزشکی باشد.

نکته مهم دیگری که در مورد ابیات طبی حکیم نظامی باید گفته شود این است که نظامی نخواست است همه آنها را در یک دفتر گردآوری کند، بلکه آنها را در سرتاسر شش دفتر خود گسترانیده است که این تصمیم از سر اتفاق نمی توانسته باشد، بلکه سه علت احتمالی عمده را شامل می شود:

۱- نظامی آنها را برای پژوهش دیدگان ژرف بین و دانش پژوه پراکنده کرده است.

۲- نظامی با بیان مستتر آنها در میان ابیات مثنوی، به طرز اعجاب آوری قدرت سخن سرایی خود را در بیان نکات علمی نشان داده است.

۳- نظامی برای استفاده و فهم عامۀ مردم، بسیاری از آنها را در قالب داستانهای گوناگون بیان کرده است.

ابیات طبی نظامی و آنهایی که در ارتباط با پزشکی هستند، بسیار گسترده و در زمینه های مختلف اند، به طوری که می توان آنها را به ترتیب زیر تقسیم بندی کرد:

۱- ستایش دانش پزشکی و قدردانی از پزشکان و تشویق به فراگیری دانش پزشکی.

۲- بیماریهایی که به طور مستقیم در مورد آنها سخن رانده شده که شامل پانزده بیماری زیر است: آبله، آماس، پارگی کره چشم، تب، توهم، سردرد، سودا، سرسام، شکستگی مهره و دنده، صرع، جهیدن اعضا، جراحی قطع عضو، فلج، گلودرد و گوزبستی.

۳- گیاهان دارویی و داروهای مختلف که به خواص و کاربرد درمانی آنها اشاره شده است عبارت اند از: انجیر خام، اشک مو، تلخک، ترشک، تریاک، خون سیاووشان، جیوه، حنظل، ریحان، زعفران، طباشیر، عود، گِل سرشوی، نوش گیاه، هلاهل، هلیله، گلشکر.

۴- نکاتی در مورد معاینه بیمار شامل کاربرد نبض و قاروره.

۵- نکاتی درباره نحوه درمان صحیح و خصوصیات فرد درمانگر.

۶- توضیح حالات فرد بیمار و چگونگی عارض شدن بیماری بر بدن.

۷- نکاتی در توضیح جراحی قدیم شامل فصد و حجامت و قطع عضو.

۸- توضیحی درباره بستنی و چگونگی تشکیل جنین انسان.

۹- دستورات طبی برای حفظ تندرستی و توصیه های بهداشتی و غذایی

شامل:

الف- نکوهش پر خوری

ب- رعایت اعتدال در خوراک.

ج- آداب غذا خوردن صحیح.

د- راستگویی به پزشک.

ه- تشویق به پرهیز.

و- تشویق به کار و فعالیت. ز- نکوهش خواب و تبلی.

ح- نکوهش افراط در شهوت. ط- توصیه به ازدواج صحیح.

ک- پرهیز از خاراندن در بیماریهای پوستی.

۱۰- اشاره به پیری و کاهش حافظه در زمان کهولت.

۱۱- ناچاری در پذیرش مرگ به عنوان فرمان خداوندی و ناتوانی پزشک در تغییر آن.

اینک به بررسی و توضیح عناوین تقسیم بندی شده در بالا می پردازیم:

۱- ستایش دانش پزشکی

حکیم نظامی در لیلی و مجنون، به طور مستقیم بها فرزند خود محمد را نصیحت و

سفارش به آموختن دانش پزشکی می‌کند و او را از پرداختن به شاعری بر حذر می‌دارد:

نظم ارچه بمرتبت بلندست آن علم طلب که سودمندست
در جدول این خط قیاسی می‌کوش به خویشتن شناسی
تشریح نهاد خود در آموز کاین معرفت‌یست خاطر افروز
پیغمبر گفت علم علما علم‌الادیان و علم‌الابدان
در نافی دو علم بوی طبیبست وان هر دو فقیه یا طبیبست
می‌باش طبیب عیسوی هش امانه طبیب آدمی کش

نظامی در گفتاری دیگر، پسرش را به انتخاب شغل مناسب فرا می‌خواند:

و آن شغل طلب زروی حالت کز کرده نباشدت خجالت
گرد دل دهی ای پسر بدین پسند از پسند پدر شوی برومند
حکیم نظامی، همچنین برای تشویق به فراگیری طب، به طور واضح شاعری را نهی می‌کند:

در شعر مپیچ و در فن او چون اکذب اوست احسن او
زین فن مطلب بلند نامی کان ختم شده‌ست بر نظامی
در هفت پیکر، آموختن دانش بدن انسان و آموختن داروشناسی توصیه شده است:
جهد کن کز نباتی و کانی تا به عقلی و تا به حیوانی
باز دانی که در وجود آن چیست کابد الدهر می‌تواند زیست
هر که خود را چنانکه بود شناخت تا ابد سربه زندگی افراخت
فانی آن شد که نقش خویش نخواند هر که این نقش خواند باقی ماند

در مخزن الاسرار، پرداختن به طبابت را موجب سرفرازی و بزرگی می‌داند:

دردستانی کن و درمان دهی تا ت رسانند به فرماندهی
نظامی در اقبالنامه می‌گوید که مداوا کردن دیگران، موجب سلامتی است:

دوا کردن از بهر درد کسان بسازنده باشد سلامت رسان
همچنین در بیتی از هفت پیکر، خدمت پزشکی را سبب آراسته شدن و فخر جهان

می‌داند:

کوش تا خلق را به کار آیی تا بخدمت (بخلقیت) جهان بیارایی
 نظامی برای ارج نهادن و بها دادن بیشتر به حرفه پزشکی، آن را منسوب به مقام
 خاتم پیامبران نموده و در اقبالنامه در نعت حضرت رسول اکرم می‌فرماید:

زمین خاک شد بوی طیبش تویی جهان درد زد شد طیبش تویی
 طیب بهی روی با آب و رنگ ز حکم خدا نوشدارو به چنگ
 و بدین وسیله بالاترین شخصیت و مباحات را به شغل مقدس پزشکی داده است.
 نظامی برای تکریم پزشکان، آنها را بزرگان قوم دانسته و در اقبالنامه می‌گوید:
 طیبیان لشکر بزرگان شهر نشستند بر گرد سالار دهر
 حکیم نظامی همواره طیبان را ملقب به اوصاف نیکو می‌کند، به طوریکه در
 شرفنامه می‌بینیم:

پزشک مبارک چو بر زد نفس ز تن برد بیماری از دل هوس
 و یا:

چهارم پزشکی خردمند و چست که نالندگان را کند تندرست
 و یاد در اقبالنامه:

طیبی طلب کرد علت شناسی گرانمایه را داشت یک چند پاس
 باز هم در اقبالنامه:

کجا رفته اند آن حکیمان پاک که زر می‌فشاندم بر ایشان چو خاک
 نظامی مداوای بیمار را بسیار ارزشمند و قابل ستایش می‌داند و آن را به زر کردن
 خاک تشبیه می‌کند و از زبان اسکندر در اقبالنامه می‌گوید:

بیایید گو خاک را زر کنید مداوای جان سکندر کنید
 در جایی دیگر از اقبالنامه، پزشک را پاسدار و نگاهبان تندرستی معرفی می‌کند:

فرستید و خوانید سقراط را نگاهبان ترکیب و اخلاط را
 در بیت بالا، نظامی چون خود طیب است، با ملقب کردن سقراط - پدر طب - به
 نگاهبان تندرستی انسان، رعایت اخلاق پزشکی را نموده و بدین وسیله به او ارج

نهاده است. منزلت دانش و کسب علم در نزد نظامی آن قدر بالاست که حتی نیم خورد سگان را برای آموختن دانش، حلال می‌داند و در هفت پیکر می‌فرماید:

نیم خورد سگان صید سگال جز به تعلیم علم نیست حلال
۲- بیماریهایی که به طور مستقیم در مورد آنها توضیحاتی گفته شده است:

آبله:

نظامی در یازده بیت بیماری آبله یا Pox آورده و به انواع آبله دست، پا، چشم و صورت اشاره می‌کند. در لیلی و مجنون نکته با ارزشی در مورد آبله بیان شده و حکیم نظامی می‌گوید که بایستی زخم آبله را از دسترس کودک مخفی نگاه داشت و آن را پوشانید:

به کابله را ز طفل پوشند تا خون بجوش را نخوشند
در این بیت زبیا دو نکته مهم می‌یابیم:

اول- لزوم بهداشت و شرایط استریلیزاسیون زخم آبله، خصوصاً در اطفال که آن را دستکاری نکنند و نگند.

دوم- با استناد به کتاب مرجع طب قدیم یعنی قانون ابن سینا می‌بینیم که در کتاب چهارم قانون، بوعلی می‌گوید: بیماری آبله در اثر به جوش آمدن خون به سبب نوعی عفونت است و خون برای پاکسازی اجزای ناسازگارش به جوش می‌آید تا آنها را دفع کند و بنابر این بستن و پوشش نهادن زخم باعث می‌شود تا زخم آبله پخته شده و برسد و ماده دفعی را خارج کند اما سرباز نگهداشتن زخم موجب خشک شدن خون به جوش آمده می‌شود و لذا ایجاد ازمان و عدم بهبودی زخم می‌کند و این همان چیزی است که نظامی به آن اشاره کرده است.

