

۳- اخلاط

تشبیه به آشپزی

تعریف نضج کبدی اخلاط

نضج (پختگی و قوام) در مورد اخلاط کبدی طبیعی عبارت است از:

گوارش کامل به نحوی که اجزای ماده متساوی و یکنواخت بوده، دارای قوام معتدل باشند.
بر این اساس، هر خلطی به قوامی شایسته و نضجی خاص برای خود نیاز دارد.

به بیان دیگر، نضج خلط یعنی:

اعتدال هر خلط در کیفیت و قوام شایسته و متناسب با آن، به گونه‌ای که برای تندرستی فرد سودمند باشد.

تعریف خلط

جسم روان (سیال) و مرطوب که در نتیجه تغییرات انجام شده

روی غذا بوجود می آید

هضم های چهارگانه

مراحل هضم

(هضم اربعه)

هضم اول

شروع در دهان و تکمیل در معده توسط حرارت معده و اعضای اطراف

حاصل: کیلوس یا اولین پخت معده

ماده دفعی: مدفوع

در صورت اشکال در هضم اول (معدی)

چه علایمی ایجاد می شود؟

بیماری های معده:

نفخ؛ ریفلاکس، آروغ زدن، ترش کردن

اختلالات دفعی:

یبوست، اسهال، غذای هضم نشده در مدفوع

هضم دوم

در کبد

حاصل: اخلاط چهارگانه

ماده دفعی: ادرار

در صورت اشکال در هضم کبدی (دوم)
چه علایمی ایجاد می شود؟

بیماری های کبد

اختلال در تولید صحیح اخلاط چهارگانه

اختلالات ادراری: دفع کم یا زیاد ادرار

اختلال در دفع صفرا از کیسه صفرا: سنگهای صفراوی

اختلال در طحال

هضم سوم

در عروق

حاصل: رطوبت ثانیه

ماده دفعی:

عرق و چرک و ترشحات گوش و بینی و مو و ناخن

در صورت اشکال در هضم عروقی (سوم)

چه علایمی ایجاد می شود؟

مشکلات عروقی: ورم اندام، فشار خون (بالا بودن برخورد خون به دیواره های سرخ رگ)

پوستی: ضایعات پوستی، اختلال تعریق

هضم چهارم

در اعضا

حاصل: عضو و منی

ماده دفعی: غیر محسوس

محسوس: ناخن و مو

عرق

ترشحات گوش و بینی

هضم چهارم

در اعضا

حاصل: عضو

ماده دفعی:

محسوس: ناخن و مو و عرق

در صورت اشکال در هضم چهارم (عضوی)
چه علایمی ایجاد می شود؟

اختلال مو
اختلال ناخن

اختلال اعضا:
کوچکی و بزرگی عضو
اختلال کارکرد هریک از اعضا بدن
پوست

۱. نتیجه گیری؟؟؟
تمام اجزا این نمودار به یکدیگر وابسته هستند

و اختلال در هریک بر کل چرخه موثر است

۲. نتیجه گیری؟؟؟

غذا و معده
به عنوان اولین ورودی در بدن
عامل مهم سلامتی یا بیماری می باشد

حضرت علی (علیه السلام):

کسی که با شکم خالی و معده پاکیزه غذا بخورد و آن را خوب بجود و قبل از سیر شدن دست از غذا خوردن بکشد و مانع تخلیه معده و روده خود نشود، تا زمان مرگ به هیچ مرضی مبتلا نمی شود
خلط صالح

شرط داشتن اخلاط صالح؟؟؟

غذای سالم
معده سالم
کبد سالم

۱. صفرا: لطیف، شبیه به کف، و زرد رنگ بر سر آمده
۲. سودا: ثقیل کثیف غلیظ، شبیه سیاه رنگ و ته نشین
۳. دم (خون): معتدل القوام و سرخ رنگ است
۴. بلغم: آنچه طبع نیافته و سفید رنگ است

محمدرضا
هو غداي، بلغمي، سودا، صفرا، دم (خون) را تولید می کند ولی به هیچ حدی
نسبت هرکدام فرق دارد.

