

## تأثیر تغذیه بر کج‌روی و رفتار مجرمانه با نگاهی به آموزه‌های دین اسلام

فرید محسنی\*

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۰۲/۲۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۰۶/۲۹

### چکیده

تغذیه، علاوه بر تأمین سلامت جسمانی، نقش بسیار مهمی در پیشگیری و مدیریت بسیاری از اختلالات رفتاری، یادگیری و روانی ایفاء می‌نماید که بر شرایط رشد مدار زندگی کودکان و نوجوانان، رفتار آنان در مدرسه، فرآیند مراحل مختلف تحصیل، و رفتار و روحیه بزرگسالان، در ابعاد گوناگون زندگی‌شان، از خانه تا محل کار و جامعه اثر می‌گذارد. از جمله مهم‌ترین وجوه اختلالات رفتار انسانی نیز رفتارهای ضد اجتماعی، انحراف و بزه‌کاری هستند. ارتباط تنگاتنگ تغذیه و عادات غذایی با جنبه‌های مختلف حالات روانی و رفتار انسان، توجه به کیفیت تغذیه، را به‌عنوان یکی از مهم‌ترین رویکردهای مبارزه با رفتارهای ضد اجتماعی و جرم مطرح نموده است. مداخلات تغذیه‌ای در مورد افراد مستعد خشونت و بزه‌کاری، به‌ویژه کودکان، از جمله مؤثرترین راهکارهای این رویکرد، در راستای پیشگیری از بزه‌کاری و کاهش نرخ آن، به شمار می‌آید. عدم موفقیت رویکردهای پیشگیرانه سنتی، در کنار تغییرات چشمگیر عادات غذایی جوامع مختلف، در چند دهه گذشته و گرایش فزاینده به غذاهای محرک و مضر، نشان‌دهنده ضرورت و فوریت به کارگیری این مداخلات است. نوشتار حاضر، رابطه تغذیه با رفتار انسان را، به‌ویژه کج‌روی و بزه‌کاری و چگونگی استفاده از مداخلات تغذیه‌ای، با استفاده از نتایج حاصل از پژوهش‌های به‌عمل آمده و آموزه‌های اسلام در این زمینه بررسی می‌کند و در نهایت مشخص می‌نماید که توجه به تغذیه افراد به‌عنوان عاملی مؤثر در ارتکاب جرم و پیشگیری از آن از نگاه جرم‌شناسی خرد و کلان امری ضروری است که باید در مورد آن برنامه‌ریزی و تقنین صورت پذیرد.

### واژگان کلیدی

تغذیه، کج‌روی و بزه‌کاری، مداخلات تغذیه‌ای، پیشگیری از جرم

## مقدمه

تغذیه، از طریق کلیه مواد مغذی مورد نیاز بدن، برای حفظ سلامتی و برخورداری از زندگی سالم ضروری است. بدین ترتیب، تغذیه عبارت از فراهم آوردن مواد غذایی لازم برای ادامه حیات اندام‌ها و سلول‌های بدن است. برای علم تغذیه، در منابع مختلف، تعاریف گوناگونی ارائه شده اما در علوم طبیعی و پزشکی، تغذیه، به اختصار، «فرایند تأمین و مصرف مواد مغذی لازم برای سلامتی و رشد» تعریف شده است (Nutrition, The Online Medical Dictionary). ولی نکته قابل تأمل این است که آنچه انسان‌ها به عنوان تغذیه مصرف می‌کنند، لزوماً مطابق با ساختار جسمانی و مفید برای آن نیست. رعایت تناسب بین ساختار جسمی و زیستی، و مواد غذایی مورد استفاده برای تداوم حیات، از اهمیت بسزایی برخوردار است؛ چرا که بر ساختار جسمانی و نیز رفتار موجودات اثرگذار است. به همین ترتیب، علاوه بر تغذیه نامناسب، عوامل خطرسازی مانند مواد مخدر، انواع آلاینده‌ها و یا هوای آلوده نیز منشأ تأثیرات آشکار و مهمی بر رفتار انسان بوده و منجر به بروز انواع ناهنجاری‌های رفتاری می‌گردند.

یکی از مهم‌ترین عوارض ناشی از سوء تغذیه و شیوه‌های نادرست در این زمینه، که در کنار بیماری‌های جسمی ناشی از آن، جوامع انسانی را در سطوح فردی و اجتماعی، با مشکلات عدیده و پیچیده مواجه ساخته و زمینه‌ساز بروز معضلات جدی‌تر گشته، ناهنجاری‌های رفتاری است که در نهایت، گرایش به ارتکاب اعمال منحرفانه و مجرمانه را به دنبال دارند. علاوه بر این، بیشترین آثار زیان‌بار عادات غذایی غلط، سوء تغذیه و تغذیه ناکافی، در گروه‌های سنی کودکان، نوجوانان و جوانان نمود می‌یابند که به لحاظ مقتضیات سنی، جسمی و روحی گروه‌های مذکور و جایگاه حساس آنان در چشم‌انداز حال و آینده هر جامعه، به همه‌گیر شدن موجی از امراض، نظیر چاقی مفرط، دیابت، مشکلات قلبی، افسردگی و... می‌انجامد که در پیوند با زندگی بی‌تحرك، ماشینی و مصرفی امروز، همواره بر شدت، وسعت و پیچیدگی آن‌ها افزوده می‌شود. محبوبیت انواع غذاهای سریع<sup>۱</sup>، به سهولت، موجب اضافه‌وزن و چاقی می‌گردند و خوراکی‌های بی‌ارزش غذایی مانند انواع تنقلات و میان‌وعده‌های حاوی چربی‌های مضر، مقادیر بالای قند، انواع افزودنی‌ها و مواد نگهدارنده که همگی، حاوی

مواد حساسیت‌زا و محرک بوده و رواج مصرف آن‌ها در میان عموم مردم و به‌ویژه کودکان و نسل جوان، منجر به بروز طیف گسترده‌ای از معضلات رفتاری گشته که در قالب بیش‌فعالی، تحریکات جنسی، حساسیت‌ها، پرخاشگری، خشونت، تخریب‌گری و گرایش به ارتکاب انواع اعمال منحرفانه و مجرمانه نمود می‌یابد (Johnson, 2012, p. 2). به‌طبع این امر می‌تواند به‌عنوان یکی از عوامل در کنار سایر عوامل مؤثر در ارتکاب جرم مورد توجه قرار گیرد.

اولین پژوهش علمی و دقیق در مورد ارتباط تغذیه و سلامتی و به‌تبع آن، وضعیت روانی و رفتاری افراد، در دهه ۱۹۳۰، توسط وستون پرایس<sup>۱</sup>، دندان‌پزشک کانادایی، انجام شد. وی در طی ده سال، ضمن سفر به چهارده کشور و صدها شهر، به جستجوی راز سلامتی در میان اقوام و ملل مختلف پرداخت و با هدف کشف تأثیر رژیم‌های غذایی جدید بر سلامت جسم و رفتار انسان، حاصل مطالعات خود را در سال ۱۹۳۹ در قالب کتاب «تغذیه و فساد جسمانی»<sup>۲</sup> منتشر نمود (Adams, 2012, p.2). فصل نوزدهم این کتاب، تحت عنوان «زوال جسمی، روانی و اخلاقی»<sup>۳</sup>، به آسیب‌های واردشده به ابعاد گوناگون جسم و روح انسان، به‌واسطه تغذیه نامناسب، اختصاص یافته است. تمرکز پرایس، در این قسمت، بر رابطه میان تغذیه پدر و مادر، قبل از بارداری و تغذیه مادر در طی دوران بارداری و شیردهی، به‌عنوان مهم‌ترین پیش‌زمینه سطوح مختلف معلولیت‌های جسمی و ذهنی، حالات و رفتارهای مقدمه انحراف و در نهایت، بزه‌کاری قرار دارد. به نظر وی، نقش کلیدی مادر در برآورده ساختن تمامی نیازهای جنین و سپس، نوزاد در دوران بارداری و شیردهی، وی را نیازمند برخورداری از تغذیه لازم و کافی در تمام طول عمر خود می‌نماید. قدم بعدی، تنظیم برنامه تغذیه و آموزش عادات غذایی صحیح به کودکان، برای تضمین سلامتی جسمی و روحی آنان، در ادامه مسیر زندگی است. بر این اساس، سوء تغذیه و تغذیه ناکافی مادر، مهم‌ترین دلیل پیدایش انواع اختلالات و ناتوانی‌های جسمی، نقص عضو، معلولیت ذهنی، انواع بیماری‌های روانی، گرایش به کج‌روی، آزار دیگران و... است که در پیوند با رویه‌های نادرست غذایی، منجر به شکل‌گیری حالات خطرناک، رفتارهای ضد اجتماعی و در نهایت مجرمانه می‌گردد. بدین ترتیب، افراد دارای عامل‌های ضعیف

سلامتی و امنیت غذایی، دارای بیشترین احتمال شکل‌گیری گرایش‌های منحرفانه و مجرمانه، در محیط‌های مساعد هستند (Price, 1939, p.212). وجود این رابطه از یک‌سو، و رواج عادات غذایی غلط در جوامع امروز از سوی دیگر، لزوم توجه به تأثیر تغذیه بر کج‌روی و رفتار مجرمانه را در مرز هشدار قرار داده است. نوشتار حاضر نیز با استفاده از دستاوردهای علم تغذیه، شیمی زیستی، جرم‌شناسی زیستی و پژوهش‌های به‌عمل‌آمده در زمینه رابطه تغذیه و بزه‌کاری ابعاد مختلف این موضوع را بررسی می‌کند. علاوه‌براین، اسلام نیز به‌عنوان کامل‌ترین دین، حاوی آموزه‌ها و دستورالعمل‌های کاربردی فراوانی در این زمینه است که در ادامه بررسی خواهند شد. اما ارائه تصویری روشن از موضوع، مستلزم طرح مبانی نظری در این زمینه است.

#### ۱. مبانی نظری ارتباط تغذیه و رفتار مجرمانه

توجه به امکان وجود رابطه میان تغذیه و نحوه رفتار افراد، به‌ویژه کج‌روی و رفتار مجرمانه، منجر به نظریه‌پردازی‌ها و پژوهش‌های عملی گوناگونی در این زمینه شده که حاصل آن‌ها، در قالب رهنمودهایی متجلی گشته که امروزه با هدف اصلاح و درمان رژیم‌های غذایی اقشار مختلف جامعه، در راستای کاهش سوء رفتار و بزه‌کاری شکل گرفته‌اند. نتایج حاصل از اجرای بیشتر برنامه‌هایی از این دست، نشان‌دهنده پیشرفت‌هایی به مراتب چشمگیرتر از سایر برنامه‌های پیشگیری از بزه‌کاری و تکرار جرم مانند آموزش، رفتاردرمانی و... است (Harper, 2003, p.3). درک سازوکار عملکرد تغذیه در فرایند شکل‌گیری رفتار انسان و به‌ویژه انحراف و بزه‌کاری، بدون آگاهی از دیدگاه‌هایی که موجب شکل‌گیری چشم‌انداز نظری آن شده‌اند، امکان‌پذیر نیست.