در مورد آبله پا، اشاراتی در لیلی و مجنون شده است:

عقل آبله پای و کوی تاریک وانگه رهی چوموی باریک
یا:

تو آبله پای و راه دشوار ای پاره کار چون بود کار

یا:

پای آبله چون بسیار می‌رفت بر مرکب راهوار می‌رفت

یا:

چون آگه گشت شحنه زین حال دزد آبله پای و شحنه قتال

یا:

دید آبله پسای دردمندی بر هر مویی زمویه بندی

در هفت پیکر بیتی وجود دارد که به آبله چشم اشاره می‌کند:

آفت آبله رسید به ماه ز آبله دیده‌هاش گشته تباه

در مخزن الاسرار نیز داریم:

پنبه در آکنده جو گل گوش تو نرگس چشم آبله هوش تو

آبله دست، در یک بیت از مخزن الاسرار دیده می‌شود:

شیفته شد عقل و تبه گشت رای آبله شد دست و زمن گشت پای

اشاره‌ای نیز به آبله صورت در اقبالنامه شده است:

به بیماری اندر تب آمد پدید رخ ریش را آبله بر دمید

آماس

حکیم نظامی برای رفع عارضه آماس با نام پزشکی *inflammation* ، فصد را

تجویز می‌کند و می‌گوید:

کسی کور از خون آماس خیزد کی آسوده شود تا خون نریزد

پارگی کره چشم

در افسانه گنبد سیاه از کتاب هفت پیکر ، یکی از نکات بسیار مهم چشم پزشکی

سنتی و قدیم ایران در مورد *trauma* و *rupture* کره چشم در قالب داستان زیبایی بیان

شده است:

ناگهان ناله‌ای شنید از دور
 بر پی ناله شد چوناله شنید
 دیده‌ای را که کنده بود ز جای
 گر خراشیده شد سپیدی توز
 آن قدر زور دید در پایش
 پیه در چشم او نهاد و ببست
 کرد جهدی تمام تا برخاست
 تا بدانجا که بود بنگه او
 کامد از زخم خورده‌ای رنجور
 خفته در خاک و خون جوانی دید
 در هم افکند و برد نام خدای
 مُقله در پیه مانده بود هنوز
 که بر انگیخت شاید از جایش
 وز سر مردمی گرفتش دست
 قانش گشت و برد بر ره راست
 مرد بی دیده گشت همره او

در این داستان، حکیم نظامی درمان پارگی یا rupture و خراشیدگی یا excoriation قسمت خارجی کره چشم را بازگو کرده و به خاصیت درمانی پیه یا چربی در التیام زخم اشاره می‌کند. در کتاب دوم قانون ابن سینا هم می‌بینیم که به خواص درمانی پیه در چشم اشاره شده به طوری که پیه ماهی را در درمان آبریزش چشم و پیه تازه مار را در علاج تم چشم و گذاشتن و بستن پیه فرس را بر چشم در درمان چشم درد مفید دانسته است.

نکته دیگر علمی که نظامی به طرز بسیار زیبایی به آن اشاره کرده است اینکه کلمه توز را که در لغت به معنی پوست درخت خدنگ و سفید رنگ است، برای سفیدی احاطه کننده چشم که همان صلبیه یا sclera از نظر چشم پزشکی است به کار برده است و می‌گوید اگر چه صلبیه خراشیده شده بود ولی مُقله یا کره چشم eyeball در جای خود استوار بود و هنوز به عضلات خارجی نگهدارنده کره چشم - که می‌دانیم ۶۰ تا است - متصل بود و نکته مهم علمی خود را در اینجا بیان کرده که چون هنوز کره چشم خارج نشده پس درمان پذیر است و با نهادن پیه بر چشم و بستن آن، اقدام درمانی خود را ذکر کرده است.

تب

تب یا افزایش غیر طبیعی دمای بدن با نام پزشکی Fever در هجده بیت از

اشعار نظامی منزل کرده است:

در لیلی و مجنون، حالت افراد تب کرده و عرق آلود به شبنم روی گل نرگس
به هنگام صبح تشبیه شده است:

نرگس ز دماغ آتشین تاب چون تب زدگان بجسته از خواب
و یا در بیتی دیگر از لیلی و مجنون، تب را بدین صورت توصیف می کند:
در تن تب تیز کارگر شد تابش بره دماغ بر شد
نظامی در کتاب خسرو و شیرین، کم خوردن را برای مداوای تب سودمند می داند:
ز کم خوردن کسی را تب نگیرد ز پر خوردن به روزی صد بمیرد
نکته مهم پزشکی که در مورد تب آمده است، بیان تولید خلط صفراوی به طرز
جالبی در خسرو و شیرین است:

ولگی تب کرده را حلوا چشیدن نیرزد سالها صفرا کشیدن
در اینجا نه تنها خوردن مواد شیرینی که در قالب حلوا بیان شده را برای بیمار
تبدار مضر می داند، بلکه خوردن این قبیل مواد را در حالت تب موجب تولید صفرای
بد می شمارد. این سخن نظامی از دیدگاه پزشکی قدیم کاملاً علمی است به طوری
که ابن سینا نیز در کتاب اول قانون علت تولید صفرای بد را غذاهای شیرین و چرب
و پخته شدن بیش از حد آن می داند و می بینیم که حکیم نظامی به طرز فوق العاده
زیبایی غذای شیرین و چرب را با آوردن حلوا و پخته شدن زیاد از حد این مواد را به
صورت سوختن آن، در فرد تبدار با مهارت شگفت انگیزی بیان کرده است. این
مطلب در بیتی دیگر از خسرو و شیرین به طور واضح گفته شده است:

مکن سودا که شیرین خشم ریزد ز شیرینی بجز صفرا چه خیزد
آگاهی نظامی در مورد انواع تب و دانش معاینه فیزیکی بیماری را بخوبی در این بیت
از لیلی و مجنون در می یابیم:

برداشت از او امید به بود کان رشته تب پر از گره بود
منظور از پر گره بودن رشته تب در این بیت، سرکش بودن و شدید بودن میزان تب
است و با آوردن این عبارت می گوید که در سیر تب بیمار بدخیمی های زیاد وجود

دارد، علاوه بر این، نظامی با آوردن علایم این تب و قطع امید از بهبود بیمار، به طرز استادانه‌ای به نوعی از تب که امروزه به آن Septicemic fever یا تب ناشی از عفونت خون می‌گوییم، اشاره می‌کند. از نظر طب سنتی نیز با مراجعه به کتاب چهارم قانون ابن سینا می‌بینیم که بوعلی نیز بر این باور بود که این نوع تب همیشگی است و دست بردار نبوده و به مثابه زنگ خطر مرگ است و این درست همان چیزی است که حکیم نظامی فرموده است.

در اواخر کتاب لیلی و مجنون، پرهیز غذایی در هنگام تب تأکید شده و عود تب را نشانه پرهیز شکنی گفته است:

چون وقت بهی در آن تب تیز پرهیز شکن شکست پرهیز
تب باز ملازم نفس گشت بیماری رفته باز پس گشت
حکیم نظامی تنها به شرح تب نیرداخته بلکه داروی درمان تب را نیز در اقبالنامه ذکر کرده است:

بسی تب زده قرص کافور کرد نخورده شد آن تب چو کافور سرد
در اینجا نه تنها منظور بیت نشان دادن اهمیت تلقین و اعتماد به نفس Relaxation روحی در اثر داشتن داروست، بلکه به خاصیت دارویی کافور به عنوان داروی تب‌بر یا antipyretic نیز اشاره می‌کند:

امروزه می‌دانیم ماده کافور که از گیاهی به همین اسم با نام علمی Camphora Cinnamonum استخراج می‌شود، از دسته سنتهای تریپنی بوده و ترکیبی حلقوی با فرمول $C_{10}H_{16}O$ داشته و مزه تلخ و سوزانی دارد که در پزشکی به عنوان آرامبخش و مقوی قلب مورد استفاده درمانی و داروسازی قرار می‌گیرد. از نظر اصول طب سنتی نیز در کتاب دوم قانون ابن سینا آمده است که کافور به دلیل سرد و خشک بودن آن، درد سر ناشی از تب گرم را از بین می‌برد.

اهمیت دارویی کافور در بیتی از هفت‌پیکر نیز آمده است:

شاخ صندل شمامه کافور از دلش کرد رنج سودا دور
نکته طبی مهم دیگری که نظامی راجع به تب آورده، ارتباط سنجش ادرار و فیض

با تب است به طوری که در هفت پیکر از زبان ملیخا می‌گوید:

نبض و قاروره را چنان دانم کافت تسب ز تن بگردانم
ارزش علمی این بیت، که نشان دهنده آگاهی کامل نظامی از پزشکی است این است
که وی برای درمان و بهبود تب، دانستن تغییرات نبض، که نشانه نوسانات فشار
شریانی است، و نیز تغییرات ایجاد شده در ادرار را لازم می‌دانسته است و با آوردن
کلمه قاروره که منظور همان شیشه مدور و کوچکی است که به شکل شانه
می‌ساختند و بیمار در آن ادرار می‌کرده، به اهمیت سنجش ادرار برای پیگیری تب
اشاره می‌کند.

امروزه نیز در بررسی یک بیمار تبار آزمایش کامل ادرار که مبین فونکسیون
کلیه است و نیز کنترل تغییرات فشار خونی بیمار جزو اعمال تشخیص مهم هستند.
بیان دقیق نظامی در مسائل پزشکی را از این بیت شگفت‌انگیز اقبالنامه
می‌توان پی برد:

مهی داشت تابنده چون آفتاب ز بحران تسب یافته رنج و تاب
به طوری که مشاهده می‌کنیم، نظامی به طرز کاملاً علمی رنج و ناراحتی ناشی از
تب را که شامل تهوع، سردرد، بی‌وست و غیره است فقط منحصر به حالت بحرانی
یا Critical تب می‌داند و آن را در مورد هر نوع تب ساده و خفیف به کار نبرده است و
درست نمی‌داند.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

رتال جامع علوم انسانی

توهم

بیماری phobia یا ترس بیمارگونه از چیزهای غیر ترسناک را نظامی با عنوان توهم
به کار برده است و در داستان دو حکیم متنازع در مخزن الاسرار می‌فرماید:

آن بعلاج از تن خود زهر برد وین به یکی گل ز توهم بمرد
در این بیت، می‌بینیم که حکیم دومی در اثر ترس از سمی بودن یک گل معمولی که
حکیم اولی از بوستان چیده بوده، دچار وحشت شده و در اثر این ترس بیجا و بیش
از حد دارفانی را وداع گفته است. امروزه می‌دانیم این گفتار حکیم نظامی از نظر

روانپزشکی و روانشناسی حرفی منطقی است.