انواع هضم

حرارت کبد ← تشکیل اخلاط : اخلاط سالم ← سلامتی

زیاد و کم و غیر طبیعی بودن اخلاط ← بیماری

کیفیت اخلاط

دم ← گرم و تر

صفا ← گرم و خشک ← یعنی حرارت اول از همه گرم و خشک است، بعد صفاست و می تواند بر علل این را می لوبند.
بلغم ← سرد و تر
یعنی به چربی اینده می بینند، حرارت کم و خشک است، می لوبند

ضراست

سودا ← سرد و خشک

سودا:

درد (رسوب) خون است و باعث غلیظ و سنگین شدن خون می شود
تغذیه اندام هایی که غذای آن سودا است مانند استخوان
قوام دادن به خون و اندامها
محکم شدن سر معده و تحریک اشتها
جایگاه : طحال

سودای طبیعی:

رسوب خون طبیعی

طعم ترش با گسی بسیار

مولدین سودا:

مثال انبه

مزاج؟؟؟؟ گرم و خشک

مولد خون غلیظ سوداوی (در اثر زیادی مصرف)

بادمجان: مزاج؟؟؟ مصلح آن طبخ نمودن آن با گوشتها و روغن است

گوشت گاو: مزاج؟؟

در مقایسه با گوشت گوسفند نمودار سرد و خشک

تولید خون غلیظ و سوداوی می کند

مداومت به آن موجب بیماریهای سوداوی (مانند مالیخولیا)

«گاو را باید باید برای شیر آن پرورش داد نه گوشت آن»

مصلح دارچین

مفید فقط برای چه کسانی؟؟

در ورزشکاران و افراد با کار سنگین

(زیرا غذاییت زیادی دارد و به زودی تحلیل نمی رود)

خرما

عدس

یکی از مشکلات آن ساختار سودایی آن است: که خوردن آن در شب توصیه نمی شود (باعث خوابهای مشوش میشود).

گوشت کنسرو شده

گوشت مانده و نمک سود

کلم

پنیر کهنه

سرکه کهنه

باقلا

افزایش کمیت یا کیفیت اخلاط ← صلی ۱۰۱۰۰

غلبه خلط صفا

تلخی دهان

بی خوابی

خشکی پوست

عطش شدید

زردی رنگ رو و چشم و زبان

گرمی و خشکی پوست

خشکی و خشونت زبان و عطش

ضعف اشتها تهوع و استفراغ صغراوی

زردی رنگ ادرار و مدفوع

خوابهای دال بر صفا (آتش و آفتاب و چیزهای زرد)

حس فرو رفتن سوزن در بدن

غلبه دم

خمیازه

سنگینی سر

چرت زدن

شیرینی دهان

خارش محل حجامت

دمل

خون ریزی از دهان و لثه
سرخی رنگ بدن و چهره و چشم و زبان
نقل در بدن خصوصا در چشمها و سر
پری و برجستگی عروق، تکرر خواس و ذهن، خستگی
شیرینی مزه دهان
خوابهای دال بر خون
بروز بیماریهای دال بر غلبه خون (جوش و قرمزی شدید پوست و.....)

غلبه بلغم

سفیدی زاید بر رنگ بدن
پر خوابی
خواب برف و باران
سردی بدن
سستی، نرمی و سردی ملمس
کاهش رنگ ادرار
زیادی آب دهان و کمبود عطش
ضعف هضم
ریفلاکس
آروغ ترش
کسالت و خواب آلودگی، سستی اعضا و اعصاب
← **گندی ذهن** ←
نبض لین و بطی و متفاوت
ابتلای زیاد به سرما خوردگی
تشدید علایم در زمستان
اذیت شدن از خوردن غذاهای سردی بخش
تسکین علایم با خوردن غذاهای گرمی بخش
گوشت بدن: سست و شل
مفاصل شل
تورم زیر پلک
بزاق و ترشحات بینی
مدفوع شل