#### ۱-۱. خاستگاه نظری (نظریه زیستی-اجتماعی)<sup>۵</sup>

پژوهشگران و نظریه‌پردازان حوزه جرم‌شناسی، در تمامی مسیر این دانش، سعی در شناسایی عوامل زیستی جرم و خشونت داشته‌اند. در واقع، پیشینه تاریخی این رشته، حاکی از این است که بسیاری از جرم‌شناسان متقدم- از جمله سزار لومبروزو<sup>۶</sup>، رافائل

گاروفالو<sup>۷</sup> و انریکو فری<sup>۸</sup>، بر این عقیده بودند که برخی ویژگی‌های جسمی خاص، بر وجود سرشت مجرمانه<sup>۹</sup> در افراد، دلالت دارند (Newburn, 2007, p.124).

کتاب لومبروزو، به نام «انسان جنایتکار»<sup>۱۰</sup>، معروف‌ترین نمونه این‌گونه تلاش‌های اولیه در ترسیم رابطه‌ای مستقیم، میان زیست‌شناسی و جرم است. به نظر وی، مجرمان، که با ویژگی‌های جسمی خاص از شهروندان عادی متمایز می‌شدند، موجوداتی نیاگونه<sup>۱۱</sup> هستند که به‌لحاظ زیست‌شناختی به یک مرحله پایین‌تر از سیر تکاملی انسان تعلق دارند. به نظر لومبروزو، که عقایدش تحت تأثیر نظریه تکامل<sup>۱۲</sup> داروین<sup>۱۳</sup> قرار داشت، بزهداران، نسبت به هم‌تایان غیرمجرم خود، ابتدایی‌تر بوده و کمتر تکامل یافته‌اند و به‌طور غریزی، در خشونت و فعالیت‌های مجرمانه درگیر می‌شوند (Newburn, 2007, p.124).

آثار و عقاید لومبروزو و هم‌عصرانش، توسط جرم‌شناسان متأخر، مورد انتقادات شدیدی قرار گرفت. یکی از مهم‌ترین آن‌ها، احتمال وجود نشانه‌های فیزیکی بزه‌کاری، ناشی از شرایط محرومیت اجتماعی مانند فقر تغذیه و مراقبت‌های پزشکی می‌باشند. از جمله دیگر نقاط ضعف دیدگاه‌های لومبروزو و همکارانش، بی‌توجهی نسبت به بسیاری از عوامل اجتماعی است که ممکن است منجر به بزه‌کاری گردند. بدین ترتیب، با مردود شناخته شدن دیدگاه‌های فوق، توضیحات جامعه‌شناسانه پدیده مجرمانه در کانون توجه قرار گرفت. از جمله مهم‌ترین دیدگاه‌های جرم‌شناسی جامعه‌شناختی عبارت‌اند از مجموعه نظریه‌های فشار<sup>۱۴</sup>، به‌هم‌ریختگی اجتماعی<sup>۱۵</sup>، یادگیری اجتماعی<sup>۱۶</sup>، کنترل اجتماعی<sup>۱۷</sup> و... که آن‌ها نیز علی‌رغم دستاوردهایشان و طرح مباحث جدید، به‌دلیل انگاره‌های تک‌بعدی و تأکید صرف بر مؤلفه‌های اجتماعی، به‌عنوان عوامل ارتکاب جرم، در تبیین پدیده مجرمانه موفق نبوده و هدف نقدهای بی‌شماری قرار گرفتند (Newburn, 2007, p.124).

پس از عدم موفقیت دیدگاه‌های فوق، در تبیین رفتار مجرمانه، انتشار کتاب «زیست‌شناسی اجتماعی»<sup>۱۸</sup> توسط ادوارد ویلسون<sup>۱۹</sup>، پژوهشگر و نظریه‌پرداز آمریکایی، در سال‌های دهه ۱۹۷۰، منجر به شکل‌گیری موج دیگری از دیدگاه‌های زیست‌شناختی در مورد مسائل مرتبط با بزه‌کاری گردید. ویلسون که پدر زیست‌شناسی اجتماعی و

مبدع این اصطلاح است، در سال ۱۹۷۵ ادعا نمود که انسان‌ها، موجودات زنده یا اندامگان‌های اجتماعی- زیستی<sup>۲۰</sup> هستند که رفتار آن‌ها، متأثر از هر دو گروه ویژگی‌های فیزیکی و شرایط محیطی است که در معرض آن‌ها قرار می‌گیرند. نظریه پردازان متأخر اجتماعی- زیستی، بر این باورند که رفتار انسان، حاصل تعامل پیچیده شرایط جسمانی، محیطی و اجتماعی با یکدیگر است. دانشمندان اجتماعی- زیستی، این پرسش بنیادین را مطرح می‌سازند که چرا در مواجهه با محرک‌های تنش‌زای محیطی یکسان، فقط برخی افراد، درگیر خشونت می‌شوند؟ علاوه بر این، ادعا نمودند که برخی ناهنجاری‌ها زیست‌شناختی یا ناتوانی‌های فیزیکی، می‌تواند برخی افراد را نسبت به دیگران، بیشتر مستعد خشونت یا پرخاشگری نماید. به طور خلاصه، نظریه پردازان زیست‌شناسی اجتماعی، هرگونه دیدگاه مبتنی بر مؤلفه‌های فرهنگی- اجتماعی و یادگیری اجتماعی صرف و نفی‌کننده تأثیر عوامل زیست‌شناختی بر رفتار انسان را دفاع‌ناشدنی تلقی می‌نمایند (McMurty, Curling, 2010, p.21).

مباحث دیدگاه زیست‌شناسی اجتماعی، که عمدتاً بر پایه‌های سنت و میراث جرم‌شناختی زیستی بنا شده، در چهار حوزه اصلی طبقه‌بندی شده و مورد مطالعه قرار می‌گیرند: اول، تأثیر عوامل بیوشیمیایی بر رفتار انسان؛ دوم، رابطه میان عملکرد مغز و خشونت؛ سوم، رابطه توارث و جرم و سرانجام، فرضیه تکامل و جرم. موضوع نوشتار حاضر، رابطه تغذیه با کج‌روی و رفتار مجرمانه، به لحاظ نظری و ماهیت، در طبقه‌بندی موضوعات گروه اول قرار دارد که در ادامه توضیح آن خواهد آمد.

## ۲-۱. نظریه ارتباط عوامل زیستی- شیمیایی و جرم

هر یک از انسان‌ها، دارای عوامل بیوشیمیایی ذاتی و طبیعی هستند که شخصیت، رفتار، سلامت روانی، عملکرد سیستم ایمنی و دیگر جنبه‌های پیدا و پنهان وجود آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند. عوامل بیوشیمیایی، در بردارنده طیف وسیعی از متغیرهایی هستند که از جمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به تغذیه، توارث، اختلال در عملکرد مغز، تأثیرات هورمونی، سوخت‌وساز، حساسیت‌ها، قرار گرفتن در معرض آلاینده‌های

محیطی و... اشاره نمود (Walsh, 2012, 1, p.6). بدن متشکل از میلیون‌ها سلولی است که بافت‌های مختلف آن از جمله مغز و سلسله اعصاب بدن انسان را تشکیل داده و لذا شیوه فکر کردن و تصمیم‌گیری، متأثر از این امر است. از سوی دیگر، هر اندام و عضوی، برای ادامه حیات خود نیازمند تغذیه و سوخت‌وساز متناسب با بافت خود است. به همین جهت نوع تغذیه انسان بر تحرک اعضاء، از جمله مغز اثرگذار است. لذا رفتارهای مختلف انسان، اعم از رفتارهای مطابق با هنجار یا مخالف با هنجارهای اجتماعی به‌طور غیرمستقیم متأثر از نوع تغذیه است.

نیازهای تغذیه‌ای هر فرد، با توجه به خصوصیات بیوشیمیایی بدن وی، با دیگر افراد، متفاوت بوده و با استفاده از گروه‌های مختلف مواد غذایی تأمین می‌گردد. اما بدون شک، به‌دلیل تفاوت‌های ژن‌شناختی و شیوه‌های مختلف سوخت‌وساز و فرایند جذب غذا در بدن انسان، بیشتر افراد با کمبود برخی مواد و انباشت بیش از حد برخی دیگر مواجه می‌باشند که با توجه به خواص ویژه هر یک از مواد مغذی و آثار آنها بر جسم، روح و رفتار انسان، واجد پیامدهایی متفاوت هستند که طیف منفی آثار مذکور، در قالب انواع رفتارهای ضد اجتماعی، غیراخلاقی و اعمال مجرمانه نمود می‌یابند. به همین دلیل، تنظیم برنامه‌های صحیح و سالم غذایی، از اهمیت بسیاری برخوردارند؛ چرا که مصرف بیش از حد مواد مغذی و انباشت آنها در بدن نیز به‌اندازه فقر مواد دیگر، مشکل‌آفرین و خطرناک تشخیص داده شده‌اند (Walsh, 2012, p.6).

روش این دیدگاه، برای مبارزه با بزه‌کاری نیز بر مبنای نظارت و شناسایی افراد مبتلا به اختلالات رفتاری، و در نهایت، جداسازی و درمان آنان، پس از تشخیص علت رفتار ناهنجار و مجرمانه، قرار دارد (O'Connor, 2011, p.2).

یکی از اولین پژوهش‌های به‌عمل‌آمده در زمینه عدم تعادل شیمیایی در بدن، به‌عنوان یک عامل ارتکاب جرم، در نشریه پزشکی بریتانیایی کنسِت<sup>۲۱</sup> در سال ۱۹۴۳ منتشر شد (Hill, Sargent, 1943, p.256). نویسندگان این مقاله، قتل را به افت قند خون<sup>۲۲</sup>، مرتبط دانستند که باعث ترشح بیش از حد انسولین، در مواردی مانند گرسنگی شدید یا رژیم‌های سخت می‌گردد. همان‌گونه که در قسمت‌های بعدی توضیح داده خواهد شد، به عقیده برخی پژوهشگران، افت قند خون، باعث کاهش توانایی مغز، در

استدلال و تشخیص صحیح پیامدهای بلندمدت اعمال ارتكابی می‌گردد (Schmallegger, 2007, p.25).

