



قسمت دوم

رایحه درمانی (۱) و نقش آن در بهداشت روان

دکتر جابر عناصری

استاد روان شناسی هنری (تهران)

"... پادشاهی جمشید، هفتصد سال بود و در این مدت دراز
برای آرام بخشی جسم و جان مردمان کوشش فراوان کرد و
آبادانی هانمود..."

و: دگر بوی‌های خوش آورد باز

که دارند مردم به بویش نیاز

چوبان و چوکافور و چون مشک ناب

چو عود و چو عنبر، چو روشن گلاب

پزشکی و درمان هنردرد مند

در تندرستی و راه گزند

در ایران باستان، همراه هدایایی که مردم برای همدیگر به رسم

که ایران بهشتی است یا بوستان

همی بوی مشک آید از دوستان

زمین پرنیان و هوا مشکبوی

گلاب است گویی اگر آب جوی

در قلمرو بیکران اسطوره و خیال آباد و دنیای افسانه ای ایران

باستان این خرم بهشت و همیشه بهار درمان و درمانگری و

شفایابی از طریق کاربرد داروها و گیاهان دارویی معطر، مرسوم

بوده و حکیم توس در کتاب نفیس شاهنامه، درمان بخشی را به

دوران جمشید هم نسبت داده است.

فردوسی می‌فرماید:

ارمغان می فرستادند، این تحفه‌ها را با عطر گیاهان خوشبو آغشته می ساختند:

زکافور و از مشک و از عودتر

همان عنبر و گوهر و سیم و زر

حکیم ابوالقاسم فردوسی - به زیبایی تمام به منظره پردازی پرداخته، صحنه‌های زندگی مردم را به زیبایی آشکار می سازد و می گوید:

رودابه، نظر کرده‌ی زال زر، چون دانست که زال نزدش می آید، به ذوق و شوق، کاخ را آراست:

از آن خانه‌ی دخت خورشید روی

بر آمد همی، تا به خورشید بوی

وقتی رودابه در بطن خویش، هیکل درشت رستم را می پروراند و از بار رنج فرزند آوری آسوده نمی شد، سیمرغ به زال گفت که شهیگاه رودابه را بکاو و بچه را بیرون آر. پس از آن جای را که چاک دادی، بدوز و ترس و باک مدار:

گیاهی که گویم تو با شیر و مشک

بکوب و بکن هر سه در سایه خشک

به سای و بیا لای بر خستگیش

ببینی هم اندر زمان رستگیش

فریدون صاحب فره ایزدی، چون به تخت شاهنشاهی نشست، فرزندگان و بزرگان، شادکام گشتند:

بفرمود تا آتش افروختند

همه عنبر و زعفران سوختند

رامشگران و نوازندگان، چون سرود مازندران را در پیشگاه شاه کاووس خواندند، گفت:

گلاب است گویی به جویش روان

همی شاد گردد ز بویش روان

پرسیاوشان، گیاه خوشبویی است و مرهم سینه‌های خراشیده از این گل که از خون سیاوش در جور آباد افراسیاب رویید، بوی مشک بر می خاست:

گیاهی بر آمد همانکه ز خون

بدانجا که آن تشت شد سر نگون

گیا(ه) را دهم من کنونت نشان

که خوانی همی خون سیاوشان

فردوسی در باب معطر بودن این گیاه می گوید:

نگاریده بر برگ‌ها چهر اوی

همی بوی مشک آمد از مهر اوی

نقل است که وقتی اسکندر به مشرق زمین رسید:

«... همان ساعت برنشست و برفت تا آنجا که گور سیاوش بود. چون آنجا رسید، پنداشت که بهشت است. بر خاک او رفت، خاک او سرخ بود. خون تازه دید که می جوشید و از میان آن خون، گیاهی بر آمده بود عطر آگین و سبز...».

بوی ترنج، آرامش بخش است و اعصاب را آرام می سازد. نارنج و ترنج، دلخواه مردم ایران بوده است.

حکیم توس می فرماید:

رستم، چون بر کرسی زرین در پیشگاه اسفندیار نشست، ترنجی به دست داشت:

بیامد بر آن کرسی زرنشست

پر از خشم و بویا ترنجی به دست

آن زمان که به حکم تقدیر، گردونه قضا و قدر بر علیه اسفندیار رویین تن می چرخد و او بر خلاف میل رستم، به دست یل نامور نور ماه چشمان شهلاش فحسف می شود. بیکر او را با سدر و کافور می آلایند. بوی خوش این دو گیاه، به بوی دل آویز آلله‌های





خوشبوی کوهستان ها می پیوندند.

اما... آوخ و دریغ از مرگ رستم که وقتی آن تهمت، در چاه مکر و نیرنگ نابرداریش شغاد، چشمان خسته می سازد و جان به دادار جان آفرین آن آفریدگاری که:

بر آرد گل تازه از خار خشک
شود خاکش از بخت بیدار، مشک

می سپارد.

اسپهبدان لشکر به دور نقش پهلوان بی همان حلقه زدند و:

سپهبد بر آن ریش کافور گون
ببارید از دیدگان جوی خون
کفن دوز بر، وی بباید خون
بشانه زد آن ریش کافور گون

"ریواس" در سرزمین مدام بهار اسطوره و در حیطه گیاهان دارویی، گیاه زندگی، عطر آگین، جانبخش، تداوم بخش حیات، گشایندهی عروق، خوشبو کنندهی نفس، ضد عفونی کنندهی محیط، صفا بخش، سفید و ارغوانی و در نزد مردم ستوده است.