از سوی دیگر، این حقیقت نیز کشف شده است که در بیماریهای بدخیم مانند سرطان ترس از بیماری، در بسیاری از موارد کشنده‌تر از خود بیماری عمل می‌کند و بیمار را از پای درمی‌آورد و در اصطلاح پزشکی به آن Cancero phobia یا ترس بیهوده و زیاد از سرطان لقب داده‌اند، و جالب آنکه نظامی در قرن ششم از این نکته مهم طبی آگاهی داشته و بیماران را از ترس و غم خوردن بسیار نهی می‌کند و به آنان دل‌داری می‌دهد:

شکنج کار چون در هم نشیند	بمیرد هر که در ماتم نشیند
نه هر کس صحت او را تب نگیرد	نه هر کس را که تب گیرد بمیرد
نشاید کرد بر ازار خود زور	که بس بیمار برگشت از لب گور
بسا قفلا که بندش ناپدیدست	چو واپینی نه قفلست آن کلیدست
بدانایی ز دل پرداز غم را	که غم غم را برد چون ریگ نم را

همچنین، توهم یا phobia را بیماری مشکلی دانسته و در اقبالنامه می‌گوید:

نهیب توهم تنش را گذاخت نشد کارگر هر علاجی که ساخت

سردرد

حکیم نظامی رنج و عذاب ناشی از سردرد شدید را به شیوایی خاص خود توصیف کرده و برای بیان کاملتر، آن را از درد ناشی از زخم شمشیر و گرز بدتر و سخت‌تر دانسته و در شرح‌نامه آورده است:

برنجد سراز دردسره‌های سخت نه زانسانکه از زخم شمشیر و لخت

سودا

بیماری مالیخولیا که در پزشکی امروز melancholy یا افسردگی مازور نامیده می‌شود، از نظر اطبای طب قدیم، عامل آن افزایش خلط سیاه یا همان سودا بود و لذا آن را بیماری سودا می‌گفتند.

این بیماری با نام سودا در ابیات حکیم نظامی به کار رفته و در بیتی از شرفنامه به هذیان روحی ناشی از این بیماری در یک تشابه وصفی بسیار زیبا اشاره شده است:

دماغ زمین از تسف آفتاب به سرسام سودا درآمد ز خواب
حکیم نظامی در درمان این بیماری، از دارویی ترکیبی نام می برد که به صورت شربت بوده است و در مخزن الاسرار می فرماید:

شربت ورنجور بهم ساخته خانه سودا شده پرداخته
و نیز در داستانی از هفت پیکر می گوید:

داد تا شاهزاده شربت خورد وز دماغش فرو نشست آن گرد
رست از آن ولوله که سودا بود خوردن و خفتنش به یکجا بود
و با آوردن این بیت، به یک نکته بسیار ارزشمند در درمان ملانکولی اشاره می کند که همان خفتن بیمار است و امروزه می دانیم که خوابیدن بیمار پس از مصرف داروهای تجویزی، نشانه تأثیر دارو بر روی بیمار است.

نظامی در درمان این بیماری، همچنین به اثرات دارویی صندل و کافور اشاره کرده و در هفت پیکر می فرماید:

شاخ صندل شمامه کافور از دلش کرد رنج سودا دور

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

سرسام

بیماری سرسام که در طب جدید آن را معادل با منتریت می دانند، با تشبیهی زیبا در بیتی از شرفنامه به کار رفته است:

بر آورد مرغ سحرگه غریو چو سرسامی از نور و صرعی ز دیو

شکستگی مهره و دنده ها

حکیم نظامی در کتاب مخزن الاسرار با آوردن داستان کودک مجروح، پرده از روی یکی از نکات مهم تروماتولوژی و ارتوپدی برمی دارد و آگاهی ژرف و

تحسین برانگیز و شگفت خویش را از دانش پزشکی پیش از پیش بر ما آشکار می‌کند:

کودکی از جمله آزادگان رفت برون با دوسه همزادگان
پایش از آن پویه درآمد ز دست مهر دل و مهره پشتش شکست
ترکیب مهر دل که در این بیت می‌بینیم، در حقیقت به مفهوم چیزی که نگهدارنده و
دربرگیرنده دل یا قلب است به کار گرفته شده و با آوردن این تشبیه زیبا، نظامی هدف
طبی خود را به کار برده و منظور خود را که دنده‌های تشکیل دهنده قفسه سینه به
عنوان جعبه نگهدارنده قلب و ارگانهای حیاتی مهم سینه است، بیان کرده است.
از کنار این داستان زیبای حکیم نظامی نایستی سرسری گذشت بلکه باید با
دقت هدف پزشکی او را که بیان یکی از مهمترین نکات علمی ارتوپدی در مورد
شکستگی استخوانهاست بفراست دریافت.

نظامی می‌گوید که کودک در اثر دویدن به زمین خورد. و مهره پشت و
دنده‌هایش می‌شکند. حکیم نظامی به دنبال وارد آمدن این ضربه به کودک، برای
انتخاب نوع شکستگی مهره، مهره‌های پشت را بیان می‌کند و مثلاً نمی‌گوید مهره
کمری او شکست، زیرا او از این حقیقت علمی آگاه بوده است که می‌دانیم:

صدمات ستون مهره‌ها بیشتر در سه ناحیه صورت می‌گیرد: یا در محلی که
یک قسمت نسبتاً ثابت به یک قسمت نسبتاً متحرک می‌پیوندد مانند ناحیه
dorso-lumbar یا پشتی کمری که این حالت در اثر ضربه اتفاق می‌افتد و نظامی به آن
اشاره کرده و یا آنجایی که نیرو به طریقه اهرمی اثر می‌گذارد مانند dens یا زائده
دندانی مهره Axis یا آسه در گردن و یا اینکه نیرو مستقیماً اثر بگذارد مانند شکستگی
coccyx یا استخوان دنبالچه.

پس در حالتی مانند پرت شدن و به زمین خوردن، شایعترین شکستگی مهره
همان است که حکیم نظامی بسادگی و ظرافت خاص خود آن را توضیح داده است و
استادی بیمانند خویش را در بیان نکته‌های مهم پزشکی به کار برده است.

صرع

بیماری epilepsy یا صرع در اشعار نظامی معرفی شده و در شش بیت از آن صحبت به میان آمده است:

در اواخر افسانه گنبد سیاه در کتاب هفت پیکر، حکیم نظامی یکی از جالبترین باورهای پزشکی زمان خود را در مورد این بیماری بیان می‌کند:

شیفتم چون خری که جو بیند یا چو صرعی که ماه نوبیند
 آنچه این بیت با تشبیه زیبای خود ارائه می‌دهد، حیرانی و آشفتگی بیمار مصروع در اثر مشاهده هلال ماه نو است که پرده از روی شگفت‌انگیزترین و مرموزترین باور طبی آن زمان کنار زده و دریچه‌ای برای تحقیق در این مورد بسیار جالب می‌گشاید، بدین منظور به علمیت‌ترین رفرنس طب قدیم یعنی قانون ابن سینا روی می‌آوریم. شیخ الرئیس در کتاب سوم قانون می‌گوید: آسیب مهم و نخست بیماری صرع بر حس بینایی و شنوایی و حرکتهای ماهیچه و رخسار پلک چشم وارد می‌آید و او هر چیزی را که مایه ضعف قلب شود مانند ترس و صداهاى مهیب و ناخودآگاه، تحریک کننده بیماری می‌داند و می‌فرماید: ناگاه یک‌ه خوردن از مقدمات بیماری صرع است و واکنشهای نیرومند حسی که از تماشای روشنیهای قوی مانند قرص آفتاب به وجود می‌آیند، تحریک کننده صرع هستند.

آنچه در توضیح علت این سخن و باور طبی آن زمان می‌توان بازگو کرد این است که آنها ظهور هلال ماه نو را بعد از گذشت مُحاق سه شب آخر ماه که یک حالت تازگی در آسمان بدون ماه شبهای قبل است برای دیدگان بیمار مصروع ناگهانی و تکان‌دهنده می‌پنداشتند و فکر می‌کردند که در اثر این دیدن ناگهانی ماه، او یک‌ه خورده و تشنج و تحریک اولیه‌ای را که لازمه بیماری صرع می‌دانستند به وجود می‌آید و بیمار دچار آشفتگی و تشنج می‌شود.

البته باید خاطر نشان کرد که در پزشکی امروز، چنین باوری وجود ندارد و از آن حرفی به میان نیامده است ولی نکته جالبی برای مطالعه پژوهشگران در رد یا اثبات این حکم تجربی گذشتگانمان فراهم می‌آورد که حایز اهمیت زیادی است،

زیرا بسیار دیده‌ایم که کشورهای بظاهر پیشرفته دنیا، نکات علمی متون گذشته ایران را با مختصری تغییر با بوق و کرنا به اسم خود ثبت می‌کنند و به آن تفاخر می‌ورزند.

جراحی قطع اندام

نظامی در بیتی از کتاب لیلی و مجنون با آوردن یک مثال، به کاربرد جراحی در درمان اشاره کرده و نشان می‌دهد که از یک نکته مهم جراحی آگاهی داشته است:

چون مار گزیده گردد انگشت واجب شودش بریدن از مشت آنچه حکیم نظامی تحت عنوان بریدن دست مار گزیده گفته و حتی با تأکید این عمل را واجب دانسته است، حاوی نکته صحیح و مهم پزشکی است. به طوری که می‌دانیم محلول زهر افعی یا viperidesvenom solution علاوه بر سموم عصبی، دارای ترکیبی است که بر روی سیستم گردش خون مؤثر است و چنانچه پس از گزش و ورود سم افعی به مقدار زیاد، اقدام درمانی صورت نپذیرد و بیمار هم زنده بماند، باعث انسداد گردش خون شریانی عضو شده و بعد از مدتی موجب سیاه شدن اندام و یا با اصطلاح امروزی آن gangrene می‌شود که بایستی حتماً عضو گانگرنه شده را برای جلوگیری از سرایت گانگرن به بقیۀ اندام مورد عمل جراحی Amputation یا قطع عضو قرار داد و این دقیقاً همان چیزی است که نظامی به طور سربسته به آن اشاره کرده است. نظامی با گفتن این مطلب، سخن را در مورد زهر مارها تکمیل کرده است و در خسرو و شیرین با آوردن بیتی به این نکته علمی اشاره می‌کند که زهر مارهای آبی کم خطرتر است:

ز خوبان توسنی رسم قدیمست چو مار آبی بود ز خمش سلیمست

جهیدن اعضا

نظامی در دوبیت زیبا به این انقباضات عضلانی که در اثر ناهماهنگی عصبی عضلانی به واسطۀ ناراحتی و ضعف اعصاب حرکتی به وجود می‌آید اشاره می‌کند:

دلم می‌جست و دانستم کز ایام زبانی دیدم خواهم کام و ناکام

کنونم می جهد چشم گهربار چه خواهم دید بسم ا... دگر بار

فلج

نظامی با تشبیهی زیبا دریتی از شرفنامه به لرزشهای عضلانی بیماری فلج یا paralysis اشاره می کند:

زجنبش نبیدیکدم آرام گیر چو سیماب بردست مفلوج پیر

گلودرد

نظامی کاربرد لعابهای دارویی در درمان گلودرد را با یک تشبیه زیبا دریتی از اقبالنامه آورده است:

گلودرد آفاق را از غبار لعابی زجامی دهد روزگار

گوژپشتی

بیماری kyphosis یا قوزی یا گوژپشتی دریتی از خسرو و شیرین با زیبایی تحسین برانگیزی توصیف شده است:

تنی چون خر کمان از گوژپشتی بروپشتی چو کیمخت از درشتی
در این بیت بسیار زیبا، پشت خمیده و گوژپیرزن به کمان بزرگ یا خر کمان و همچنین زبری و درشتی پشت به پوست کفل خر (کیمخت) تشبیه شده است که نهایت دقت و تشبیهات درست نظامی را بار دیگر اثبات می کند.