یکی از مهم‌ترین اهداف این گرایش از جرم‌شناسی، استفاده از ترکیبی از دستاوردهای شیمی آزمایشگاهی و یافته‌های حاصل از پژوهش‌ها، برای تنظیم رژیم غذایی مناسب، با در نظر گرفتن خواص مواد غذایی، ویژگی‌های فردی، نشانه‌ها، عوارض و پیشینه‌های ژن‌شناختی و خانوادگی است که قابلیت استفاده برای عموم افراد جامعه را داشته باشد. بر اساس این ایده، اگرچه تغذیه و عوامل بیوشیمیایی متأثر از آن، مؤلفه‌ای فردی است، می‌توان با استفاده از راهکارهای علمی، به رفع مشکلات عموم مردم در این زمینه پرداخت (Walsh, 2012, p.6).

هرچند از منظر حقوق جزا عوامل مرتبط با تغذیه، نظیر هر یک از دیگر عوامل اثرگذار بر ارتكاب جرم، نمی‌تواند توجیه‌گر عمل مجرمانه باشد و عملاً مسئولیت کفیری برای مرتکب باقی است ولی شناسایی و تغییر در وضعیت آن عامل، بر اساس یافته‌های جرم‌شناسی، می‌تواند در پیشگیری از جرم مؤثر واقع شود. بر این اساس و در نگاهی کلان، تنظیم برنامه‌های ملی در امر تغذیه جامعه و ارزاق عمومی، همانند بسیاری از برنامه‌های بهداشت عمومی از جمله وظائف دولت است که می‌تواند در پیشگیری از جرم و سلامت جامعه اثرگذار باشد.

## ۲. جایگاه تغذیه در فرایند شکل‌گیری رفتار مجرمانه

در قسمت‌های قبل، به چشم‌انداز تأثیر تغذیه بر سلامت جسم و روان انسان‌ها، در هر دو مرحله حیات قبل و پس از تولد اشاره شد. اهمیت تغذیه و نقش آن در آسیب‌های اجتماعی در حدی است که برخی کشورها مقررات حمایتی برای تغذیه زنان باردار و فرزندان آن‌ها پس از تولد وضع نموده‌اند؛ به عبارت دیگر، سرمایه‌گذاری دولت در خصوص تغذیه علاوه بر آثار چشمگیر بهداشتی، موجب پیشگیری از ناهنجاری‌های اجتماعی و وقوع بسیاری از جرائم می‌گردد. به همین دلیل، این موضوع، در دو گفتار جداگانه، تأثیر تغذیه بر رفتار، قبل و بعد از تولد بررسی شده است.

## ۲-۱. ناهنجاری‌های تغذیه‌ای مؤثر بر رفتار قبل از تولد

در هر یک از مراحل بارداری، سلول‌ها و بافت‌های جنین، نیازمند مواد مغذی ویژه‌ای است که دریافت آن‌ها از منابع سالم و طبیعی، به معنای فراهم نمودن تمامی فرصت‌های لازم برای سلامتی کامل روح و جسم نوزاد است. گرچه تغذیه، در تمامی مراحل رشد انسان، نقش زیربنایی برای شکل‌گیری مراحل بعد را ایفا می‌نماید، هیچ‌یک از این مراحل، با دوره جنینی و صفر تا سه‌سالگی قابل مقایسه نیستند. جستارهای بسیاری در این زمینه انجام شده که نتایج حاصل از همگی آن‌ها مؤید این مطلب می‌باشند. خطرهای بالقوه ناشی از تغذیه غلط و ناکافی مادر، قبل از دوران بارداری و به‌ویژه در طول این دوره، از جمله عوامل خطر ساز<sup>۳۳</sup> بسیار مهم، در بالا بردن احتمال رفتارهای ضد اجتماعی در کودکی و دیگر مراحل زندگی است. اهمیت ناهنجاری‌های تغذیه‌ای قبل از تولد، به حدی است که در کنار دیگر عوامل خطر ساز مهم مانند قرار گرفتن جنین در معرض مواد مخدر، ناهنجاری‌های فیزیکی که نشانه عدم شکل‌گیری صحیح سیستم عصبی جنین هستند و مشکلات حین زایمان، دارای آثار درازمدت و مهم بر کودکان، در زمینه درگیری در خشونت و بزه‌کاری شناخته شده است (Ishikawa, Raine, 2003, p.8).

در میان تمامی پژوهش‌های به‌عمل آمده، اشاره به یک تحقیق مهم و منحصر به فرد در این زمینه ضروری به نظر می‌رسد. در مدت زمان کوتاهی قبل از جنگ جهانی دوم، آلمان، به هنگام خروج از هلند، این کشور را در محاصره غذایی قرار داد. قبل و بعد از این محاصره، مردم به اندازه کافی به غذا دسترسی داشتند، اما در طول مدت محاصره، مردم هلند، به‌ویژه اهالی شهرهای غربی، چندین ماه، غذای بسیار ناچیزی دریافت می‌کردند. طبیعتاً، زنان باردار، در مراحل مختلف این دوره، در معرض گرسنگی و سوء تغذیه شدید قرار گرفتند. فرزندان مذکر دو گروه از زنانی که در دوره بارداری، در معرض سوء تغذیه شدید قرار گرفته و نگرفته بودند، در زمینه اختلال شخصیت ضد اجتماعی در بزرگسالی ارزیابی شدند. فرزندان زنان دارای سوء تغذیه شدید در سه ماهه اول و یا دوم بارداری، دو و نیم برابر افراد گروه کنترل (که مادرانشان در معرض

هیچ‌گونه کمبود تغذیه قرار نداشتند)، به اختلال شخصیت ضد اجتماعی مبتلا بودند (Ishikawa, Raine, 2003, p.8).

در موارد شدت گرسنگی و محرومیت از مواد غذایی، احتمال بروز انواع بیماری‌های روانی، گوشه‌گیری، جنون و ضایعات سیستم اعصاب مرکزی در جنین، به اوج می‌رسد که تمامی موارد یادشده، دارای ارتباط مستقیم با ناهنجاری‌های رفتاری، خشونت، کج‌روی و در نهایت، بزه‌کاری هستند (Neugebauer et al., 1999, p.3).

## ۲-۲. ناهنجاری‌های تغذیه‌ای مؤثر بر رفتار پس از تولد

دوران پس از تولد، و به‌ویژه پس از شیرخوارگی، آغاز فرایند تغذیه مستقل و اثرپذیری از برنامه‌ها و عادات غذایی گوناگون است. امروزه بررسی رابطه میان غذای هر فرد و وضعیت جسمی و روانی او، گذشته از رابطه میان تغذیه و نوسانات خلقی، به قلمرو بیماری‌ها و ناهنجاری‌های جدی روانی، رفتاری و از جمله رفتارهای مجرمانه راه یافته است. آثار شگرف تغییر و تصحیح رژیم غذایی که بیش از هرچیز، در سلامت روانی و تغییرات رفتاری انعکاس می‌یابند، منجر به رواج اصطلاح غذای مغز<sup>۲۴</sup> گردیده که پیامدهای آن، در گستره‌ای از واکنش‌های رفتاری کودکان نسبت به افزودنی‌ها تا افسردگی، جنون، زوال عقل و انواع رفتارهای ضد اجتماعی قرار دارند (Weyer, 2006, p.15).

منشأ آسیب‌های ناشی از تغذیه، به دو گروه اصلی تقسیم می‌گردند: گروه اول، سوء تغذیه و تغذیه ناکافی و گروه دوم، عادات غذایی زمینه‌ساز رفتار مجرمانه که ناهنجاری‌های ناشی از هر یک از آن‌ها، در ادامه بررسی خواهند شد.

### ۲-۲-۱. سوء تغذیه و تغذیه ناکافی

سوء تغذیه و تغذیه ناکافی، هر یک منجر به ایجاد کمبود و فقر مواد ضروری برای سوخت‌وساز و عملکرد صحیح تمامی بافت‌ها، اندام‌ها و از جمله سیستم اعصاب مرکزی (مغز و نخاع) می‌گردند که عوارض ناشی از آن‌ها منجر به بروز ناهنجاری‌های رفتاری می‌گردد. مهم‌ترین علائم اختلالات رفتاری از این دست، عبارت‌اند از بی‌قراری،

تحریک‌پذیری، رفتارهای تکانه‌ای و تمایل به خشونت. شایع‌ترین مصادیق بیماری‌های مذکور عبارت‌اند از نشانگان رفتاری خشونت‌آمیز، اختلال کمبود توجه بیش‌فعالی، و اختلال شخصیت ضد اجتماعی (Werbach, 2004, p.1).

به‌منظور ترسیم رابطه میان تغذیه و ناهنجاری‌های رفتاری، مهم‌ترین عوامل مؤثر در شکل‌گیری سوء تغذیه و تغذیه ناکافی، که نبود یا کمبود آن‌ها منجر به این‌گونه از اختلالات تغذیه می‌گردد، به‌اختصار، توضیح داده می‌شوند.

#### ۲-۱-۱. ویتامین‌ها

رابطه میان کمبود ویتامین‌های مختلف و تحریک‌پذیری شناخته شده و در منابع مختلف مورد تأکید قرار گرفته است. حیاتی‌ترین ویتامین‌ها برای عملکرد صحیح سیستم عصبی و سلامت رفتار عمدتاً ویتامین‌های خانواده ب کمپلکس، ویتامین سی (C) و ال-تیروسین هستند (Lawrence, 2009, p.8). کمبود این ویتامین‌ها در بدن، با رفتارهای پرخاشگرانه، نامعقول و غیرقابل پیش‌بینی، اختلال در ارتقاء روحیه و انرژی ارتباط دارد (Newburn, 2007, p.124).

#### ۲-۱-۲. املاح (مواد معدنی)

از جمله مهم‌ترین املاح معدنی<sup>۲۵</sup> که کمبود آن‌ها منجر به اختلالات رفتاری می‌گردند، می‌توان به آهن، لیتیوم، منیزیم، و منگنز اشاره نمود که همگی از عوامل مؤثر در سلامت روانی و تعادل رفتار انسان است. بر همین اساس، شواهدی وجود دارد که نشان‌دهنده رابطه مستقیم میان کمبود املاح مذکور و رفتارهای نامطلوب، مانند کج‌روی و خشونت هستند. ابتلا به نشانگان رفتار خشونت‌بار و عدم تعادل روانی، اقدام به خودکشی، رفتارهای تکانه‌ای و... با نبود این عناصر در بدن، مرتبط هستند. علاوه‌براین، در آمارگیری‌های متعدد، در میان جمعیت زندانیان، تعداد افراد مبتلا به فقر این املاح، تقریباً دو برابر همین تعداد، در میان گروه غیرزندانان بوده است (Werbach, 2004, p.1).