"مهر گیاه" گیاهی نرینه و مادینه و چسبنده به هم است که اگر یکی از ریشه هایش کنده شود، آن دیگری نیز خشک خواهد شد. به قول حافظ:

سبزه‌ی خط تو دیدیم وز بستان بهشت،
به طلبکاری این مهر گیاه آمده ایم

مهر گیاه، عصاره‌ی زندگی مشترک، بوی آن خوش، طعم آن شیرین و راز آن در خور توجه است عطر افشانی مهر گیاه، در دیوان شعرا، بارها ذکر شده است:
"... اسکندر را گفتند که:

درختی شگفت در جهان است که دو ساق دارد و دوین چسبیده و جفت است و یکی از آن شاخه‌ها نر و دیگری ماده است..."

به شب، ماده گویا و بویا شود

چو روشن شود، نر گویا شود

نافه و عبیر و نرگس و شنبلله، شما مه، عود و اسفند و کندر و عناب و بوی بسیاری از گل‌ها جانبخش است.
گویند:

«خسرو پرویز، روزی به شکار می رفت. دویست مرد با گل‌ها، پیش می رفتند تا باد بوی آنها را به مشام شاه برساند.»

در ایران باستان، گیاه "هئوم"، گیاه زندگی نامیده می شد و

خاصیت آرامبخشی داشت و شوق برانگیز بود. این گیاه را دارای جنبه‌ی ایزدی و ربانی می دانستند. و این باور بخاطر همان خواص تسکین بود. هنوز هم گل گاوزبان را که معطر است می جوشانند و جوشانده آن را به عنوان "غمیران" می شناسند. هل و گل خوشبو، درمانبخش و گل ختمی بخصوص در جوشانده‌ی آن اعتدال بخش مزاج است. نه سرد است و نه گرم زنان شیوه‌ی عطر و بوهای دل انگیز گردن بندی از هل و گل به نخ کشیده شده بر گردن می آویزند. و همه‌ی این گیاهان خاصیت دارویی و درمانی دارند. "سنبل طبیب" (به ضم سین و با) گیاهی است که برگهای دراز و گل‌های کوچک و خوشبو دارد. ریشه آن در معالجه‌ی هیستری و اختلال عصبی نافع است.

درخت "بان" دارای برگهای سبز و لطیف و خوشبو است و از دانه‌های آن که شبیه پسته است، روغن معطر می گیرند. دانه‌های آن را "حب البان" می گویند.

درخت "سدر"، درخت مقدس ایرانیان بوده است. ثمر آن به شکل سنجد می باشد و بعد از رسیدن، سرخ یا زرد رنگ و شیرین می شود. در طب به کار می رود. برگ آن را پس از خشک کردن می ساینند و بدن خود را با آن شستشو می دهند. بوی

بی دلیل نیست که فروشندگان گیاهان دارویی را عطار (عطر فروش، کسی که داروهای خوشبو می‌فروشند) گذاشته‌اند. می‌دانند که عطارهای ورزیده، خولجان را گیاهی خوشبو و به رنگ سرخ تیره و تند مزه معرفی می‌کنند که در طب بکار می‌رود و برای خوشبو ساختن لیکورها و عصاره‌ها از این گیاه استفاده می‌برند. یادمان باشد که

"ادویه" (= به فتح همزه و کسره واو و فتح یا) جمع دواست و کلا به داروهای خوشبو اتلاق می‌شود.

با طرح این مطالب مجمل، متوجه شدیم که رایحه (= ریاحین جمع ریحان و ریحان گیاه سبز و خوشبو و ریحان و ریح (به کسر را) باد، نسیم، بوی خوش، ریاح جمع آن...) درمانی، یکی از رشته‌های پزشکی و به ویژه طب سنتی در ایران بوده و شاعران جلیل‌القدر در مورد بوی دل‌انگیز، سخن‌های زیاد گفته‌اند:

چو باد عزم سر کوی یار خواهیم کرد

نفس به بوی خوشش مشکبار خواهیم کرد.

خوشش باد آن نسیم صبحگاهی

که درد شب نشینان را دوا کرد

(حافظ)

در دیوان شعرا در این مورد مباحث متعدد مطرح شده، و من افزون بر شاهنامه‌ی حکیم توس از کتاب آیین‌های ایرانی تألیف مرحوم اعتماد مقدم هم بهره برده‌ام. زندگی تان عطر آمیز و دلتان آرام باد. ایدون باد.

پانوشت‌ها:

1- Aroma - Therapy



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

فصلنامه بهداشت روان

آگهی می‌پذیرد

خوش آن همانند بوی کافور موجب فرحناکی می‌گردد. بوی خوش زعفران را فراموش نکنیم که خطاطان و خوشنویسان با جوهر فراهم شده از زعفران، سر فصل مطالب کتابها را می‌نوشتند و دماغ خوانندگان را به بوی دلپذیر زعفران می‌آغشتند. زعفران موجب بهجت و شادی روان می‌گردد.

زیتون نیز آرامش بخش است و در یونان باستان تاجی از برگ زیتون بر سر قهرمان می‌گذاشتند. این رسم هنوز هم برقرار است.