۳- گروه دیگری از اشعار طبی حکیم نظامی آنهایی است که به خواص دارویی گیاهان مختلف و همچنین داروهای غیرگیاهی اشاره می کند به طوری که هفده داروی طب قدیم را در میان آنها مشاهده می کنیم:

گلاب

گلاب یا آب مقطر گل سرخ که از گلبرگهای آن به دست می آید حاوی تانن و

اسانس فراری شامل استئاروپتن و اولئوپتن است که قابض و ضد التهاب است و خوردن گلاب به مقدار یک قاشق غذاخوری مقوی اعصاب و رافع درد است و حتی بوییدن و مالیدن آن بر بدن برای تقویت اعصاب و حواس و رفع بعضی سردردها مفید است.

گفتن این مطلب نیز بی مناسبت نیست که شیخ الرئیس بوعلی سینا نیز در کتاب دوم قانون گلاب را در تسکین سردرد مفید معرفی می کند.

آنچه موجب می شود تا در مورد دانش پزشکی حکیم جلیل القدر نظامی، لب به تحسین گشوده شود این است که او حتی از ظرایف طبی نیز غفلت نورزید و آنها را بیان کرده است، به طوری که در مورد گلاب به عالیتین صورت حق مطلب را ادا کرده و نکته پر ارزشی در مورد بهترین نوع گلاب از نظر درمانی گفته است که در هیچ کتاب طب سنتی حتی قانون ابن سینا که کاملترین آنهاست به آن اشاره نشده، ولی حکیم نظامی با مهارت تحسین برانگیزی این موضوع مهم را از زبان شیرین در پاسخ به خسرو در کتاب شیرین خسرو و شیرین به شیرینی و ظرافت بیان کرده و بهترین نوع گلاب را از لحاظ دارودرمانی، نوع تلخ آن دانسته و بیان فرموده که

گلابم گر کنم تلخی چه باکست گلاب آن به که او خود تلخناکست

این نکته بسیار جالب و بینظیر که حکیم نظامی، در قالب داستان خسرو و شیرین با زیبایی کلام خویش فرموده، صد در صد صحیح است به طوری که امروزه می دانیم تلخی گلاب به دلیل وجود تانن در آن است و همان طور که اشاره شد، تانن از اجزاء درمانی گلاب است و بنا بر این هر چه گلاب تلختر باشد میزان تانن آن بیشتر است و لذا در درمان قاطعتر و بهتر عمل خواهد کرد. نکته ظریف و بسیار مهمی که در این کنگره بین المللی بایستی در مورد حکیم نظامی به عنوان یک شاعر و پزشک بلند مرتبه ایرانی بگویم این است که از نظر تاریخی تهیه گلاب اولین مرتبه از ایران شروع شده و به نقاط دیگر جهان سرایت کرده است و شاید به همین دلیل بوده که حکیم نظامی روی کلمه گلاب تأکید خاصی داشته و تنها در شرفنامه خود چهاربار آن را به کار برده است.

هلاهل و نوش گیاه و تریاک

این سه داروی سنتی در داستان دو حکیم متنازع در مخزن الاسرار آمده است:
 تا که در این پایه قویدل ترست شربت زهر که هلاهل ترست
 نوش گیاه پخت و بدو در نشست رهگذر زهر به تریاک بست
 بنابراین در این دو بیت ۳ نکته دارو درمانی به ترتیب زیر آمده است:

نوش گیاه

نوش گیاه، نوش گیاه، گیاه مخلصه یا دندان شیر با نام علمی *taraxacum dens teonis* است و پزشکان سنتی ایران آن را بدین خاطر مخلصه نامیده‌اند که معتقد بودند هر کسی بذر آن را بخورد از سم حشرات و حتی مار و عقرب خلاص شده و در امان خواهد بود. آنچه نظامی برای رفع زهر در مورد این گیاه، می‌گوید کاملاً اثبات شده است. به طوری که می‌دانیم این گیاه ملین، مسهل، عرق‌آور و کمی مخدر است و خاصیت ضد زهر افعی دارد ولی این خاصیت در یک نوع آن که در شنزارهای زمّل می‌روید و به آن تریاق کوهی می‌گویند زیاده‌تر است و هر کس یک مثقال از بذر آن را بخورد، حتی از عوارض سم افعی خلاص می‌شود و این بذریکی از اقلام مهم تریاق کبیر است. این گیاه دارای آهن، آهک، پتاسیم و ویتامینهای C-B-A است و تصفیه‌کننده خون است و همچنین شیره ریشه آن انقباض کیسه صفرا را بر طرف می‌کند و براستی لایق نام نوش گیاه است. در اینجا هدف بررسی خواص این گیاه و توضیح دیگر فواید آن نیست بلکه منظور آن است که نظامی از این خواص آگاه بوده و آن را برای رفع مسمومیت با هلاهل و زهری مشابه با آن کافی و عملی می‌دانند.

هلاهل

هلاهل گیاهی از تیره آلاله‌ها با نام علمی *Aconitum ferox* است که مقادیر زیادی آلکالوئیدهای سمی و خطرناک از دسته *Aconitine* ها دارد و در طب قدیم و باورهای افسانه‌ای ایران به عنوان مهلکترین زهرها شناخته شده است.

تریاک

به تریاک با نام علمی *papaver Somniferum* اشاره شده است و نکته بسیار مهم و دقیق علمی که در این بیت حکیم نظامی نهفته است اینکه، آنچه این حکیم عالیقدر با نام تریاک برای رفع زهر آورده را نپایستی با تریاک معروف که شیرۀ سفت شده و به عمل آورده، کپسول خشخاش است، اشتباه کنیم؛ بلکه منظور حکیم نظامی تریاک سیاه یا همان نوشداروی افسانه‌ای است که از خشخاش سیاه گرفته می‌شود و در شیرۀ آن مرفین وجود نداشته بلکه حاوی *tebain* است که قدرت تسکین آن هزار برابر مرفین است. و چون تنها در دامنه البرز به عمل می‌آید و در جاهای دیگر کمتر دیده شده است، بر اساس افسانه‌های قدیمی کشت آن را به سیمرغ نسبت می‌دهند و آن را نوشدارو گفته‌اند که سیمرغ طرز تهیه نوشدارو را از آن به زال آموخت تا در موقع لزوم جان نوه خود را از مرگ نجات دهد.

حنظل

حنظل یا هندوانه ابو جهل میوه‌ای است که در بیتی از خسرو و شیرین نام برده شده و به تلخی آن اشاره شده است:

دورخ چون جوز هندی ریشه ریشه چو حنظل هریکی زهری به شیشه
می‌دانیم حنظل با نام علمی *Citrullus Colocynthis* دارای گلوکوزیدی به نام *Colocynthine* است که زرد رنگ و محلول در الکل و بسیار تلخ است و تلخی میوه حنظل به واسطه آن است. نظامی حنظل را در داخل شیشه ذکر کرده که حاکی از مفید بودن دارویی این گیاه در زمان نظامی و از دیدگاه اوست و اینکه آن را دارای ارزش نگهداری در شیشه می‌داند بی‌سبب نیست و می‌دانیم این میوه مسهلی قوی است و همچنین موجب افزایش ترشحات صفرا می‌شود و در بیماریهای کبد نیز کاربرد داشته و گاهی نیز به عنوان قاعده آور از آن استفاده می‌شود.
نظامی در بیت بالا، همچنین با توصیف جالبی چین و چروک صورت پیر عجوزه را به پوست ریشه نارگیل یا جوز هندی تشبیه کرده است.

طباشیر

نظامی در بیتی از خسرو و شیرین به ماده طباشیر اشاره کرده و خاصیت دارویی آن را بطرزی فوق العاده تحسین برانگیز و مستتر بیان کرده که شاهکار سخنوری او و آمیزه‌ای از دانش طبی و نهایت ظرافت طبع شاعرانه اوست که در وصف زفاف خسرو و شیرین می‌گوید:

تنی چون شیر با شکر سرشته طباشیرش برابر شیر هشته
در این بیت بسیار زیبا، با تشبیه تن سپید شیرین به شیر و شکر و سفیدی طباشیر نکته بسیار مهم علمی خود را که در بیان نکات طبی بوده و شاید کمتر کسی به آن پی برده باشد ارائه می‌دهد و آن این است که قرار گرفتن بدن شیرین در برابر شیر یا همان سلطان خسرو را همانند گذاشتن طباشیر در مقابل او دانسته است که راز بسیار گرانبقدر طبی این بیت در آن نهفته است:

به طوری که از نظر داروشناسی می‌دانیم، طباشیر سیلیکاتی قلیایی و سفید رنگ است که از میان نی خیزران است استخراج می‌شود و بنا به گفته ابن سینا در کتاب دوم قانون، علاج افسردگی است و اشاره نظامی که بحق شایسته شخصیت پزشکی اوست به این مورد است که بدن سپید رنگ شیرین را همانند داروی طباشیر علاج افسردگی‌های جانفرسا و طولانی مدت خسرو می‌داند، این تشبیه شگفت‌انگیز سخنی است که باید در برابر زیبایی و مهارت آن، به احترام، سر تعظیم فرود آورده و بر چنین اندیشه والایی آفرین و بر روح پاک گوینده آن رحمت فرستاد.