### ۲-۱-۳. فلزات سنگین

صدمات مغزی ناشی از قرار گرفتن در معرض فلزات سمی، می‌تواند منجر به رفتارهای ضد اجتماعی، خشن و پرخاشگرانه گردد که از عمده‌ترین پیش‌زمینه‌های شکل‌گیری بزه‌کاری کودکان و نوجوانان هستند. قرار گرفتن در معرض سرب، به‌عنوان علت ابتلا به اختلالات رفتاری و یادگیری شناخته شده است. یکی از مهم‌ترین و معتبرترین شواهد دال بر افزایش فراوانی رفتارهای ضد اجتماعی و پرخاشگرانه، «تحقیق سرب اِدینبورو»<sup>۲۶</sup> است که بر روی پانصد کودک ۶ تا ۹ سال انجام شده است. پس از در نظر گرفتن ۳۰ متغیر مهم در زمینه ایجاد اختلالات رفتاری، مقایسه نتیجه آزمایش میزان سرب در خون دانش‌آموزان و درجه‌بندی آموزگاران، از رفتارهای ضد اجتماعی و پرخاشگرانه دانش‌آموزان بیش‌فعال، نشان‌دهنده رابطه مستقیم میان آن دو پدیده بود (Thomson et al. 1985, p.515).

از جمله دیگر فلزات سنگین<sup>۲۷</sup> که مسمومیت‌زا بوده و عوارض ناشی از آن‌ها با اختلالات روانی و رفتاری مرتبط می‌باشند، می‌توان به نشانگان مسمومیت مس، مسمومیت با جیوه (انباشته شدن جیوه در مغز)<sup>۲۸</sup> و تجمع آلومینیوم در بدن اشاره نمود که به‌دلیل قابلیت بسیار زیاد فعالیت زیستی آن‌ها در بدن انسان، دربردارنده طیف وسیعی از عوارض عصبی، اختلالات رفتاری، بیماری‌های زوال عقل و... می‌باشند (Wilson, 2009, p.4).

### ۲-۱-۴. کاهش قند خون

افت میزان قند خون با ارتکاب رفتارهای خصومت‌آمیز، خشن و پرخاشگرانه، مرتبط است که بارزترین مصادیق آن، مجرمان عادتاً خشن و تحریک‌پذیر هستند؛ برای مثال، در یک تحقیق، گروهی از بزه‌کاران عادتاً خشن، در طی آزمایشات کلوکز، از مبنای قند خون پایین‌تری نسبت به گروه کنترل برخوردار بودند. شایع‌ترین نشانه‌های کاهش قند خون عبارت از پریشانی، تحریک‌پذیری، اضطراب و خشونت است. حتی در میان افراد عادی، شواهدی دال بر وجود رابطه میان کاهش میزان قند خون و گرایش به پرخاشگری و رفتارهای خصمانه وجود دارد (Gary, Gary, 1983, p.16).

## ۲-۱-۵. حساسیت‌های غذایی

حساسیت‌های مغزی نسبت به غذا نیز در زمره عواملی است که در فرایند جستجوی رفتارهای ضد اجتماعی، نادیده گرفته می‌شوند. بر اساس نتایج پژوهش‌ها، به نظر می‌رسد اختلالات رفتاری نوعی واکنش نسبت به غذاهای متداول هستند که بخش اعظم آن‌ها را حاوی مواد حساسیت‌زا یا افزودنی‌های موجود در غذای کودکان تشکیل می‌دهند. این واکنش‌ها در اشکال گوناگون، از کج‌خلقی و تحریک‌پذیری تا یک واکنش روانی پرخاشگرانه نمود می‌یابند (Wilson, 2009, p.5).

بر اساس یک تحقیق منتشرشده در نشریه پزشکی کنسیت، حساسیت‌های غذایی<sup>۲۹</sup>، از شایع‌ترین علل اختلالات رفتاری در میان کودکان هستند. ۸۱ کودک، از یک گروه ۱۴۰ نفری مبتلا به ناهنجاری‌های رفتاری (تقریباً دوسوم آنان)، پس از حذف غذاهای خاص حاوی افزودنی‌های خوراکی، به‌نحو قابل توجهی بهبود یافته و با استفاده مجدد از غذاهای حذف‌شده، مشکلات رفتاری آن‌ها عود نمود (Werbach, 2004, p.2).

## ۲-۱-۶. امگا ۳ یا اسیدهای چرب

مصرف امگا ۳ (اسیدهای چرب موجود در ماهی‌های چرب مانند ماهی آزاد، گردو و سایر مغزها)، همواره برای خواص آن در محافظت از قلب توصیه می‌شد اما امروزه غذاها و مکمل‌های حاوی اسیدهای چرب، به‌دلیل قابلیت تأثیر بر سلامت مغز، تثبیت روحیه و خاصیت ضد افسردگی آن‌ها مورد توجه ویژه قرار گرفته‌اند. بر اساس جدیدترین پژوهش‌ها، مصرف امگا ۳، موجب رشد عصب‌های ناحیه‌ای از مغز می‌گردند که رفتارهای تکانه‌ای و تحت تأثیر انگیزه‌های آنی را کنترل می‌نماید؛ بنابراین، استفاده مقادیر کافی از این ماده، می‌تواند ایجاد تحریکات خشنونت‌آمیز را کاهش داده و تحت کنترل درآورد (Fordham, 2009, p.2).

در سال ۲۰۰۴، مؤسسه ملی سلامت بریتانیا پژوهشی را منتشر نمود که به ارتباطی میان مصرف امگا ۳ و کاهش میزان قتل عمد دست یافته بود. از آن پس، مطالعات بی‌شماری انجام گرفته که همگی همین نتیجه را در بر داشته‌اند. نویسنده همان مطلب، در سال ۲۰۰۶، مقاله‌ای با این نتیجه‌گیری منتشر نمود که «بر اساس مطالعات بالینی،

استفاده از مکمل‌های اسیدهای چرب امگا ۳، می‌تواند در کاهش رفتارهای پرخاشگرانه و افسرده‌کننده مؤثر باشد» (Fordham, 2009, p.2).  
گروه دوم آسیب‌های رفتاری ناشی از تغذیه، نتیجه عادات غذایی غلط می‌باشند نه لزوماً محرومیت از مواد لازم. بررسی رایج‌ترین عادات غذایی منجر به ناهنجاری‌های رفتاری، موضوع قسمت بعدی است.

#### ۲-۲-۲. عادات غذایی مؤثر بر ارتکاب رفتار مجرمانه

به‌طور کلی، منظور از عادات غذایی، روش غذا خوردن یک شخص یا گروه، اعم از نوع غذا، حجم و زمان مصرف آن است (Online Collins Dictionary, 2012). عادات غذایی غلط نیز مرکب از الگوهای تغذیه‌ای مضر برای سلامت جسمی و روانی هستند. پرخوری، افراط در استفاده از شیرینی‌ها و مصرف مداوم خوراکی‌های بی‌ارزش تغذیه‌ای و غذاهای سریع، از مصادیق بارز عادات غذایی ناسالم و غلط به شمار می‌روند (Online Medical Dictionary).

سبک زندگی و عادات غذایی انتخابی افراد، که تحت تأثیر زندگی بی‌تحرک امروزی و تبلیغات کالاهای مضر و مصرفی، مقبولیت یافته‌اند، از دیگر مؤلفه‌های مؤثر بر روند مذکور می‌باشند. اهمیت و حساسیت این موضوع، به‌حدی است که شیوه‌های غلط زندگی و تغذیه، گذشته از ایجاد آثار منفی و جبران‌ناپذیر در زمینه سلامت جسمانی، روانی و انواع ناهنجاری‌های رفتاری، حتی می‌تواند احتمال بزه‌دیدگی را افزایش دهند؛ چرا که گستره آسیب‌های ناشی از آن‌ها، بدون شک، واکنش دیگران نسبت به ما را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد (Bakery, 2010, p.3).

مهم‌ترین موادی که استفاده افراطی از آن‌ها منجر به شکل‌گیری عادات غذایی غلط مؤثر بر رفتار می‌گردند، در اینجا به‌اختصار مورد اشاره قرار می‌گیرند.

#### ۲-۲-۲-۱. شیرینی‌ها

در اکتبر سال ۲۰۰۹، نشریه بریتانیایی روان‌پزشکی<sup>۳۰</sup>، تحقیق جالبی را منتشر نمود که در آن، زندگی گروهی از کودکان، در آغاز سن پنج‌سالگی، دنبال شده و سوابق تغذیه

آنان جمع‌آوری گردید. این طرح که یکی از مهم‌ترین پژوهش‌های به‌عمل‌آمده در این زمینه است، توسط سیمون مور<sup>۳۱</sup>، استاد دانشگاه کاردیف انگلستان انجام شده است. کودکان مذکور، در سنین ده‌سالگی و نوجوانی نیز به‌لحاظ جنبه‌های مختلف رشد و زندگی، از جمله وقوع نسبی اعمال خشن منجر به محکومیت، تحت نظارت و پیگیری قرار گرفتند (Bakery, 2010, p.3). بررسی دقیق عادات غذایی کودکان و حوادث خشونت‌بار، حاکی از این بود که کودکانی که در سن ده‌سالگی، روزانه از فرآورده‌های گوناگون شکر مانند انواع شکلات و شیرینی استفاده کرده‌اند، در بزرگسالی به‌ویژه حدود سن ۳۴ سالگی، به‌میزان قابل توجهی در معرض محکومیت برای اعمال پرخاشگرانه و خشونت‌بار قرار می‌گیرند. نکته مهم اینکه صرف‌نظر از محیط، تأثیرات شیوه زندگی، وضعیت اقتصادی، تحصیلات و مراقبت‌های والدینی، تداوم و افراط در مصرف انواع شیرینی‌جات، زمینه‌ساز خشونت در بزرگسالی است. این مواد، علاوه بر ایجاد نوسانات شدید قند خون و افت سریع آن، منجر به فعال‌سازی و ترشح هورمون‌های تنش‌گشته و احتمال بروز خشونت و پرخاشگری را افزایش می‌دهد (Jamison, 2009, p.1).

