



آیت الله حسین نوری



# درد راه ریشه کن ساختن فقر

فاجعه بزرگ بشریت

## بررسی گرسنگی از دیدگاه علم

در قسمت های پیشین این سلسله بحث ها پیرامون مفاسد و تباهی های ناشی از سیستم سرمایه داری به شیوه غربی ، و سیستم های اقتصادی تابع آن سخن گفتیم و تعدادی از این مفسدها را بطور فشرده مورد بحث و بررسی قرار دادیم و در ضمن تصویری که از اوضاع حاکم بر جوامع تحت سلطه سرمایه داری ارائه دادیم به طرح مسائلی پیرامون "فقر ملت های تحت استعمار و استثمار"

که امپریالیسم و سیستم اقتصادی آن ، بر آنها تحميل کرده است ، پرداختم . و در طرح و بررسی این مسائل ، برای انعکاس گوشه ای از این مصیبت عظیم یا فاجعه " بزرگ بشری موضوع " گرسنگی " را مورد بحث قرار دادیم اکنون لازم است انواع و اشکال گرسنگی و عوارض و عواقب شوم آنرا در جامعه بشری بتوفیق خداوند متعال بازنگری و بررسی کنیم تا به عمق و اهمیت تعالیم حیات بخش اسلام که کوشش دامنه دار و نجات بخشی را برای از بین بردن " فقر " این مصیبت بزرگ بشریت بکار برده

است ، بهتر و بیشتر بشناسیم . چنان که می دانیم ، پدیده " دهنه " گرسنگی " ، از دیدگاه اهل تحقیق پژوهشگران مسائل انسانی و اجتماعی دو نوع تقسیم می شود ، و هر نوع آن دیدگاه های گوناگونی مورد بحث و چاره جویی و راه حل یابی قرار می گیرد نوع اول گرسنگی ، که نوع شناخته آن نیز هست ، و عامه مردم ، غالباً همان را به عنوان پدیده و مساله " گرسنگی " می شناسند ، عبارت از گرسنگی آشکار یا " گرسنگی کمی " است . در این

گرسنگی، که غالباً در قحطی‌ها و خشکسالی‌ها و جنگ‌های خانمانسوز بروز می‌کند، مساله به عنوان سد جوع مطرح است. یعنی در این نوع گرسنگی، گروهی از مردم، از عدم دسترسی به قوت لایموت رنج می‌برند و بسیاری از آنان، بر اثر نداشتن ابتدائی‌ترین مواد سیرکننده رو به مرگ می‌روند.

اما در نوع دوم گرسنگی، که عامه مردم با آن آشنا نیستند و به همین جهت آن را "گرسنگی مخفی" هم نامیده‌اند، مساله نه از دیدگاه کمیت و حداقل نان شکم سیرکن، بلکه از نظر کیفیت مطرح است. یعنی در این نوع گرسنگی، مساله این نیست که شکم مردم خالی می‌ماند، مساله این نیست که انسانها از فرط گرسنگی رو به ضعف و لاغر می‌شوند و می‌گذارند و سلول‌هایشان به شدت فرسوده و منحل می‌شود. بلکه مساله این است که مردم شکم خود را سیر می‌کنند، حتی در مواردی از چند نوع غذای گوناگون هم بهره‌مند می‌شوند، ولی با این حال باز هم گرسنه‌اند!

چرا؟ برای اینکه آنچه آنها می‌خورند، فاقد مقدار زیادی از مواد حیاتی و لازمی است که برای بدن انسان و تأمین نیازهای او ضرورت دارد. و همین فقدان مواد لازم در غذاهای انسان است که امروزه به صورت شایع‌ترین پدیده یعنی: "گرسنگی کیفی" در جهان مطرح است و میلیونها انسان را به تدریج قربانی می‌کند و سلامت و زندگی آنها را مورد تهدید جدی قرار می‌دهد.

بنابراین اگر امروزه گفته می‌شود که بیش از دو سوم مردم جهان یا بالغ بر ۸۵ درصد انسانهای روی زمین گرسنه‌اند که به حدود ۳ میلیارد نفر نزدیک می‌شود، منظور آن نیست که نزدیک ۳ میلیارد نفر قوت لایموت

ندارند و شب‌ها با شکم گرسنه سر به بالین می‌نهند. بلکه منظور آن است که حدود ۳ میلیارد نفر از مردم دنیا، غذایی می‌خورند که مواد لازم و حیاتی مورد نیاز بدن آنها، در آن وجود ندارد. و همین نوع گرسنگی کیفی و نیرویی، و به عبارتی همین گرسنگی مخفی است که امروزه بلای عظیم جوامع انسانی و فاجعه بشریت شناخته شده است.

### سه گروه ماده حیاتی و مورد نیاز انسان

بطوری که پیش از این هم گفتیم، بر اساس محاسبات اهل تحقیق حدود ۴ ماده اساسی مهم، برای تأمین احتیاجات و حفظ تعادل کامل دستگاه بدن انسان، ضرورت قطعی دارد که تمام آنها نیز تنها از راه تغذیه صحیح و کامل می‌تواند به بدن برسد. در توضیح بیشتر این مطلب، باید گفت که پژوهشگران، این ۴ ماده مهم و حیاتی را، در سه گروه بزرگ و عمومی دسته بندی کرده‌اند، که هر کدام شامل چندین ماده غذایی است که در دهها و صدها شکل از اشکال خوراکی‌های انسان وجود دارد. البته به شرطی که انسان، به این نوع خوراکی‌ها دسترسی داشته باشد.