رتال جامع علوم انسانی

تلخک و ترشک

حکیم نظامی در اواخر کتاب خسرو و شیرین به هنگام بیان نکوهش جهان سپنج، مهمترین تشخیص افتراقی دارویی خود را به طرز بسیار جالبی در یک بیت زیبا بیان کرده که این بیت چون گنجینه‌ای گرانبها حاوی چهار نکته ارزشمند طبی، گیاهشناسی، جغرافیایی و تاریخی است که به عقیده من شاه بیت ابیات طبی او و حتی برترین بیت و شاه بیت خمسة اوست. نظامی می‌فرماید:

بسیار حاجی که خود را ز اشتر انداخت که تلخک را ز ترشک باز نشناخت
ترشک گیاهی است با نام علمی *Monk's Rhubarb* که به علت دارا بودن مشتقات
آنتراکینون به عنوان ملین مصرف می‌شود؛ ولی تلخک یا کاسنی بزّی با نام علمی
tanacetum vulgare دارای یک اسانس فرار است که مقدار زیادی از آن را ماده‌ای
سمی به نام *thujone* تشکیل می‌دهد. تلخک حاوی ماده‌ی تلخی به نام *Chicoyin* است
که مصرف مقدار زیادی از آن سبب سرگیجه، تشنج و درد قفسه‌ی سینه می‌شود و
ممکن است مهلک باشد و بعضی از گونه‌های این گیاه سمتر از بقیه است که از نظر
گیاهشناسی از روی شکل ظاهری نمی‌توان آنها را تشخیص داد! و این نکته
ارزشمند همان است که نظامی بیان کرده است. نظامی فرموده است که مسافران
حج با خوردن تلخک مسموم شده و از پشت شتر به پایین سقوط کرده‌اند. نکته
مهمی که در این بیت نهفته آن است که گیاه تلخک در ایران نمی‌روید و به همین
مناسبت نظامی کلمه‌ی حاجی را به معنای کسی که در راه سفر حج می‌باشد به کار
برده که گویای کامل فردی است که به منظور مسافرت از ایران خارج شده است،
نکته‌ی دیگر از نظر تاریخی به کار بردن شتر یا اشتر به عنوان مرکب و وسیله‌ی مسافرت
قدیم در این بیت است که بر حسب تصادف یا رعایت وزن شعر آورده نشده بلکه کاملاً
حساب شده و بجا و دقیق و با توجه به اهمیت علم گیاهشناسی و جغرافی‌آوردی شده
است، از آنجایی که این گیاه در زمینهای بایر می‌روید، نظامی شتر را به عنوان
حیوان صحرا نورد این بیابانها به کار برده است.

نکته‌ی دیگر *differential diagnosis* یا تشخیص افتراقی خواص دارویی در گیاه
تلخک و ترشک است که با آوردن این مثال، از راه برهان خلف به غیر سمی بودن
ترشک در مقابل اثر سمی و مهلک تلخک نیز اشاره شده است.

انجیر خام

اثرات سوزاننده‌ی انجیر خام در بیت زیبایی در اوایل شرفنامه بدین صورت آورده شده
است:

شود نرم از افشردن انجیر خام ولی چون فوری خون برآید ز کام آنچه نظامی فرموده کاملاً از نظر علمی صحیح بوده و بر این پایه است که انجیر نارس یا برگ انجیر حاوی شیرابه سفید رنگ تلخ و تند است که اثر سوزاننده دارد و این شیرابه دارای آنزیمهای مختلفی مشابه شیرۀ لوزالمعده انسان مانند لیپاز و پروتاز است و لذا گفتار حکیم نظامی از نظر علم امروزی تأیید شده است و شیرابه انجیر روی مخاط کام و دهان اثر سوزاننده و تخریبی دارد که موجب خونریزی در سطح مخاط می شود.

خون سیاوشان

در اندرز ختم کتاب خسرو و شیرین بیتی آمده که در آن به خواص دارویی گیاه خون سیاوشان و همچنین اثر درمانی حجامت اشاره شده است:

طیب روزگار افسوس فروشست جوزاقان از آن ده رنگ پوشست

علاج الرأس او انجیدن کوش دم الاخوین او خون سیاوش

در این بیت درمان اصلی دردهای روزگار انجیدن معرفی شده که به معنای اُسْتْرَه زدن در حجامت است. حجامت خواص درمانی مهمی دارد و برخلاف نظر عده ای که تصور می کنند مقصود از حجامت گرفتن خون و کم کردن فشار خون است، حجامت نوعی درمان است که شباهت زیادی به طب سوزنی امروز دارد و اطبای سستی ایران نقاط متعددی از بدن را برای حجامت پیدا کرده و هر ناحیه را برای معالجه یک مرض مخصوص حجامت می کردند، به عنوان مثال حجامت در محل معروف به حجامتگاه که بین دو کتف در پشت قرار دارد برای نجات بیمار از تنگی نفس و التهاب بود. نکته طبیبی دیگر در این بیت: اشاره به خواص دارویی گیاه خون سیاوشان با نام علمی *draçana draco* است که نظامی اسم عربی آن یعنی دم الاخوین را نیز آورده است. بر طبق افسانه های اساطیری ایران گریوز برادر افراسیاب بر اثر حسادت سیاوش را کشت و خون او را باحق بر زمین ریخت و از قطرات خون او درختی از زمین روید که نام آن را خون سیاوشان گذاشتند. در هر

صورت مادهٔ دارویی این گیاه صمغی به رنگ خون است که قابض و ضد خونریزی است و برای لثه و دندان مفید است و در التیام زخمها سودمند و خوردن آن از خونریزی معده و سینه جلوگیری می‌کند و برای اسهال و دل پیچه و شقاق مقعد مفید است و پاشیدن گرد آن نیز برای بند آمدن خون نافع است.

پس می‌بینیم خواص درمانی مختلف این گیاه موجب شده است تا حکیم نظامی آن را در کنار عمل حجامت برای درمان دردها و امراض گوناگون روزگاره رنگ معرفی کند.

زعفران

خاصیت دارویی قابل توجه و مهم زعفران در بیتی از شرفنامه بزیبایی آمده است:

چوبی زعفران گشته‌ای خنده‌ناک مخور زعفران تا نگردی هلاک

در ورای این بیت دو نکتهٔ ارزشمند طبی نهفته است:

یکی آنکه می‌دانیم زعفران با نام علمی *Crocus Sativus* حاوی اسانس بیرنگی است که بوی مطبوع زعفران مربوط به آن است و این ماده اثر محرک بر روی اعصاب سطحی بدن دارد و اثر آن شبیه گاز اُزون و خنده‌آور است ولی مداومت و زیاده‌روی در مصرف آن برای اعصاب و حواس پنجگانه مضر است.

نکتهٔ مهم دیگری که نظامی به آن اشاره کرده این است که این باور قدیمی که می‌گویند هر کس یک مثقال زعفران بخورد مبتلا به مرض قهقهه شده و در اثر خندهٔ زیاد می‌میرد، در مورد همهٔ افراد صحیح نیست و این مقدار زعفران کشنده نیست، ولی روی اشخاص ضعیف ممکن است این اثر را داشته باشد و این همان نکتهٔ ظریف است که نظامی استادانه آن را بیان کرده و می‌فرماید: تو که هنوز بدون خوردن زعفران خنده‌ناک هستی یعنی اعصاب ضعیفی داری که برای خنده آوردن تو احتیاج به زعفران نیست، پس اگر زعفران بخوری روی تو اثر زیادتری دارد و باعث هلاکت تو می‌شود!

گل سرشوی

خواص طبی و دارویی گل سرشوی یا طین ساماعی دریتی از خسرو و شیرین بدین صورت معرفی شده است:

گل سرشوی از این معنی که پاکست به سر برمی کنندش گرچه خاکست

دو مفهوم علمی از این بیت بسیار استادانه نظامی نتیجه می شود:

یکی همان خاصیت سرشویی و زیباسازی رخسار این گل است که آن را بر سر کرده و در گرمابه مصرف می کنند. مفهوم دوم که از شاهکارهای سخن سرایی نظامی در بیان نکات طبی است آنکه نظامی قصد داشته بگوید این گل را از آن جهت که دارای خواص ارزشمند دارویی است به عنوان قدرشناسی بر سر نهاده و پاکی و والایی این خاک بر زمین افتاده را می ستایند. برای یافتن خواص این داروی قدیمی کتاب دوم قانون را می گشاییم و می بینیم که ابن سینا در مورد آن می گوید: نوشیدن محلولش درد معده را تسکین دهد، اگر زن باردار آن را به شکم بندد، از بچه انداختن نجات یابد و اگر در هنگام زایش بر شکم گذارد ولادت آسان شود، چکاندن آن همراه شیر در چشم علاج سفیدی و جوشهای چشم است و تأثیر آن در افزایش و بهبود حواس تا بحدی است که ابن سینا آن را یغلظ الحواس نامیده است. بنا بر این می بینیم که خواص دارویی گرانبهای این خاک از نظر طب سنتی، باعث شده تا حکیم نظامی را به وجد آورده و آن را قابل بر سر گرفتن بدانند و حق سخن سرایی خویش را در مورد این خاک ارزشمند طبی ادا نماید.

هليلة

در میان بحرهای هزج خسرو و شیرین بیتی به چشم می خورد که اشاره ای به گیاه دارویی هليلة دارد:

به قدر شغل خود باید زدن لاف که زردوزی نداند بوریا باف

چه نیکو داستانی زد خردمند هليلة با هليلة قند با قند

هليلة با نام علمی *terminalia citrina* گیاهی از تیره *combretaceae* است که میوه ریز آن

منصرف طبی دارد و دارای تانن فراوان و مواد خلط آور و چند نوع قند است و در طب سنتی ایران آن را برای تقویت معده، حافظه و حواس مفید دانسته و برای سردرد، مایخولیا و رفع وسواس و امراض روحی به کار می بردند و همچنین گفته اند که خوردن هلیله به هنگام تب جایز نیست و نظامی این نکته علمی را به صورت عدم کاربرد هلیله با قند ارائه داده است و قبلاً گفتیم که اطبای سنتی ایران خوردن شیرینی را در تب مایه صفرای بد دانسته و آن را نهی می کردند.