#### ۲-۲-۲. کافئین

کافئین، که معمولاً در قالب قهوه، چای، نوشابه‌های سیاه و برخی انواع شکلات، به مصرف می‌رسد، در افراد مختلف، دارای آثار متفاوت است؛ برخی افراد، بدون هیچ‌گونه عارضه‌ای قادر به استفاده از مقادیر بیشتری از آن بوده، درحالی‌که برخی دیگر، متعاقب مصرف کافئین، به‌ویژه به مقدار زیاد، دچار اضطراب می‌گردند (Smith, 2002, p.1243). از جمله دیگر عوارض آن، افزایش فشار خون، سرگیجه و افزایش ترشح اسید معده است.<sup>۳۲</sup> بدین ترتیب، برخی از پژوهشگران، بر این باورند که مصرف افراطی محصولات حاوی مقادیر بالای کافئین، می‌تواند همچون دیگر محرک‌های حساسیت‌زا و مؤثر بر رفتار، منجر به بروز رفتارهای ناهنجار گردد. برخی پژوهش‌های به‌عمل‌آمده در این زمینه، نشان‌دهنده حجم بسیار زیاد مصرف شکر و قهوه در میان زندانیان هستند. علاوه‌براین، اعمال رژیم‌های غذایی مبتنی بر حذف و یا کاهش برخی مواد، و در این

مورد خاص، حذف و یا کاهش میزان مصرف قهوه و شکر، در میان افراد حساس به کافئین، منجر به تخفیف بروز حالاتی مانند هیجان، اضطراب و رفتارهای کنترل‌ناپذیر ناشی از آن می‌گردد (Smith, 2002, p.1243).

### ۲-۲-۳. غذاهای سریع و بی‌ارزش غذایی

یکی دیگر از عوامل بروز ناهنجاری‌های رفتاری در اقشار گوناگون جامعه و به‌ویژه کودکان و نوجوانان، رواج غذاهای سریع و بی‌ارزش غذایی است. یکی از مهم‌ترین اجزای یک وعده غذایی سریع، نوشابه‌های گازدار حاوی کالری و قند بسیار بالاست. علاوه‌براین، مواد دارای چربی‌های مضر از جمله کلسترول، مقادیر بسیار زیاد نمک و استفاده افراطی از انواع ادویه‌جات و افزودنی‌های خوراکی و مواد نگهدارنده که محرک و عامل ایجاد حساسیت‌های غذایی هستند نیز از دیگر دلایل اثرگذاری این گروه از غذاها بر سلامت عمومی انسان، اعم از جسم و رفتار اوست (Zincenko, 2012, p.5). استفاده از برخی از این‌گونه غذاها اثرهای سوء رفتاری برای کودکان به‌دنبال دارد و گاهی موجب بیش‌فعال شدن آنان و بعضاً ناهنجاری و ناسازگاری می‌گردد.

### ۳. دیدگاه اسلام در موضوع تغذیه

آنچه که در ادیان الهی، برای هدایت بشر مطرح گردیده، رهنمودهایی برای سعادت و رستگاری اوست. به‌ویژه دین اسلام، در این زمینه مشتمل بر کامل‌ترین مجموعه راهکارهایی است که در تمامی زمینه‌ها راهگشای مشکلات و نیازهای انسان است و عمل به آن‌ها ضامن سلامت و نیکبختی بشر است. در دیدگاه اسلام، خداوند نعمت‌های مختلف را برای استفاده انسان آفریده تا از آن‌ها بهره‌مند گردد. از جمله تغذیه صحیح نیز وسیله‌ای برای تقرب انسان به خداوند است و لذا دربردارنده مجموعه احکام و آدابی است که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم با احکام سایر ابواب (از جمله عبادات و معاملات) مرتبط است و بر رفتار، تربیت و رشد معنوی انسان اثرگذار است.

### ۳-۱. نگاه بنیادین اسلام در جرم‌انگاری موارد مرتبط با تغذیه

اسلام در مورد تغذیه از منظر توحیدی می‌نگرد و در نتیجه، مبانی آن با سایر ادیان متفاوت است و همچنین تأثیر غذا بر ارتکاب جرم را مبتنی بر تعریف خود از جرم تبیین می‌نماید.

### ۳-۱-۱. تفاوت نگاه اسلام با سایر مکاتب

نگاه توحیدی اسلام در خصوص تغذیه با سایر مکاتب تفاوتی بنیادین دارد. به همین لحاظ استفاده از برخی خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها فی‌نفسه حرام و به عبارتی جرم تلقی می‌گردد، درحالی‌که در غالب نظام‌های دیگر موضوع تغذیه امری شخصی است و قانون‌گذار مداخله‌ای در آن ندارد. ریشه این اختلاف در این است که اسلام، انسان را موجودی هدفمند می‌داند که بیهوده آفریده نشده: «أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا...» (مؤمنون: ۱۱۵) و از آنجاکه زندگانی در این دنیا تعیین‌کننده جایگاه او در زندگانی جاودانه او در آخرت است، لذا باید کلیه اعمالش منطبق با دستورات خالق یکتا باشد. بر این اساس، تنها با عبادت خداوند می‌تواند سعادت دنیا و آخرت را به دست آورد: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَ...» (طه: ۱۲۴).

بنابراین، خداوند انسان را براساس میزان تبعیت در امور مختلف و در زمینه‌های مختلف آزمایش می‌نماید: «وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَ...» (بقره: ۱۵۵). موضوع تغذیه نیز از جمله موارد ابتلائات و آزمایش‌های الهی است. لذا امر الهی ممکن است به هر امری از جمله خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها تعلق گیرد. در این صورت از آنجاکه تعدی از فرمان الهی فی‌نفسه معصیت و جرم تلقی می‌گردد، در نتیجه، عدم تبعیت از دستور خداوند در امر تغذیه نیز جرم بشمار می‌آید: «وَعَلَى الَّذِينَ هَادُوا حَرَّمْنَا كُلَّ ذِي ظُفْرٍ...» (انعام: ۱۴۶). کما اینکه حضرت آدم (ع) در بهشت به دلیل عدم تبعیت از دستور خداوند از بهشت اخراج گردید، «... نَادَيْتُهُمَا رَبُّهُمَا أَلَمْ أَنهَكُمَا عَن تِلْكَ الشَّجَرَةِ...» (اعراف: ۲۲). همچنین، در ماجرای طالوت، خداوند سپاه او را به نیاشامیدن از آب نهر آزمایش نمود: «... إِنَّ اللَّهَ مُبْتَلِيكُمْ بِنَهَرٍ فَمَنْ شَرِبَ مِنْهُ فَلَيْسَ مِنِّي...» (بقره: ۲۹۴).

بنابراین، در دیدگاه اسلام، خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها، از آن جهت که موضوع اوامر و نواهی خداوند قرار می‌گیرند، مشمول حرمت و حلیت واقع می‌شوند و در نتیجه، به لحاظ تعدی از فرمان خدا جرم تلقی گردیده، مشمول مجازات قرار می‌گیرند. لذا از آن جهت که مشروبات سکرآور و نیز گوشت برخی از حیوانات مورد نهی خداوند قرار گرفته و به عبارتی حرام است، نوشیدن و خوردن آن‌ها جرم است: «حُرْمَتُ عَلَیْكُمْ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ...» (مائده: ۹۰). قانون مجازات اسلامی ایران نیز به تبعیت از احکام فقهی برای نوشیدن مشروبات الکلی مجازات تعیین کرده است. ماده ۷۰۱ قانون مجازات اسلامی مقرر می‌دارد:

«هر کس متجاهراً و به نحو علنی در اماکن و معابر و مجامع عمومی مشروبات الکلی استعمال نماید، علاوه بر اجرای حد شرعی شرب خمر، به دو تا شش ماه حبس تعزیری محکوم می‌شود.»

### ۳-۱-۲. تأثیرات تغذیه بر روح انسان

در نگاه اسلام، انسان دارای دو بعد جسمی و روحی است و هریک از این دو بر یکدیگر اثرگذار می‌باشند. در نتیجه می‌توان گفت که غذای جسم بر روح انسان تأثیر می‌گذارد. مثلاً ممکن است غذای تهیه‌شده از اموال دیگران (که حرام است)، از خوردنی‌های مطبوع (مثلاً از گوشت و حبوبات بسیار تازه و بهداشتی تهیه شده باشد) و در ظاهر برای بدن انسان مفید باشد، ولی به لحاظ حرمت شرعی بر روح انسان تأثیر منفی می‌گذارد. به طور کلی آداب تغذیه از دیدگاه اسلام، تنها تضمین‌کننده سلامت جسم نبوده بلکه در راستای تأمین هردو بعد سلامت جسمانی و روانی تنظیم شده‌اند. بر این اساس، تغذیه سالم، منجر به شکل‌گیری ابزارهای شناختی، تنظیم رفتارهای فردی و اجتماعی و شکل‌گیری شخصیت سالم و معتدل، در ادوار و موقعیت‌های مختلف زندگی می‌شود. مباحثی همچون لقمه حلال و حرام و آثار آن در زندگی، نکته‌های نهفته در حرمت؛ کراهت و استحباب برخی امور یا مواد غذایی و یا حتی شقاوت ناشی از مصرف برخی خوراکی‌ها و نوشیدنی‌ها، همگی ناشی از توجه اسلام به تأثیرات شگرف غذا بر زندگی و سلامت انسان است.

به همین دلیل، به انسان‌ها امر گردیده به طعام خود توجه ویژه نمایند: «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ» (عبس: ۲۴). طبعاً توجه به این امر، رعایت احکام شرعی در خوردنی‌ها از جهت حلال بودن و کیفیت و کمیت را به دنبال خواهد داشت.

### ۲-۳. آثار مجرمانه ناشی از نوع تغذیه

همان‌طور که بیان گردید، تغذیه انسان همانند هر فعل دیگر او بر مبنای شریعت الهی مورد سنجش قرار می‌گیرد. لذا تعدی از احکام الهی فی‌نفسه جرم تلقی می‌گردد و مشمول مجازات قرار می‌گیرد. ولی علاوه بر این، در احکام فقهی برای تغذیه، مقرراتی وضع گردیده که هریک ناظر به جهتی خاص است:

#### ۱-۲-۳. جرائم مرتبط با مالکیت

در خصوص خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها از جهت مالکیت، مقرراتی وجود دارد که عدم رعایت آن می‌تواند جرم تلقی گردد. به این معنا که خوردنی و آشامیدنی باید متعلق به غیر نباشد و به‌هرحال، بر مبنای مقررات شرعی در زمینه اسباب تملک، شخص باید مجاز برای تصرف و استفاده از آن باشد و چنانچه متعلق به غیر است، اذن و اجازه بر این امر داشته باشد.