غلبه سودا ۱

وسواس
بی خوابی
اسپاسم ساق پا
خواب ترسناک
لکه تیره در پوست
خشکی و لاغری بدن
سردی و تیرگی پوست
سیاهی خون و غلظت آن
زیادی افکار سواسی و خیالات
شیوع برخی از بیماریهای پوستی، طحالی، واریس، مالیخولیا
اشتهای کاذب
سیاهی رنگ زبان
بدن پر موی سیاه
تیرگی رنگ چشم
گزش و سوزش دهانه معده
ادرار تیره و غلیظ
چهره عبوس و درهم کشیده
خشکی بینی
خشکی دهان
کمی عرق
ترشی طعم دهان
سردی پوست

۴- اعضا

حاصل ترکیب اخلاط

(اجسامی که از نخستین امتزاج اخلاط بوجود می آیند)

گرم ترین اعضا: قلب (جایگاه حرارت غریزی)

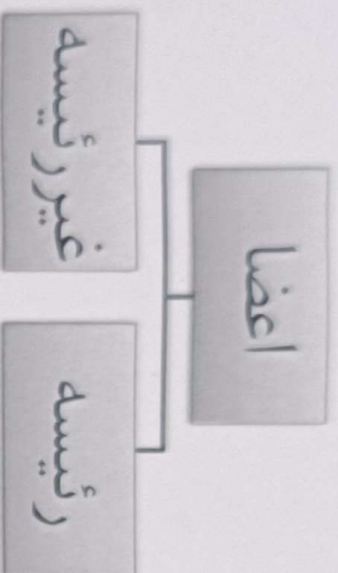
سردترین اعضا: استخوان

ترترین اعضا: چربی

خشک ترین اعضا: مو

معتدل ترین اعضا: پوست

انواع تقسیم بندی اعضا



- ۱ از نظر اجرا تشکیل دهنده
- ۲ از نظر عملکرد
- ۳ از نظر مزاج
- ۴ اعضا از نظر عملکرد:
- اندام های ریه: مبدأ قوه قاعلی اند.

قلب: مبدأ روح و قوه حیوانی و حیات
 دماغ: مبدأ روح و قوه نفسانی، و حس و حرکت
 کبد: مبدأ روح و قوه طبیعی، و تغذیه
 انتیان (بیضه و تخمدان): مبدأ تولید ماده مثل

اعضای مرنوس: قابلیت فعل رئیس را دارند و از طریق شریان و ورید و عصب قوا را از اندام های ریه دریافت می کنند، مانند لحم، کلیه، طحال.

اعضای نه رئیس و نه مرنوس: غشروف و استخوان

رئیس	بقای شخص (زنده ماندن و حیات شخص)	قلب، مغز و کبد
رئیس	بقای نوع (تکثیر و ادامه نسل)	بیضه ها و تخمدانها
غیر رئیس	خادم رئیس (خدمتکار رئیس یعنی قوای آن عضو رئیس را به بقیه اندامها می رسانند.)	وریدها (خون حاوی اکسیژن به اندام): خادم کبد شریانها (بازگشت): خادم قلب اعصاب: خادم دماغ (مغز و نخاع)
غیر رئیس	غیر خادم رئیس (مرنوسها از طریق شریان، ورید و عصب قوا را از رؤوسا می گیرند ولی غیر مرنوسها قوای غیر پری مخصوص خود را دارند و از رؤوسا قوای نمی گیرند.)	مرنوس: کلیه، معده، ریه و ... غیر مرنوس: استخوان و غشروف

ارواح

اجسام لطیفی هستند که از بخارات اخلاط حاصل می شوند و به سرعت در مجاری حرکت می کنند .