عود

ارزشمند بودن عود از نظر طبی با تشبیه بسیار هنرمندانه ای در یک بیت از خسرو و شیرین یادآوری شده است:

بدان تلخی که شیرین کرد روزش چو عود تلخ شیرین بود سوزش
در اینجا اولاً اشاره به مزه تلخ چوب این گیاه می کند از نظر گیاهشناسی کاملاً درست و حایز اهمیت است. دوم اینکه نظامی می گوید تلخی و سوزناک بودن عود، شیرین است و به این نکته علمی اشاره می کند که گرچه عود، سوز و تلخی دارد ولی سوز و تلخی آن در مقابل خواص دارویی ارزشمندش، شیرین و گوارا و حتی به جان خریدنی است! می دانیم عود با نام علمی *Aleoxylum agallochum* گیاهی از تیره پروانه داران است که از نظر طب سنتی کاربرد دارویی داشته و ابن سینا در کتاب دوم قانون درباره آن می گوید: بازکننده بند آمده هاست و مالیدن آن بر اعصاب، عصب را تقویت می کند، برای مغز و حواس بسیار مفید است و برای قلب شادی آور و توانبخش است و خوردن ۱/۵ درهم آن معده و کبد را توانا می کند.

ریحان

خواص درمانی مهم ریحان با آوردن تشبیه زیبایی در یک بیت از مخزن الاسرار معرفی شده است:

عقل ز بسیار خوری کم شود دل چو سپرغم سپرغم شود

در اینجا نظامی اسپرغم یا ریحان را اسپرغم دانسته و خاصیت درمانی آن را بازگو کرده است: می‌دانیم ریحان با نام علمی *ocimum basilicum* که به معنای سبزی سلطنتی است و در زبان عربی به آن سلطان الریاحین هم گفته‌اند، از سبزیهای خوردنی است که خواص درمانی فراوانی دارد و از جمله اینکه دمکرده آن برای رفع غم و اندوه و معالجه نوراستنی داروی شفابخشی است و این همان چیزی است که نظامی با به کار بردن ترکیب اسپرغم به زیباترین صورت آن را توصیف کرده است.

اشک مو

حکیم نظامی در مخزن الاسرار با آوردن تشبیهی زیبا، اشک مو را به عنوان یکی از مهمترین داروهای چشم پزشکی سنتی ایران به طور مستتر معرفی می‌کند و می‌فرماید:

گل که نو آمد همه راحت دروست خار کهن شد که جراحات دروست
از نوی انگور بود توتیا وز کهنی مار شود ازدها

در این بیت، منظور نظامی از انگور نو، درخت انگور در حالت بهار و نو شدن است و به عبارت دیگر در فصل نو شدن طبیعت که انگور هم نو و تازه می‌شود.

می‌دانیم در فصل بهار و تابستان هنگامی که شاخه‌های درخت مو را قطع می‌کنند از قسمتی که به درخت متصل است، در مقطع برش مایعی بیرنگ، بیبو و بیطعم خارج می‌شود که گریه یا اشک مو نام دارد و برای درمان ورم پلک و ورم ملتحمه و رفع بیماری *pterygium* یا ناخنک چشم مفید است و بنا به پیشنهاد اطبای قدیم برای معالجه بیماریهای چشمی فوق می‌توان اشک مو را به طریقه‌ای تمیز تهیه کرد و در چشم چکاند و حکیم نظامی هم این خواص را با به کار بردن کلمه توتیا بخوبی بیان کرده است.

جیوه

ارزشمند بودن جیوه و کاربرد درمانی آن در ساقی‌نامه‌ای در اواخر شرفنامه معرفی

شده است:

بیا ساقی آن زبوق تافته به شنگرف کارش عمل یافته
بده تسا در ایوان بارش برم چو شنگرف سوده به کارش برم
می دانیم سنگ زبوق یا جیوه هم رنگ شنگرف است.

در اینجا نظامی به کاربرد شنگرف سوده و جیوه تافته یعنی گرم شده اشاره می کند و آن را از نظر دارودرمانی آنقدر ارزشمند می داند که می خواسته آن را در ایوان بار پادشاه به کار برد. با مراجعه به کتاب دوم قانون ابن سینا می بینیم که جیوه از نظر طب سنتی پر اهمیت بود. به طوری که آن را علاج بیماری گری یا گال Scabie می دانستند و برای مداوای زخمها و قرچه ها سودمند می گفتند. همچنین شنگرف را نیز برای درمان زخمها و سوختگیها و جرب خشک به کار می بردند و آن را بر طرف کننده خورۀ دندان می دانستند.

بنابر این می بینیم نظامی گیاهان دارویی را به صورتهای گوناگون ستوده است، همچنین در پایان کتاب خسرو و شیرین بیتی وجود دارد که نظامی با استناد به آیه مبارکه... و رزقناهم من الطیبات... هر رُستنی و بیخ گیاهی را یک داروی خداداد می داند که شناسایی آنها نیاز به چشمان بصیر و آگاه دارد:

چو عیسی هر که دارد توتیایی زهر بیخی کند دارو گیایی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

۴ - معاینه بیمار در شعر حکیم نظامی

حکیم نظامی طریقه معاینه بیمار را به وسیله گرفتن نبض و دیدن قاروره ادرار توضیح می دهد. می دانیم قاروره شیشه کوچک و مدوری بوده که به شکل مثانه می ساختند و بیمار در آن ادرار می کرد و به نزد پزشک می برد. جالب توجه آنکه نبض و قاروره به عنوان دو تدبیر تشخیصی لازم و ملزوم در شعر نظامی به کار برده شده است. در لیلی و مجنون آمده است:

قاروره شناس نبض بفشرد قاروره شناخت رنج او برد
یا در هفت پیکر از زبان مغیلا می گوید:

نبض و قاروره را چنان دانم کافت تب ز تن بگردانم
و یا در اقبالنامه آمده است:

ز قاروره و نبض جستند راز نشیننده را رفتن آمد فراز
در اقبالنامه دو بیت وجود دارد که نحوه گرفتن نبض و کاربرد آن را بیان می کند:
پس آنگاه زد بوسه بر دست شاه بمالیدش انگشت بر نبضگاه
چو اندازه نبض دید از نخست نشان از دلیلی دگر باز جست
حکیم نظامی در بیتی از خسرو و شیرین به این حقیقت علمی اشاره می کند که
پزشک در هنگام بیماری نمی تواند نبض خود را بگیرد و تشخیص دهد:

طیب از چند گیرد نبض پیوست به بیماری به دیگر کس دهد دست

۵- نحوه درمان صحیح و خصوصیات درمانگر از نظر نظامی

نظامی درمانگری و طبابت را در دست افراد دانا، صحیح می داند و دانایی را از
خصوصیات اولیه پزشک می شمارد و در خسرو و شیرین می گوید:

زدانان سلامت بهر گردد علاج از دست نادان زهر گردد

نظامی درمان صحیح را منوط به تشخیص بیماری می داند، که در صورت تشخیص
درست، دارو دادن سهل است. به طوری که از زبان بلقیس در هفت پیکر خطاب به
سلیمان پیامبر آمده است:

درد او را دوا شناختنیست چون شناسی علاج ساختنیست

حکیم نظامی درمان بموقع و سریع را لازم دانسته و آن را گوشزد می کند و می گوید
علاج نابهنگام و دیر سودی نخواهد داشت:

بینایی دیده چون بریزد از دادن توتیا چه خیزد

چون سیل خراب کرد بنیاد دیوار چه کاهگل چه فولاد

چون گرگ بره زمیش بر بود فریاد شبان کجا کند سود

۶- حالات فرد بیمار و چگونگی عارض شدن بیماری بر بدن در شعر نظامی

حکیم نظامی پیدایش ناخوشی و بیمار شدن بدن را با تشبیهات زیبا توصیف کرده و
در لیلی و مجنون می گوید:

راحت زمزاج رخت بر بست قرآبه اعتدال بشکست
و یا در اقبالنامه می گوید:

چو آمد زبابل سوی شهر زور سلامت شد از پیکر شاه دور
به مستی در آمد تک بارگی زطاعت فرو ماند بیکبارگی
حکیم نظامی حالت روحی و خلقی بیمار را بدرستی وصف می کند و می گوید که فرد بیمار به خوشیهای جهان هیچ تمایلی ندارد:

تندرستی و ایمنی و کفاف این سه مایه است و آن دگر همه لاف
تن چو پوشیده گشت و حوصله پر در جهان گونه لعل باش و نه دُر
در خسرو و شیرین آمده است که شخص بیمار از زنده بودن و زندگی کردن سیرو روی گردان است:

در آمد کار اندامش به سستی به بیماری کشید از تندرستی
چو روزی چند بر وی رنج شد چیر تن از جان سیر شد جان از جهان سیر
نظامی به این نکته اشاره دارد که اندیشه و فکر فرد بیمار دقیق نیست و لذا نمی تواند تصمیمات بزرگ و جدی بگیرد و در خسرو و شیرین می فرماید:

چو بر تن چیره گردد دردمندی فرود آید سهی سرو از بلندی
نشاید کرد خود را چاره کار که بیمارست رأی مرد بیمار
سخن در تندرستی تندرستست که در سستی همه تدبیر سستست
شکسته شدن مقاومت بدن در برابر بیماری و محصور شدن کامل در مریضی در شعر نظامی جانفرسا معرفی شده است و در خسرو و شیرین می گوید که در این حال بازگشت سلامت بدشواری صورت خواهد گرفت.