#### ۲-۲-۳. جرائم مرتبط با حرمت ذاتی

همان‌طور که پیشتر بیان گردید، در شریعت اسلام خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها دسته‌بندی گردیده و ضمن بیان مشخصات و معیارهای معین و دقیق، مواردی که حرمت ذاتی دارند، تعیین شده‌اند؛ برای مثال، گوشت خوک و شراب مستی‌آور حرمت ذاتی دارند و تحت هیچ شرایطی (مگر اضطرار) قابل استفاده نیستند. به همین ترتیب برخی از اعضاء حیوانات حلال‌گوشت نیز حرام است.

#### ۳-۲-۳. جرائم مرتبط با کیفیت استفاده از غذاها

شیوه استفاده از خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها از جمله ذبح جانداران مشمول احکام خاصی است؛ برای مثال، ذکر نام خداوند هنگام ذبح واجب است و کشتن هریک از انواع

حیوانات نظیر گوسفند و شتر تابع ضوابط ویژه‌ای است که در صورت عدم رعایت شرایط مربوط، خوردن آن ذبح شده حرام است: «وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يُذَكَّرِ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ...» (انعام: ۱۲۱).

### ۳-۲-۴. مستحبات و مکروهات تغذیه

دین اسلام روش مقتصدانه در امر تغذیه را برگزیده و لذا غذاهای حلال و پاکیزه را بر انسان‌ها حرام نکرده است؛ درعین حال، آداب و احکامی را برای شیوه استفاده از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها پیش‌بینی نموده است: «... لَا تَحْرَمُوا طَيِّبَاتٍ مَّا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَ...» (مائده: ۸۸). از جمله مستحبات و مکروهاتی حتی در مورد غذاهای حلال در نظر گرفته است: «...كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا...» (اعراف: ۳۱). از اهل بیت (ع) روایات مختلفی در کمیت، کیفیت و آثار ناشی از برخی آداب مرتبط با تغذیه نقل گردیده که نمونه‌هایی مرتبط با موضوع بحث ذیلاً مورد اشاره قرار می‌گیرند:

### ۳-۲-۴-۱. نهی از خوردن گوشت خام

امام باقر (ع): پیامبر اکرم (ص) از اینکه گوشت، خام خورده شود، نهی کرده و می‌فرمودند: «تنها درندگان، چنین گوشتی می‌خورند. گوشت را هنگامی بخورید که آفتاب یا آتش، آن را دگرگون ساخته باشد» (الکافی، ج ۶، ص ۳۱۳، ح ۱).

### ۳-۲-۴-۲. پرهیز از افراط در خوردن گوشت

پیامبر اکرم (ص): هر کس چهل روز پیوسته گوشت بخورد، سنگدل می‌شود (بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۴).

امام علی (ع): شکم‌هایتان را گورستان جانوران نکنید (شرح نهج البلاغه، ج ۱، ص ۲۶).

امام صادق (ع): علی (ع) اعتیاد به خوردن گوشت را بد می‌شمرد و آن را اعتیادی همچون اعتیاد به شراب می‌دانست (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۶۹، ح ۵۷).

### ۳-۲-۴. نهی از پرهیز از خوردن گوشت

پیامبر اکرم(ص): بر شما باد خوردن گوشت، چرا که گوشت، بدن آدم را می‌رویاند. هر کس چهل روز گوشت نخورد، بدخوی می‌شود (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۵۶، ح ۱ و ص ۵۸، ح ۶).

پیامبر اکرم(ص): بر شما باد گوشت، چرا که گوشت، می‌رویاند. هرکس بر او چهل صبح بگذرد و گوشت نخورد، بدخوی می‌شود. هرکس بدخوی شد، به او گوشت بخوراند. هرکس چربی آن را بخورد، آن چربی، برای او بیماری به دنبال می‌آورد (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۶۷، ح ۴۳).

پیامبر اکرم(ص): بر شما باد گوشت، چرا که هرکس گوشت را چهل روز واگذارد، بدخوی می‌شود و هرکس بدخوی شود، خویش را می‌آزارد و هرکس خویش را آزارد، در گوش وی اذان بگوید (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۵۷، ح ۷۱).

امام صادق(ع): گوشت، گوشت را می‌رویاند و عقل را افزون می‌سازد. هرکس آن را واگذارد، عقلش تباہ می‌شود (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۷۲، ح ۶۸).

### ۳-۲-۴. فوائد و آثار خوردنی‌ها

در روایات مختلف، آثار گوناگون خوردنی‌ها از جمله میوه‌ها نقل گردیده که برخی از آن‌ها به‌نوعی با اعمال مجرمانه مرتبط است. همچنین، برخی از میوه‌ها به میوه‌های بهشتی تعبیر شده‌اند. برخی از آن‌ها به‌لحاظ خواص ویژه خود موجب اثر بر فرد می‌گردد و برخی دیگر نیز به جهت ملائم طبع بودن و حفظ سلامتی، طبعاً به‌طور غیرمستقیم بر جلوگیری از جرم اثرگذار است؛ زیرا بدن سالم توانایی بیشتری برای حفظ تعادل و در نتیجه، اتخاذ تصمیم صحیح‌تر خواهد داشت. روایات متعددی در این زمینه در کتب روایی نظیر بحارالانوار نقل گردیده است.

همان‌طور که مشاهده می‌شود، دین اسلام، حتی در مورد شیوه و میزان مصرف خوراکی‌های حلال نیز آداب خاصی را مقرر نموده که نشان‌دهنده حساسیت بسیار زیاد کمیت و کیفیت خوراک در ابعاد مختلف زندگی، از جمله اخلاق و رفتار انسان است. این دستورات، در کنار دیگر آموزه‌هایی که به آن‌ها اشاره شد، دربردارنده مجموعه‌ای

بسیار مفید برای تنظیم برنامه غذایی صحیح و پرهیز از عادات غذایی زیان‌آور است. در یک جمع‌بندی کلی، رویکرد اسلام در این زمینه، مبتنی بر استفاده از علم تغذیه، به‌عنوان یکی از مؤثرترین راهکارهای تضمین سلامت جسمی و روانی انسان‌ها و ابزاری کارآمد در راستای مبارزه با کج‌روی و شیوع رذائل اخلاقی است. البته تحلیل جامع موضوع مستلزم بحث مبسوط و انجام تحقیقات مختلف از جمله پژوهش‌های میدانی است که اقتضائات خود را طلب می‌نماید.

#### ۴. نقش تغذیه در پیشگیری از کج‌روی و رفتار مجرمانه

در قسمت‌های قبل، چگونگی اثرپذیری خلق و خو و رفتار انسان از تغذیه بررسی گردید؛ بنابراین، در صورت اصلاح و بهبود رژیم غذایی، تغذیه به‌جای عاملی خطرناک، تبدیل به رویکردی مفید و کاربردی در زمینه درمان و پیشگیری از رفتارهای خشونت‌بار و مجرمانه می‌گردد (Raine, 2012, p.3). از سوی دیگر، تغذیه امری مستمر و فراگیر است؛ یعنی همه افراد به‌ناچار هر روزه مواد غذایی مصرف می‌کنند و همان‌طور که بیان گردید، غذاها بر رفتار انسان اثرگذار هستند؛ بنابراین، برنامه‌ریزی در این باره می‌تواند به‌نوعی در تنظیم رفتارهای فردی و اجتماعی اثر گذارد. مسلماً در این میان، نقش دولت پررنگ‌تر از سایر نهادهای اجتماعی است که خود موضوع بحث مستقل است. ولی به‌هرحال، اصلاح سبک زندگی و امنیت غذایی موضوعات مهمی هستند که می‌توانند در پیشگیری از جرم و کج‌روی مؤثر واقع شوند.

#### ۴-۱. تغذیه‌درمانی، آموزش عادات غذایی و سبک زندگی صحیح

گرچه غذا همواره به‌عنوان یکی از عناصر مهم حیات انسان، نقش مهمی در گرایش‌های مختلف طب سنتی و جدید، ایفاء نموده، علم تغذیه امروزی، به‌عنوان یک رشته مستقل و با هدف تأمین سلامت انسان از طریق تنظیم و تعدیل نمودن مقادیر، کیفیت، روش استفاده از مواد مغذی و جذب آن‌ها در بدن، به‌ویژه از طریق تغذیه‌درمانی، به راه خود ادامه می‌دهد.

بنابراین، اهمیت، قابلیت‌ها و اثربخشی کاربردی تغذیه‌درمانی، آن را به ابزاری کارآمد در زمینه پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌هایی تبدیل نموده که در گذشته ناشناخته یا درمان‌ناشدنی تلقی می‌شدند. بزه‌کاری نیز به‌عنوان پدیده‌ای با ریشه‌های زیست‌شناختی، از این قاعده مستثنی نیست. مهم‌ترین ریشه‌های شناخته‌شده زیست‌شناختی بزه‌کاری عبارت‌اند از: توارث (ژن‌شناختی)، اختلالات روان‌شناختی، آسیب‌های مغزی، مشکلات حین زایمان، ناهنجاری‌های فیزیکی و فعل و انفعالات ناشی از شیمی اعصاب (Raine, 2002, p.43).

تغذیه، در میان تمامی عللی که به‌عنوان عوامل خطر ساز زیستی ارتکاب جرم بر شمرده شد، از قابلیت مداخله و تعدیل‌پذیری بیشتری برخوردار است. با استفاده از دستاوردهای علم تغذیه، می‌توان به‌راحتی به کمبودهای تغذیه‌ای مؤثر بر رفتار پی‌برد و با تنظیم برنامه‌های دقیق، بهبود کیفیت، حذف مواد مضر و جانشینی مواد لازم، در جهت اصلاح ناهنجاری‌های رفتاری، کاهش خشونت و بهبود بیماری‌های مزمن اقدام نمود (Watts, 2012, p.2).

بدین ترتیب، همان‌گونه که کوشش در زمینه ارتقای سلامت روانی افراد جامعه، ترویج فرهنگ ورزش، اجتناب از مصرف الکل، دخانیات و مواد مخدر، مداخلات محیطی، طراحی و شهرسازی صحیح و... همگی نوعی پیشگیری از جرم، محسوب می‌گردند، تأکید بر سلامت تغذیه در جامعه، تنظیم برنامه‌های صحیح و اصلاح عادات غذایی غلط در راستای اصلاح ناهنجاری‌های رفتاری را می‌توان بدون شک، رویکردی پیشگیرانه در جهت اصلاح رفتار مجرمان و ممانعت از ارتکاب جرائم آتی تلقی نمود. یکی از مهم‌ترین پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه، در سال ۲۰۰۲، توسط برنارد جسک<sup>۳۳</sup>، استاد دانشگاه آکسفورد، طراحی شد. در این طرح، محققان، به برنامه غذایی ۲۳۱ نفر از مجرمان جوان، ویتامین‌ها، املاح و اسیدهای چرب ضروری، اضافه نمودند که حاصل آن، کاهش ۲۶ درصدی جرم و خشونت، به‌طور کلی بود. اما در طبقه‌بندی میان جرائم مختلف، بیشترین میزان کاهش، در میان جرائم جدی و خشونت‌بار ثبت شد (Watts, 2011, p.2).