ارواح	منشأ	ابزار انتشار	عملکرد
طبیعی	کبد	ورید ها	تغذیه، تکثیر
حیوانیه	قلب	شراین	رساندن نسیم تازه و دور کردن بخارات از اعضا
نفسانی	مغز	اعصاب	حس، حرکت، تدبیر

قوا

نیروهای انجام افعال در عضو هستند که توسط ارواح به آنها می رسند
نیروهایی هستند که موجب فعل و انفعالات در بدن می شوند.

انواع : حیوانیه

طبیعی

نفسانی

اقسام قوا

قوه حیوانی: منشأ و مبدا و باعث حیات کل بدن است.

قوه طبیعی: مبدا و منشأ تغذیه کل اعضا است.

قوه نفسانی: منشأ و مبدا و باعث ظهور و صدور حس و حرکت جمیع بدن و ادراک صور و معانی است.

قوای حیوانی

حیات کل بدن متعلق به آن است

منشأ قوه طبیعی و نفسانی

فواید:

رساندن اکسیژن به اعضاء

دور کردن دی اکسید کربن از آنها

ایجاد ترس، خشم و ...

بالینی: نبض ضعیف و بررسی قلب

قوای حیوانی

ابزار روح حیوانی و حرارت غریزی است

بالینی:

نبض ضعیف و سوالات مربوط به بررسی قلب مانند:

تپش قلب و...

قوای طبیعی

فایده آن تغذیه بافتها و اندامها می باشد.

۷- افعال

هدف از تمامی امور طبیعی:

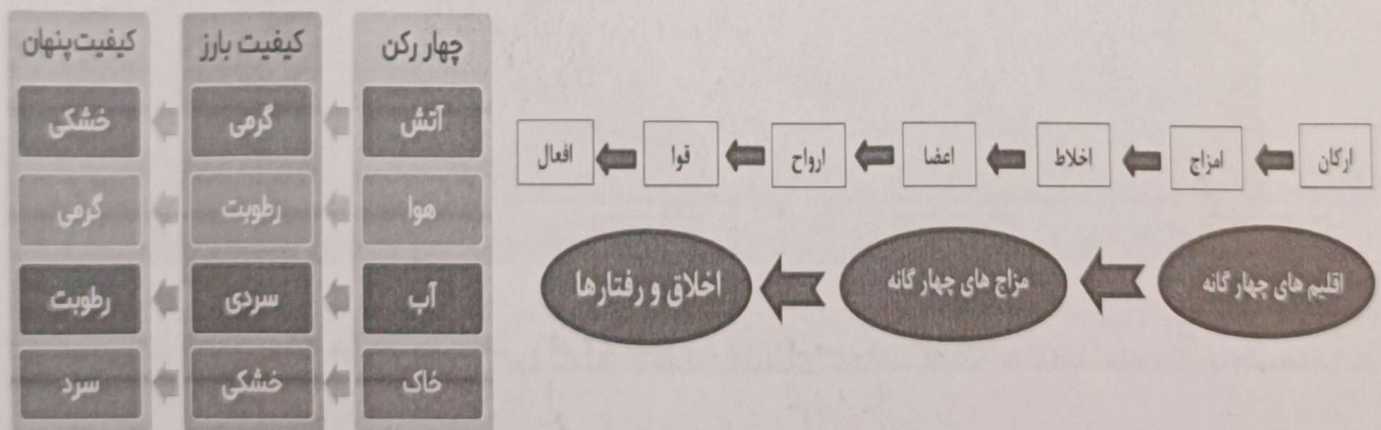
انجام فعلی کامل و صحیح است.

مثلاً چشم ببیند، گوش بشنود و ...

اهمیت افعال:

امور طبیعی مثل یک زنجیر به هم وصلند تا در نهایت از آنها یک فعل درست صادر شود.

از روی نقص در عملکردها می توان فهمید در جایی از این زنجیره مشکلی هست و باید رفع شود.



کیفیت های اولیه ارکان چهار گانه