سه گروه ماده غذایی مورد نیاز انسان عبارتند از: مواد پروتئینی، مواد معدنی، و انواع ویتامین‌ها. اینها هستند که مواد اصلی و اساسی مورد نیاز انسان را تشکیل می‌دهند، و اینها هستند که در صورت فقدان و یا کمبودشان، انسان دچار گرسنگی کیفی می‌گردد و سلامت و زندگی‌اش مورد تهدید قرار می‌گیرد و آسیب‌پذیری می‌شود. پس انسان برای آن که به طور کامل و طبیعی زندگی کند، و تعادل و نیروی کامل و لازم برای کار و حفظ و ترمیم دستگاه بدن یا ماشین انسانی خود را داشته باشد، باید باین سه گروه ماده حیاتی دسترسی داشته باشد و آنها را مورد استفاده قرار دهد. و هر گاه حتی یکی از این مواد سه گانه به بدن انسان نرسد، باید گفت که چنین انسانی، به غذای

کامل و مورد نیاز خود دست نیافته، و در واقع یک "انسان گرسنه"، و قربانی سیستم‌های اقتصادی حاکم و استعمار و استثمار ناشی از آنها است.

برای آن که بدانیم این نوع گرسنگی، چگونه چنگال مخوف خود را در جسم و جان انسانهای جهان امروز فرو کرده است و چگونه عصاره سلامت و حیات آنها را می‌مکد، و نیز برای آن که بصورت واضح‌تری با اشکال و ابعاد این نوع از گرسنگی آشنا شویم، لازم است که بحث کوتاهی در باره این مواد سه گانه داشته باشیم.

به عبارت دیگر، ابتدا باید بدانیم آن کدام مواد غذایی و حیاتی است که برای حفظ تعادل و تأمین نیروی کار و ترمیم بدن انسان ضرورت دارد، تا بعداً مساله کمبود و یا حتی فقدان کامل این مواد را در زندگی انسان امروز بهتر بشناسیم. زیرا مادامی که این مواد و نقش و تأثیر آنها را در زندگی انسان شناخته باشیم، از یک سو متوجه خواهیم شد که اکثریت مردم دنیا از کدام مواد غذایی لازم و حیاتی محرومند و از کدام گرسنگی رنج می‌برند، و از سوی دیگر اساساً واقعیت وجود چنین گرسنگی دهشتناکی را درک خواهیم کرد.

در این قسمت از بحث خود، تا جایی که در حوصله این مقالات باشد، راجع به این مواد سه گانه حیاتی، و نقش و تأثیر آنها در زندگی انسان بحث می‌کنیم، تا موضوع گرسنگی در جوامع امروز بشری، از دیدگاههای روشن‌تری مطرح شده باشد.

### پروتئین چیست و چگونه تهیه می‌شود؟

یکی از مسائل مهم و اساسی که فقدان یا کمبود آن، در "گرسنگی کیفی" مطرح است، عبارت از نقصان یا فقدان مواد پروتئینی در غذای انسان است. با آن که پروتئین‌ها، عناصر اصلی و اساسی ساختمان "پروتئولاسای زنده" را در گستره حیات تشکیل می‌دهند و لذا در واقع می‌توان آنها را ماده اصلی

حیات نامید ، باز هم با کمال ناسف باید اعتراف کرد که بدبختانه عمومی ترین و شایع ترین اشکال نقصان مواد غذایی در گرسنگی کیفی ، نقصان همین مواد پروتئینی در غذای انسان ها است .

ابتدا باید دانست که اصولا پروتئین ها چیستند ، و چگونه و در کجا پیدامی شوند و چگونه در دسترس انسان قرار می گیرند ؟ پاسخ این است که پروتئین ها ، یک دسته از مواد شیمیایی ، با ترکیبی پیچیده هستند ، که در وهله اول در انواع گیاهان تولید و یافت می شوند . بدین صورت که گیاهان ، با بکار بردن ازت خاک و کربن هوا و سایر عناصر محیط ، و نیز با استفاده از انرژی نیروبخش نور آفتاب ، این دسته مواد شیمیایی را تهیه و تولید می کنند ، و البته این تنها گیاهان هستند که از چنین امکان خداداد ، و این معجزه " خلاقه‌ی گسه کوشه‌ی کوچک از معجزات الهی در عرصه آفرینش و حیات است ، برخوردار هستند ، سواً گیاهان ، دیگر هیچ موجودی در طبیعت ، قادر به چنین کاری نیست ، و لذا ، چون انسان و حیوانات ، با وجود برخوردارگی از یک زندگی فعال تر و پرتحرک تر ، قدرت خلق مواد زنده به وسیله مواد غیر آلی را ندارند ، همیشه برای ادامه زندگی ، تابع دنیای نباتات هستند .