جسک، این‌گونه استدلال می‌کند که مغز، مانند هر یک از اجزای بدن، برای عملکرد صحیح، نیازمند تغذیه کافی است. در صورت عدم تأمین انرژی لازم برای مغز، از مواد مغذی و سالم، تصمیم‌گیری، انتخاب و عملکرد فرد تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد که حاصل آن اعمالی است که تحت کنترل وی نبوده و حتی بدون آگاهی از آن‌ها اتفاق می‌افتند (Gesch, 2002, p.22).

البته به نظر جسک، نباید تغذیه ناسالم را تنها علت رفتارهای ضد اجتماعی و بزهکارانه قلمداد نمود؛ برای مثال، عوامل دیگری نیز ممکن است شخصیت و رفتار زندانیان را تحت تأثیر قرار دهد، مانند ماهیت زندگی در زندان که می‌تواند در برخی افراد، نقش نوعی تعدیل‌کننده رفتار را ایفاء نماید (Newburn, 2007, p.124).

#### ۲-۴. برطرف نمودن کمبودها، فقر و ایجاد امنیت غذایی

برطرف نمودن مشکل سوء تغذیه و تغذیه ناکافی، به‌منظور از میان برداشتن آثار سوء آن، علاوه بر آموزش و ترویج عادات صحیح غذایی، مستلزم انجام اقدامات وسیع‌تر و بنیادین، به‌ویژه در کشورهای فقیر و توسعه‌نیافته است؛ زیرا مشکلات رفتاری مردم چنین جوامعی، ناشی از وضعیت بد تغذیه، فقر، گرسنگی مزمن و عدم دسترسی به منابع تأمین غذای مورد نیاز روزانه است، نه عادات غذایی غلط ناشی از پرخوری، تبلیغات تجاری در مورد کالاهای رنگارنگ حاوی مواد محرک، حساسیت‌زا و... ایجاد امنیت غذایی و اطمینان از حمایت از افراد جامعه، به‌ویژه مادران باردار و گروه سنی کودکان و نوجوانان، در جوامع مذکور، به مرز بحران رسیده و بازخوردهای منفی حاصل از آن، دولت‌ها، نظام عدالت کیفری و آحاد مختلف مردم را با چالش‌های جدی روبه‌رو ساخته است.

افراد گرسنه و مبتلا به سوء تغذیه، به‌ویژه کودکان، همواره در جستجوی غذای بیشتر هستند که آن‌ها را در معرض ارتکاب انواع اعمال ضد اجتماعی، خلاف اخلاق و مجرمانه قرار می‌دهد و طیف اعمال مذکور، انواع بزه‌کاری تا بزه‌دیدگی را در بر می‌گیرد. علاوه‌براین، افرادی که مدت‌های مدید، به‌ویژه از خردسالی، در معرض تغذیه ناکافی یا گرسنگی مزمن قرار داشته‌اند، همان‌طور که در فصول گذشته گفته شد، از

اختلالات ذهنی و جسمی گوناگونی رنج می‌برند که احتمال درگیری آنان در رفتارهای خشونت‌بار و مجرمانه را به نحو چشمگیری افزایش می‌دهد. یکی از عوارض مهم عدم امنیت غذایی، ابتلای کودکان گرسنه به انواع اختلالات رشد‌مدار<sup>۳۴</sup> است که رشد و قابلیت‌های فیزیکی و احساسی آنان را کند و یا مختل می‌سازد؛ زیرا به لحاظ عدم برخورداری از تغذیه سالم و کافی در دوره سنی صفر تا سه‌سالگی، که مهم‌ترین زمان برای رشد سریع مغز و شکل‌گیری سیستم اعصاب مرکزی است، از قدرت یادگیری و ادراک کافی برخوردار نمی‌باشند. به دلیل ناتوانی و یادگیری ضعیف، این‌گونه افراد، در مدارس و محیط‌های آموزشی، موفقیتی کسب نمی‌کنند. به همین ترتیب، موقعیت اجتماعی نامناسب این‌گونه افراد اعم از سرخوردگی، عدم موفقیت و... منجر به ایجاد حالات روحی بیمارگونه‌ای می‌گردد که آنان را از تعامل با اجتماع و هم‌نوایی با آن، ناتوان ساخته و منجر به ایجاد تنش و درگیری در رفتارهای ضد اجتماعی و منحرفانه، بزه‌کاری و بزه‌دیدگی می‌گردد (Onis, Blossner, 2003, p.518). به همین لحاظ مداخله دولت از طریق برنامه‌ریزی و فراهم نمودن زمینه‌های لازم در خصوص آنچه بیان شد، به نوعی امنیت غذایی و نیز امنیت از طریق غذا را به دنبال خواهد داشت.

##### ۵. تغذیه به‌عنوان رویکرد پیشگیری از جرم در اسناد بین‌المللی

اهمیت تغذیه و آثار اعجاب‌انگیز آن در ابعاد مختلف زندگی انسان، موضوع جدیدی نیست. از عصر حجر تا عصر صنعتی، مردم از خواص مواد غذایی گوناگون مطلع بوده‌اند و حالا در عصر اطلاعات و ارتباطات، اهمیت آن به حدی شناخته شده و مورد تأیید شواهد علمی است که مهم‌ترین سازمان‌های ملی و بین‌المللی که هر یک به نحوی با رفاه و سلامت مردم در ارتباط هستند، بسته به اهداف و نوع فعالیت خود، به ارائه توصیه‌های تغذیه‌ای یا ایجاد تکلیف برای دولت‌ها در فراهم نمودن تغذیه سالم و کافی برای مردم می‌پردازند. علاوه بر رابطه میان تغذیه سالم و سلامتی جسمانی، آخرین دربرداشته‌های علم تغذیه، به‌عنوان یکی از جدیدترین دست‌مایه‌های روان‌شناسی، روان‌پزشکی، جرم‌شناسی و نظام عدالت کیفری هر روز نقش پررنگ‌تری در ترسیم

چشم‌انداز سلامت رفتاری و پیشگیری از رفتارهای ضد اجتماعی و مجرمانه، با استفاده از اعجاز خوراکی‌ها ایفاء می‌نماید.

به همین دلیل، اهمیت و نحوه اثربخشی تغذیه و تکلیف دولت‌ها، نهادها و سازمان‌های بین‌المللی، در فراهم نمودن تغذیه سالم و کافی برای رشد و حیات انسان‌ها، همواره موضوع مهم‌ترین همایش‌ها و اسناد سازمان‌های بین‌المللی، از جمله سازمان ملل متحد و زیرمجموعه‌های آن بوده است؛ برای مثال، کتاب «راهنمای عدالت برای بزه‌دیدگان سازمان ملل متحد»<sup>۳۵</sup>، ۱۹۹۹، ضمن تصریح به نقش و اهمیت یک برنامه غذایی سالم، در توان بخشی به افراد، برای رویارویی با بحران‌های زندگی، به ذکر عناصر عادات صحیح غذایی پرداخته است (United Nations Handbook on Justice for Victims, 1999, p.38).

از دیگر مصادیق اسناد و متون بین‌المللی در این زمینه می‌توان به سند مربوط به چشم‌انداز سازمان ملل متحد در مورد ارتقاء و حمایت از حقوق بشر<sup>۳۶</sup>، ۲۰۱۲، مقررات سازمان ملل متحد در مورد رفتار با زندانیان زن و اقدامات غیرتوقیفی در مورد زنان بزهکار (مقررات بانکوک ۲۰۱۱)<sup>۳۷</sup>، گزارش کمیسیون سازمان ملل متحد در مورد پیشگیری از جرم و عدالت کیفری ۲۰۰۹ و ۲۰۱۰<sup>۳۸</sup>، رهنمودهای سازمان ملل برای پیشگیری از بزه‌کاری اطفال ۲۰۰۶<sup>۳۹</sup>، دوازدهمین کنگره سازمان ملل متحد در مورد پیشگیری از جرم و عدالت کیفری ۲۰۱۰<sup>۴۰</sup>، چکیده قواعد و مقررات سازمان ملل در مورد پیشگیری از جرم و عدالت کیفری ۲۰۰۶<sup>۴۱</sup>، قواعد حداقل استاندارد رفتار با زندانیان، مصوب اولین کنگره پیشگیری از جرم و رفتار با مجرمان، ژنو ۱۹۵۵<sup>۴۲</sup> و بسیاری دیگر از اسناد و مصوبات زیرمجموعه‌های سازمان مانند سازمان غذا و کشاورزی (فائو)<sup>۴۳</sup> و سازمان بهداشت جهانی<sup>۴۴</sup> اشاره نمود که همگی بر لزوم دسترسی همگان به غذای طبیعی و کافی برای سلامت جسم و ذهن تأکید نموده و پیشگیری از رفتارهای ضد اجتماعی و اصلاح این‌گونه رفتارها از طریق ترویج برنامه‌ها و عادات غذایی صحیح، به‌ویژه در مدارس را بهترین راهکار تعدیل شیوه زندگی مردم تلقی می‌نمایند (World Health Organization Tool, 2006, p.23).

## جمع‌بندی

تغذیه یکی از عوامل مؤثر در ارتکاب جرم و درعین‌حال، یکی از روش‌های مؤثر در پیشگیری از ارتکاب جرم به شمار می‌رود.

مسئله به‌کارگیری دستورالعمل‌های رژیم غذایی و شیوه زندگی سالم، به‌تنهایی، جهان را به مدینه فاضله، و تمامی زندانیان را به افراد مطیع قانون و آرام، تبدیل نمی‌نماید بلکه تغذیه مطلوب و مراقبت صحیح از خود، می‌تواند شیوه دریافت و احساس ما را نسبت به محیط اطراف اصلاح نماید و این فرایند، قادر به ایجاد تغییراتی شگرف در تصمیم‌گیری و انتخاب مسیرهای زندگی است. چنین تغییراتی مستلزم پژوهش، آموزش و اطلاع‌رسانی و مساعدت رهبران جامعه، مسئولان مربوط، کارشناسان و والدین است.