همی تا پای دارد تندرستی زسختیها نگیرد طبع سستی
چو بر گردد مزاج از استقامت بدشواری به دست آید سلامت
توصیف وضعیت بیمار در شب و در دسترس نبودن امکانات درمانی به هنگام شب بخوبی در دو بیت از خسرو و شیرین بیان شده است:

خوشت این داستان در شأن بیمار که شب باشد هلاک جان بیمار

بود بیماری شب جان سپاری ز بیماری بتر بیماری داری

۷ - آبستنی و چگونگی تشکیل جنین انسان

حکیم نظامی تشکیل جنین را که در اثر نزدیکی مرد و زن صورت می‌گیرد توضیح می‌دهد و به این نکته مهم علمی اشاره می‌کند که برای تشکیل نطفه یا zygot وجود مرد و زن هر دو لازم است و از پیوستن دو سلول زنده، سلول واحدی به وجود می‌آید که این نکته جدید علمی را او در آن زمان با به کار بردن عبارت (رسیدن جانی به جانی) بیان کرده است، در بیان زفاف خسرو و شیرین آمده است:

خندنگ غنچه با پیکان شده جفت به پیکان لعل پیکانی همی سفت

شده چسبیر میانی بر میانی رسیده زان میان جانی به جانی

چکیده آب گل در سیمگون جام شکر بگداخته در مغز بادام

بسته شدن نطفه به عنوان نقطه آغاز حاملگی و زایمان با آوردن یک تشبیه زیبا در بیتی از خسرو و شیرین گفته شده است:

زناشویی بهم خورشید و مه را رحم بسته به زادن صبحگه را

همچنین در یک بیت از خسرو و شیرین به آفرینش انسان از نطفه اشاره شده است:

گه از خاکی جو گل رنگی بر آرد گه از آبی چو ما نقشی بر آرد

به دوره نه ماهه حاملگی در شرفنامه اشاره شده است:

چون مه بر آمد بر آبستنی به جنبش در آمد درگ رستنی

و یا:

چون ماه شد کان گوهر گشاد جهان بر گهر گوهری نونهاد

در سوگندنامه اسکندر در اواخر اقبالنامه نیز به آفرینش انسان از نطفه اشاره شده است:

کفی خاکم و قطره‌ای آب سست ز نر ماده‌ای آفریده نخست

۸ - دستورات طبی برای حفظ سلامتی و توصیه‌های بهداشتی و غذایی

گروه عمده‌ای از ایات طبی حکیم نظامی حاوی توصیه‌های طبی برای حفظ تندرستی و دستورات بهداشتی و غذایی برای زندگی سالم است که بترتیب آنها را

می آوریم:

نکوهش پر خوری

در این مورد حکیم نظامی شدیداً پر خوری را زیانبار می داند و مثلاً در مخزن الاسرار می گوید:

کم خورو بسیاری راحت نگر بیش خور و بیش جراحی نگر
گر به خورش بیش کسی زیستی هر که بسی خورد بسی زیستی
عقل زیسار خوری کم شود دل چو سپر غم سپر غم شود
و یا در خسرو و شیرین کم خوری را مایه طول عمر و سلامت می داند و می گوید:

اگر خواهی جهان در پیش کردن شکم واری نخواهی بیش خوردن
جهان زهرست و خوی تلخناکش به کم خوردن توان رست از هلاکش
همچنین در خسرو و شیرین پر خوری را موجب بیماری و نیاز به دارو می داند و آن را سرزنش می کند:

مشو پر خواره چون کرمان در این گور به کم خوردن کمر در بند چون مور
ز کم خوردن کسی را تب نگیرد ز پر خوردن به روزی صد بمیرد
حرام آمد علف تا ساج کردن بدارد طبع را محتاج کردن
چو گلبن هر چه بگذاری بختند چو خوردی گر شکر باشد بگند
چون باشد خوردن نان گلشکروار نباشد طبع را با گلشکر کار
در بیت بالا همچنین از گلشکر به عنوان یک ترکیب دارویی نام برده شده است و می دانیم که گلشکر ترکیبی بوده است، از شکر و گلبرگهای گل سرخ که در طب سنتی آن را مقوی قلب می دانستند. در لیلی و مجنون برای نکوهش پر خوری تشبیهات زیبایی به کار رفته است:

آب ارچه همه زلال خیزد از خوردن پرملال خیزد
حلوا که طعام نوش بهرست در هیضه خوری به جای زهرست
در هفت پیکر نیز زیاده خوری را نکوهش و آن را صفتی بهیمی و خلاف درجه انسانی

ذکر می‌کند:

آدمی نژی علف خوار است از پی زیرکی و هشیاریست
 سگ بر آن آدمی شرف دارد که چو خر دیده بر علف دارد
 به که دندان کنی ز خوردن پر تا گرامی شوی چو دانه دُر
 شانہ کورا هزار دندانست دست درویش هر کسی زانست

در شرفنامه بوضوح پر خوری را موجب ناراحتیهای گوارشی معرفی می‌کند:

به بسیار خواری نیارم بسیج که بزنی دهد ناف را پیچ پیچ
 در اقبالنامه نیز افراط در غذا خوردن را نهی می‌کند و آن را باعث انواع بیماریها می‌داند:

ز سیری مباش آنچنان شاد کام که از هیضه زهری در افتد به جام
 به گنجینه‌ای مفلسی راه برد بیفتاد و از شادمانی بمرد
 کسی کو شکم بنده شد چون ستور ستوری برون آید از ناف گور
 ز کم خواری کم شود رنج مرد نه بسیار مانند آنکه بسیار خورد
 همیشه لب مرد بسیار خوار در آروغ بد باشد از ناگوار
 چو شیران به اندک خوری خوی گیر که بد دل بود گاو بسیار شیر
 گر از پشت گوران ندارم کباب ز گور شکم هم ندارم عذاب
 چو از نان طبلی تهی شد تنم چو طبل از تپانچه خوری نشکنم

نظامی رستگاری انسان را در کم خوردن می‌داند و می‌گوید:

در دو چیزست رستگاری مرد آنکه بسیار داد و اندک خورد
 هر که در مهتری گذارد گام زین دو نام آوری بر آرد نام
 هیچ بسیار خوار پایه ندید هیچ کم ده به پایگه نرسید
 گرت صد گنج هست اریکدرم نیست نصیبت از جهان جز یک شکم نیست
 نظامی بسیار خوردن و افراط در خوراک را برخلاف اندیشه و عقل انسانی می‌داند و می‌گوید:

عقل تو با خورد چه بازار داشت حرص ترا بر سر این کار داشت

حرص ترا عقل بدان داده اند کان نخوری کت نفرستاده اند
پر شده گیر این شکم از آب و نان ای سبک آنگاه نباشی گران
نظامی پر خوری را باعث ازمان و طولانی شدن و عدم بهبود بیماری می داند:
بسایماری کز بسیار خواری بماند سالها در رنج و زاری
حکیم نظامی برای کم غذایی و گرسنگی یا همان روزه گیری ارزش درمانی قایل
است و می گوید:

بس گرسنگی که سستی آرد درهاضمه تندرستی آرد
نظامی کم خوری را باعث روشنی جان خردمند ذکر می کند:
خومبر از خود بیکبارگی خورده نگهدار به کم خواری
شیر ز کم خوردن خود سرکشست خیره خوری قاعده آتشت
روز به یک قرصه چو خرسند گشت روشنی جان خردمند گشت
شب که صبحی نه بهنگام کرد خون زیادش سیه اندام کرد

اعتدال در خوراک

حکیم نظامی همواره توصیه به اعتدال در غذا خوردن کرده و ابیات فراوانی بدین منظور به کار برده است. او در خسرو و شیرین با آوردن داستان جالبی این موضوع را گوشزد می کند:

طیبی در یکی نکته نهفته است خدا آن نکته را با خلق گفته است
بیا شام و بخور خوردی که خواهی کم و بسیار نه کازد تباهی
ز بسیار وز کم بگذر که خامست نگهدار اعتدال اینست تمامست
دو زیرک خوانده ام کاندردیاری رسیدند از قفا بر چشمه ساری
یکی کم خورد کاین جان می گزاید یکی پر خورد کاین جان می فزاید
چو بر حد عدالت ره نبردند ز محرومی و سیری هر دو مردند

و یا در جای دیگری از خسرو و شیرین می گوید:

مخور چندان که خرما خار گردد گوارش در دهان مردار گردد

چنان خورک‌های ضرورت‌های حالت حرام دیگران باشد حلال است
در لیلی و مجنون اعتدال در غذا خوردن را موجب سازگاری و آرامش و اکنشهای
بدن انسان می‌داند:

در هر چه از اعتدال یاریست انجامش آن به سازگاریست
در هفت پیکر نیز اندازه و اعتدال نگهداشتن در خوراک توصیه شده و با آوردن
مثالی آن را توضیح می‌دهد:

چون خورش خورده شد به اندازه شد طبیعت به پرورش تازه
تشنه گرم دل ز شربت سرد خورد بر قدر آنکه شاید خورد
در اقبالنامه نیز آیات زیبایی در سفارش به اعتدال غذا خوردن به کار رفته است:
چنان خور تر و خشک این خوردگاه کز اندازه طبع داری نگاه
نه بسیار خواریم چون گاو و خر نه لب نیز بر بسته از خشک و تر
خوریم آن قدر مایه از گرم و سرد که چندان دیگر توانیم خورد

آداب غذا خوردن صحیح

حکیم نظامی اندرزهای طبیعی مفیدی در مورد چگونگی و زمان غذا خوردن بیان
کرده است مثلاً در اقبالنامه می‌گوید:

به وقت خورش هر که باشد طیب بپرهیزد از خوردهای عجیب
در اقبالنامه در مورد آداب آشامیدن آب آمده است:

همان تشنه گرم را آب سرد پیایی نشاید بیکباره خورد
مخور آب نا آزموده نخست به دیگر دهانی کن آن باز جست

در لیلی و مجنون به این نکته مهم اشاره می‌کند که غذا را باید هنگام غالب بودن
اشتها و گرسنگی خورد و از خوردن به هنگام سیری و پری معده خودداری کرد:

بازی که نشد به خورد محتاج رغبت نکند به هیچ دراج
خشکار گرسنه را کلیجست با سیری نان می‌دهد هیچست
چون طبع به اشتها شود گرم گاورس درشت را کند نرم

حکیم نظامی مصرف زیاده از حد نمک را سرزنش کرده و در خسرو و شیرین می‌گوید:

خورشها را نمک روتازه دارد نمک باید که نیز اندازه دارد
چراغ ارچه ز روغن نور گیرد بسا باشد که از روغن بمیرد
دریستی از اقبالنامه به خوردن غذاهای سازگار با طبع انسانی سفارش شده است:
زهر طعمه‌ای خوشگواریش بین حلاوت مبین سازگاریش بین
نظامی رعایت بهداشت را شرط اول غذا خوردن و بر سر سفره نشستن می‌داند و در اقبالنامه می‌نویسد:

چو همکاسه شاه خواهی نشست بپیرای ناخن فرو شوی دست
در خسرو و شیرین از یکنواخت خوری نهی شده و توصیه به تنوع در خوراک نموده است:

همه لقمه شکر نتوان فرو برد گهی صافی توان خوردن گهی درد
نظامی از خوردن غذاهای ناسازگار با هم در یک وعده غذایی نهی کرده است:
چو با سرکه سازی مشو شیر خوار که با شیر سرکه بود ناگوار

راستگویی به پزشک

حکیم نظامی بی‌توجهی به بیماری را نهی می‌کند و برای حفظ تندرستی مراجعه به پزشک و راست گفتن به او در مورد بیماری را لازم می‌داند و در خسرو و شیرین می‌فرماید:

چو می‌خواهی که یابی روی درمان مکن درد از طبیب خویش پنهان

تشویق به پرهیز

نظامی پرهیز ار به عنوان یک دستور بهداشتی و طبی برای سلامتی آدمی در همه حال ضروری می‌داند و در لیلی و مجنون می‌گوید:

پرهیز نه دفع یک گزندست در راحت ورنج سودمندست
در راحت از وثبات یابند و زرنج بد و نجات یابند

تشویق به کار و فعالیت

حکیم نظامی کار و فعالیت و ورزش را برای سلامتی و سرشت انسانی سودمند می‌داند و در ابیات متعددی از آن نیکی یاد می‌کند و مثلاً در هفت پیکر می‌گوید:

کار کن زانکه بهتر بوده به سرشت کار و دوزخ ز کاهلی و بهشت
در شرفنامه کوشش را باعث استواری جان و سلامتی می‌داند:

بکوشیم کوشیدنی مردوار رگ جان به کوشش کنیم استوار
در اقبالنامه عدم کار و فعالیت را موجب افسردگی و بیماری و پژمردگی می‌داند:

به کار اندر آی این چه پژمردگیست که پایان بیکاری افسردگیست
نظامی همچنین بیکاری و غفلت از کار را نشانه دیوانگی می‌داند:

دوران که نشاط فریبهی کرد پهلو ز تهی روان تهی کرد
افسرده کسیست مرد بیکار خرپشت بدیده بار بی بار
غافل بودن نه ز فرزانگیست غافلی از جمله دیوانگیست

نکوهش خواب و تنبلی

در شرفنامه از خواب و غفلت به عنوان پایه نابخردی نام برده شده است:

بخسبید شبانروزی از بیخودی که خوابست بنیاد نابخردی
در اقبالنامه میزان خواب طبیعی و درست را چنین توضیح می‌دهد:

نباید غنودن چنان بیخبر که ناگاه سیلی درآید به سر
نه بودن چنان نیز بی خواب و خورد که تن ناتوان گردد و روی زرد

نکوهش افراط در شهوت

شهوت‌انگیزی و افراط در شهوت شدت در اشعار نظامی محکوم و تقبیح شده

است. در هفت پیکر آمده است:

نخورد زرق کیمیا سازان نپذیری فریب طننازان

در خسرو و شیرین شهوت را خلاف عقل و موجب عقوبت معرفی می کند:

به شهوت ریزه ای کز پشت راندی عقوبت بین که چون بر پشت ماندی

در این پشته منه بر پشت باری شکم واری طلب نه پشت واری

بصنین و سترون بین که رستند که بر پشت و شکم چیزی نبستند

گرت عقلیست بی پیوند می باش بدانچست هست ازو خرسند می باش

در مخزن الاسرار هوس بازی و به دنبال هوی و هوس رفتن تقبیح شده است و با تشبیه زیبایی می گوید:

لعبت نه رینخ شد این گوی زرد چون زن حایض پی لعبت مگرد

بیشترین آیاتی که نظامی در نکوهش شهوت گفته است در اقبالنامه قرار دارد و از آنجایی که اقبالنامه را توسط پسرش به نزد ملک عزالدین سلجوقی فرستاد، شاید قصد نصیحت پسرش را داشته است، به هر حال در اقبالنامه می گوید:

مریز آب خود را در این تیره خاک کزین آب شد آدمی تابناک

در این قطره آب ناربخته بسی خرمیهاست آمیخته

بچندین کنیزان وحشی نژاد مده خرمن عمر خود را به باد

در جای دیگر از اقبالنامه تمتع و شراب را دو عامل زوال عقل و اندیشه معرفی می کند:

کسی کوبه خود بر توان داشتن ز طبع آرزوها نهان داشتن

نکردی تمتع نخوردی نبید کزین هر دو گردد خود ناپدید

ز گرد آمدن سر در آید به گرد چو سر بایدت گرد آفت مگرد

باز در اقبالنامه پر خوری و شهوت را مایه ناسلامتی ذکر می کند:

دو آمنه بود شاه را همنقش که درویش را نیست آن دسترس

یک آفت ز طباخه جری دست که سه را کند چرب و شیرین پرست

دگر آفت از جفت زیبا بود کز و آزمودناشکیبا بود

از این هر دو شه را نباشد بهی که آن پر کند طبع و این تن نهی
نظامی در اقبالنامه با یادآوری مرگ و سفر آخرت، انسان را از لهو و شهوت بر حذر
می‌دارد و در خود نامه سقراط می‌گوید:

مده تن به آسانی و لهو و ناز مفر بین و اسباب رفتن بساز

توصیه به ازدواج صحیح

نظامی ازدواج را امری طبیعی و لازم می‌داند و با تشبیه زیبایی می‌گوید:

می آن بهتر که با گل جام گیرد که هر مرغی م جفت آرام گیرد

چو بر گردن نباشد گاو را جفت به کار آهن که داند خاک را سفت

نظامی در اقبالنامه ازدواج صحیح را از بیان استاد ارشمیدس خطاب به
ارشمیدس می‌گوید:

یکی جفت تنها تو را بس بود که بسیار کس مرد بیکس بود

از آن مختلف رنگ شد روزگار که دارد پدر هفت و مادر چهار

چو بیکرنگ خواهی که باشد پسر چون دل باش یک مادر و یک پدر

نکوهش کفش تنگ

نظامی در بیتی از خسرو و شیرین پوشیدن کفش تنگ را مضر دانسته و با آوردن یک
تعییل بجا و زیبا عوارض این کار را شرح داده و توصیه بهداشتی خود را بیان کرده
است:

برون کش پای از این پا چیلۀ تنگ که کفش تنگ دارد پای را لنگ

پرهیز از خاراندن بیجا و زیاد

نظامی در یک بیت از خسرو و شیرین خاراندن را برای بیماریهای پوستی مضر
می‌داند:

به اول دست را خارش خویش افتد به آخر دست بر دست آتش افتد

پرهیز از خاراندن بیجا و زیاد
نظامی در یک بیت از خسرو و شیرین خاراندن را برای بیمارهای پوستی مضر
می‌داند:

به اول دست را خارش خوش افتد به آخر دست بر دست آتش افتد

پیری و کاهش حافظه در کهولت

حکیم نظامی به این حقیقت طبی اشاره دارد که در اثر پیری سلولهای مغزی دچار
کاستی و فرسودگی می‌شود و قدرت حافظه مغز کاهش چشمگیری پیدا می‌کند:
عقل که شد کاسه سر جای او مقرر کهن نیست پذیرای او
زیبری دگرگون شود رای نغز فراموشکاری در آید به مغز

مرگ به عنوان حکم خداوندی و تسلیم پزشکی در برابر آن

حکیم نظامی بعد از ستایش پزشکان و توضیح بیماریها و معرفی داروها، به عنوان
یک اصل و قانون طبیعت تسکین اطرافیان بیمار به ذکر این حقیقت مسلم می‌پردازد
که مرگ حکم خداوندی است و هیچ پزشکی نمی‌تواند جلوی آن را بگیرد و در
اندرزنامه پایان کتاب خسرو و شیرین می‌گوید:

گرفتم خود که عطار و جودی تو نیز آخر بسوزی گرچه عددی
گر خود علم جالینوس دانی چو مرگ آمد به جالینوس مانی
چو عاجزوار باید عاقبت مرد چه افلاطون یونانی مانی چه آن کرد
همان به کاین نصیحت یاد گیریم که پیش از مرگ یک نوبت بمیریم

در اقبالنامه هم باز یادآوری شده که مرگ را دارویی در کار نیست:

دوا گر بود جمله آب حیات وفا چون کند چون در آید وفات
طیب ار چه داند مداوا نمود چو مدت بانداز مداوا چه سود

در اواخر اقبالنامه همین مطلب را در وصیتنامه اسکندر می‌بینیم:

سر آمد به بالین چو تن گشت سخت نیاید به بالین سر تندرست
 پزشکی که او چساره جان کند چو در مانده بیند چه درمان کند
 بجز مرگ هر مشکلی را که هست به چاره‌گری چاره آمد به دست
 ز هر دانشی دفتری خوانده‌ام چو مرگ آمد آنجا فرو مانده‌ام
 و از زبان اسکندر می‌گوید که طلب علاج کردن از پزشکان در هنگام عارض شدن
 مرگ بیهوده است و باید خداوند در این مورد حکم کند:

دگر باره گفت این سخن هست باد درین درد از ایزد توان کرد یار
 جهاندار گستا از این در گذر که آمد مرا زندگانی به سر
 به فرمان من نیست گردان سپهر نه من داده‌ام گزندش ماه و مهر
 چو آمد کنون ناتوانی پدید به دیگر کده رفت باید کشید
 ز دوزخ مشو تشنه را چاره جوی سخن در بهشتست و آن چا جوی
 دعا را به آمرزش آور به کار مگر رحمتی بخشد آمرزگار
 نظامی در اقبالنامه می‌گوید که مرگ چون حکم خداوندی است، بنابراین پزشکان
 در مقابل آن ضعیف‌اند و خداوند به هنگام مرگ هر علایمی را از پزشکان مخفی
 می‌کند:

نشاید نشدن مرگ را چاره‌ساز در چاره بر کس نکردند باز
 سب مرگ چون قصد مردم کند علاج از شناسنده پی گم کند
 ذکر این نکته حایز اهمیت است، که اگر چه تشبیهات و استعارات زیبای
 حکیم نظامی ممکن بود مفاهیم دیگری را نیز از نظر ادبی در برداشته باشد ولی در
 این مقاله منحصرأ از دیدگاه پزشکی به آنها نگریسته شده و منظور اصلی حکیم
 نظامی که بیان نکات ارزشمند پزشکی در قالب آنها بوده استخراج گردیده است.