از همین روست که گفته می شود : انسان تنها در جایی زندگی می کند که دارای پایگاه زندگی نباتی باشد ، و به عبارت دیگر می توان گفت که انسان همواره باید با گیاه خواری به زندگی ادامه دهد . و این امر با استفاده مستقیم از خوراکی های گیاهی ، و با استفاده غیر مستقیم از طریق تغذیه گوشت حیواناتی که به نوبه خود با گیاهان تغذیه می کنند ، عملی می شود .

به گفته یکی از پژوهشگران : برخلاف آنچه در نظر اول می نماید ، مساحت قابل سکای انسان در نواحی قطبی ، محدود به منطقه زندگی گوزن ها ، یعنی آن گوزن ها ، که به مصرف تغذیه انسانهای قطبی می رسند ،

نیست ، بلکه محدود به مناطقی است که دارای علوفه کافی برای تغذیه گوزن ها باشد ، و در آنجا که عدم تابش آفتاب مانع رشد این گیاهان است ، انسان نمی تواند مسکن کند . ( ۱ )

بدین ترتیب ، چون حیوانات هم از طریق تغذیه گیاهان ، صاحب مواد پروتئینی می شوند ، در نتیجه انسان که هم گیاهان و هم گوشت حیوانات را مورد تغذیه قرار می دهد ، از دو نوع پروتئین استفاده می کند که عبارتند از : پروتئین نباتی و پروتئین حیوانی . اما نکته مهم در اینجا آن است که هر یک از انواع نباتی و حیوانی ، دارای پروتئین مخصوص خود هستند که از نظر ساختمان شیمیایی و مواد ترکیب کننده و " اسیدهای آمینه " موجود در آنها ، با انواع دیگر ، تفاوت دارند . ارزش بیولوژیکی پروتئین بستگی دارد به میزان غنای آن از لحاظ اسیدهای آمینه ، که مصالح ساختمانی ذرات آن را می سازند ، مطالعات جدید دانشمندان هم نشان داده است که لااقل ده نوع اسید آمینه برای تغذیه انسان لازم است که برخی از آنها برای رشد و نمو ، و برخی دیگر برای حفظ سلامت افراد بالغ ضرورت دارد . اما در ساختمان همه پروتئین ها ، تمام اسید آمینه های واجب و لازم ، وجود ندارند ، بلکه معمولاً تنها در آن دسته از پروتئین هایی که ریشه حیوانی دارند ، مثلاً در " گوشت " و " شیر " و " تخم مرغ " می توان تمام این اسید آمینه ها را یافت ، و از همین رو ، این مواد را " پروتئین های کامل " می نامند ، و لیس پروتئین هایی که ریشه نباتی دارند ، تقریباً همیشه از یک یا چند نوع اسید آمینه محرومند و از همین رو آنها را " پروتئین های ناقص " نامیده اند .

بنابراین انسان برای آن که بتواند بطور عادی و طبیعی به زندگی ادامه دهد ، باید همواره مقداری پروتئین حیوانی را در برنامه های غذایی خود مورد مصرف قرار دهد ، بطوری که متخصصان می گویند ، برای حفظ

تعادل کامل یک رژیم غذایی صحیح و نیاز ( و البته این غیر از زندگی های پر مصرف است ) باید همواره تیم پروتئین مورد لزوم را ، از گروه پروتئین حیوانی به مصرف رسانید . اما خوراکی هایی که می توانند این پروتئین های کامل به بدن برسانند ، در همه جا از گران قیمت محصولات محسوب می شوند و به این ترتیب صرف این مقدار پروتئین حیوانی و سایر اسیدهای آمینه مورد لزوم به بدن ، بسیار دشوار می شود . زیرا اکثریت طبقات مردم تا مین هزینه های چنین مواد حیوانی و لازم محرومند . ( ۲ )

برای روشن تر شدن مسأله ، باید گفت طبق تحقیقات متخصصین ، تمام طبقات محروم در سراسر جهان ، اعم از مناطق و غنی ، نوعاً قدرت مالی آن را ندارند این مقدار پروتئین را که لازمه یک تغذیه کامل و واجب ( نه تجملی و پر مصرف ) است به مصرف رسانند .

به همین جهات است که گفته می شود عمومی ترین و شایع ترین اشکال نقصان مواد غذایی در " گرسنگی کیفی " ، همین کمبود مواد پروتئینی در زمان ما و در جامعه بشری امروز است . و البته دشواری مسأله و تقسیم آشکار می شود که بدانیم این کمبود ، عواقب وخیم و شوم دارد ، بطوری که نسل های بشر را بی دریغ تهدید می کند و سلامت جسم و جان آنها را با مخاطرات جدی و اسف انگیزی مواجه می سازد .

که انشاء الله در بحث های آینده ، این موضوع روشن تر خواهد شد . **ادامه دارد**

۱ - ژئوپلیتیک گرسنگی ، صفحه ۲۸  
نقل از کتاب زمین و تحول انسانی .  
۲ - ژئوپلیتیک گرسنگی ، صفحه ۲۹