حساسیت رفتارهای متأثر از برنامه‌های غذایی در محیط‌هایی که به‌لحاظ ماهیت و فضای حاکم بر آن، در معرض انواع رفتارهای پرخطرانه، منحرفانه و مجرمانه قرار دارند، مانند زندان‌ها، مدارس و پادگان‌ها، از اهمیت بیشتری برخوردار است. زندان‌ها، به‌لحاظ پژوهشی و قابلیت کنترل، تغییر و تنظیم رژیم غذایی از طرفی، و امکان بروز خشونت و انواع بزه‌کاری و بزه‌دیدگی در آن‌ها، از طرف دیگر، بهترین عرصه مشاهده، نظریه‌پردازی و استخراج دقیق‌ترین قواعد حاکم بر رابطه تغذیه با رفتار بوده‌اند و «به باور بسیاری از نظریه‌پردازان این عرصه، نتایج حاصل از مشاهدات و پژوهش‌های انجام‌شده در زندان‌ها، به‌لحاظ عملی، با توجه به معضلات جوامع مختلف، کاربردی‌ترین استانداردهای حاصله در این زمینه می‌باشند» (Newburn, 2007, p.124).

بر اساس پژوهش‌های به‌عمل‌آمده، تغذیه در میان مجموعه عوامل زیستی بزه‌کاری، در دسترس‌ترین و تعدیل‌پذیرترین آنان بوده و اختلالات ناشی از آن، از طریق تغذیه‌درمانی، قابل اصلاح می‌باشند. بدین ترتیب، در این چشم‌انداز، تغذیه واجد دو جنبه پیشگیرانه و درمانی است. تغذیه صحیح، راهکاری کم‌هزینه، انسانی و مؤثر برای نیل به نقطه تعادل حیاتی، در هر دو بعد جسمی و روانی است؛ به‌ویژه، در دنیای امروز که منابع و ابزارهای نظام عدالت کیفری، برنامه‌ها سیاسی و... کمک‌چندانی به کاهش جرم و خشونت نکرده‌اند.

برای نیل به موفقیت در زمینه پیشگیری و درمان، از طریق تغذیه، باید پذیرفت که مواد غذایی مختلف بر رفتار انسان‌ها دارای تأثیرات مثبت و منفی است. درعین حال، باید پذیرفت که بر اساس اصول حقوق جزای عمومی، تا زمانی که اراده آدمی باقی است، مسئولیت کیفری نیز باقی است. تأثیرات مواد غذایی بر رفتار انسان از لحاظ علم جرم‌شناسی دارای اهمیت است، ولی از لحاظ اصول حقوق جزا، صرفاً در صورت از بین رفتن اراده به هر وسیله‌ای (از جمله مصرف برخی مواد غذایی نظیر مشروبات الکلی) قابل بحث است. درهرحال، قبول تأثیرات ذکرشده مجموعه‌ای از مباحث ارزشمند جرم‌شناسی از جمله وظائف دولت در قبال تغذیه افراد جامعه به منظور پیشگیری از جرم را به دنبال دارد. درهرحال، تغذیه به‌عنوان یکی از عوامل مؤثر بر ارتکاب جرم و نیز راه‌های پیشگیری از آن است که می‌تواند با تغییر سبک زندگی و قوانین و مقررات در برنامه‌های جرم‌شناسی کلان، و در موارد خاص در جرم‌شناسی خرد و جرم‌شناسی بالینی مورد استفاده قرار گیرد؛ درحالی‌که دین اسلام، قرن‌ها پیش از شکل‌گیری علوم همچون علم تغذیه، زیست‌شناسی، شیمی، روان‌شناسی، شیمی زیستی و... مجموعه‌ای از مفیدترین و کاربردی‌ترین راهکارهای بهره‌گیری از تغذیه سالم و پرهیز از بیماری‌ها و اختلالات جسمی و روانی ناشی از عادات غذایی غلط را ارائه نموده و همواره بر تأثیر شگرف تغذیه بر خلق و خو و رفتار انسان تأکید داشته است. بنابراین، بهره‌گیری از دستورات اسلام و تنظیم برنامه‌های غذایی در سطوح فردی و جمعی، بر مبنای آن‌ها، می‌تواند یکی از مؤثرترین راهکارهای حفظ بهداشت و سلامت رفتاری در سطوح خانواده و جامعه و به‌ویژه پیشگیری از رفتارهای پرخطر و زمینه‌ساز بزه‌کاری در حوزه‌های حساسی همچون مدارس، دانشگاه‌ها و پادگان‌ها، و اصلاح رفتار، کاهش نرخ بزه‌کاری و کاهش تکرار جرم در زندان‌ها و در میان محکومان آزادشده باشد. به‌طبع پس از کشف رابطه تغذیه و ارتکاب جرم به‌طور کلی، می‌توان با استفاده از منابع غنی اسلامی روابط بین برخی از مواد غذایی و جرائم مختلف را مورد مطالعه قرار داد و به‌دنبال آن، روش پیشگیری متناسب را پیش‌بینی نمود. البته این امر مستلزم پژوهش‌های نظری مبسوط دانشگاهی و حوزوی است تا پشتوانه‌ای برای تنظیم

مقررات اعم از قوانین، آیین‌نامه‌ها و دستورالعمل‌های مرتبط با تغذیه در سطح جامعه و نیز مراکز اختصاصی نظیر مدارس، دانشگاه‌ها، پادگان‌ها، زندان‌ها و نظائر آن گردد.

## یادداشت‌ها

1. Fast Foods
2. Weston A. Price (1870-1948)
3. Nutrition and Physical Degeneration
4. Physical, Mental and Moral Deterioration
5. Biosocial Theory
6. Cesare Lombroso (1835-1909)
7. Raffaele Garofalo (1852-1934)
8. Enrico Ferri (1856-1929)
9. Criminal Nature
10. Criminal Man ( L'uomo delinquent)
11. Atavist
12. Theory of Evolution
13. Charles R. Darwin (1809-1882)
14. Strain Theories
15. Social Disorganization Theory
16. Social Learning Theory
17. Social Control Theory
18. Sociobiology
19. Edmund O. Wilson (born 1929)
20. Biosocial Organisms
21. Lancet
22. Hypoglycemia (Low Blood Sugar)
23. Risk Factors
24. Brain Food
25. Minerals
26. Edinburgh Lead Study
27. Heavy Metals
28. Mercury Toxicity
29. Food Sensitivities
30. The British Journal of Psychiatry
31. Simon Moore
32. Caffeine, op. cit.
33. Bernard Gesch
34. Developmental Disorders
35. Handbook on Justice for Victims (1999)
36. UNDOC and the Promotion and Protection of Human Rights (2012)

37. United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-Custodial Measures for Women Offenders (The Bangkok Rules 2011).
38. Report on the United Nations Commission on Prevention and Criminal Justice, (2009) and (2010).
39. Guidelines for the Deprivation of Juvenile Delinquency (2006)
40. Twelfth United Nations Congress on Crime Prevention and Criminal Justice, Brazil (2010).
41. Compendium of United Nations Standards and Norms in Crime Prevention and Criminal Justice (2006).
42. Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners, Adopted by the First United Nations Congress on the Prevention of Crime and the Treatment of offenders, Geneva (1955).
43. Food and Agriculture Organization (FAO).
44. World Health Organization (WHO)

#### کتابنامه

- امام رضا(ع) (۱۴۰۲)، طب امام رضا(ع) (الرساله الذهبیه)، تحقیق: محمدمهدی نجف، دار الخیام. ##
- ابن ابی الحدید (۱۳۷۹)، جلوه‌های تاریخ در شرح نهج البلاغه (شرح نهج البلاغه)، ترجمه محمود مهدوی دامغانی، جلد ۱، تهران: نشر نی. ##
- پاک‌نژاد، رضا (۱۳۶۰)، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر(ص)، جلد ۱ و ۱۷، انتشارات اسلامی. ##
- کلینی رازی، محمد بن یعقوب (۱۳۶۵)، الکافی، جلد ۶، تهران: دار الکتب الاسلامیه. ##
- مجلسی، محمدباقر (بی‌تا)، بحارالانوار، جلد ۶۶، بیروت: دار الاحیاء التراث العربی. ##
- Benton, David (2007), "The Impact of Diet on Anti-Social, Violent and Criminal Behavior", Neuroscience and Behavioral Reviews, Vol. 31, Issue 5, in: <http://www.sciencedirect.com/> ##
- Garry, G. E., Gary, L. K. (1983), "Diet and Juvenile Delinquency", Nutrition Today, June, in: <http://www.ncahf.org/>##
- Gesch, C. Bernard et al.(2002), "Influence of Supplementary Vitamins, Minerals and Essential Fatty Acids on the Antisocial Behaviour of Young Adult Prisoners: Randomised, Placebo-Controlled Trial", British Journal of Psychiatry, Vol. 181, in: <http://bjp.rcpsych.org/>##
- Handbook on Justice for Victims (1999) United Nations Office for Drug Control and Crime Prevention, Center for International Crime Prevention, in: <http://www.uncjin.org/>##

- Harold, Gordon T. (2007), "The Evidence for a Neurobiological Model of Childhood Antisocial Behavior", Psychological Bulletin of American Psychological Association, , Vol. 133, No. 1, in: <http://psy.otag.ac.nz/> ##
- Ishikawa, Sharon, Raine, Adrian (2003), "Obstetric Complications and Aggression", University of California, Encyclopedia on Early Childhood Development, in: <http://www.enfant-encyclopedia.com/>##
- McMurtry, Roy, Curling, Alvin (2010), 'Review of the Roots of the Youth Violence', Literature Reviews, Vol. 5, Chapter 1, Biosocial Theory, Canada, in: <http://www.ontario.ca/>##
- Newburn, Tim (2007), Criminology, Willan Publisher, UK, 1<sup>st</sup> ed. ##
- Price, Weston A. (1939), Nutrition and Physical Degeneration: A Comparison of Primitive and Modern Diets and Their Effects, Project Gutenberg of Australia eBook, 2012, <http://gutenberg.net.au/> ##
- "UNDOC and the Promotion and Protection of Human Rights" (2012), in: <http://www.uncjin.org/> ##
- "United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-Custodial Measures for Women Offenders (The Bangkok Rules 2011)", in: <http://www.undoc.org/> ##
- Van De Weyer, Courtney (2006), Changing Diets, Changing Minds: How Food Affects Mental Well Being and Behavior, London, UK, Sustain Publication, in: <http://www.mentalhealth.org.uk/>##
- Werbach, Melvyn R (2004)., "Nutritional Influences on Aggressive Behavior", Journal of Orthomolecular Medicine, Vol. 7, No. 1, in: <http://orthomolecular.org/> ##