

ROKOTIES DZILĀK

9. *SENO LAIKU ZĀLES UN VESELĪBA*

ĀRSTĒŠANA UN VESELĪBA

Gandrīz pilnīgi droši varam teikt, ka medicīnas zinātne sākās senajā Ēģiptē. Ēģiptiešiem bija ārkārtīgi precīzas zināšanas par cilvēka ķermeņa anatomiju. Nav šaubu, ka tās viņi ieguva, gatavojot savus mirušos mumificēšanai – procesā, kas visai tuvu atgādina mūsdienu medicīnas studentus secējam līkus.

Ķermenī gatavojot mumificēšanai, iekšējie orgāni, izņemot sirdi, tika izņemti pa nelielu griezumam vēderā un salikti atsevišķos pārsegtos traukos. Šī procesa laikā balzamētāji apguva dažādu iekšējo orgānu relatīvo novietojumu un funkcijas.

Protams, viņu zināšanas nebija ideālas. Piemēram, ēģiptieši pieņēma, ka ar sirdi ir saistītas ne tikai artērijas un vēnas, bet arī visi nervi un muskuļi. Ne smadzenes, bet sirds tika uzskatīta par domu un jūtu centru, un tās patiesā loma asinsrites organizēšanā izprasta vēl netika. Tolaik tas bija ļoti plaši izplatīts viedoklis, un šī doma joprojām turpinās mūsdienu terminoloģijā. Mēs runājam par sirds aizskaršanu, sirds iegūšanu un darbošanos no visas sirds.

Ēģiptes vēsturnieks Manetons vēsta, ka sen, sen, pirmās dinastijas laikā, esot valdījis ķēniņš Zers jeb Atotiss, kurš bijis ne tikai ārsts, bet arī anatomijas mācību grāmatas autors. No šī ķēniņa rakstītā gan nekas nav saglabājies, ja neskaita atsauci uz to slavenajā Ebersa papirusā – medicīniskā tekstā, ko datē ar 18. dinastiju, un kurš apgalvo, ka tajā citētā matu atjaunošanas recepte nāk no ķēniņa Zera laika.

DAKTERIS IMHOTEPS

Slavenais trešās dinastijas ķēniņa Džosera arhitekts Imhoteps ir pazīstams gan ar medicīnas, gan arhitektūras iemaņām. Ne visi Ēģiptes ķēniņi un arhitekti bija ārsti, taču VISI ārsti bija priesteri, burvji un kaut nedaudz rakstnieki.

Kad medicīnas students sāka apmācības, viņam vispirms bija jāiemācās lasīt un rakstīt, lai tas spētu saprast sava laika medicīnas grāmatas (papiirusus). Kā priesteris viņš bija piesaistīts kādam templim, lai mācītos lūgšanas un savai profesijai saistošus buramvārdus, un kā topošais ārsts tas bija nodots mācībā pie atzīta medicīnas praktiķa – priestera.

Gadsimtu laikā šādiem ārstiem – priesteriem vajadzēja būt tūkstošiem, taču tās dažas liecības, kas mums ir par viņiem pašiem un viņu darbu, attiecas uz galma apkalpojošiem speciālistiem. Nav nekāds pārsteigums, ka šie galma ārsti ne tikai ieņēma ievērojamu stāvokli, bet tika godāti arī visai interesantos titulos – piemēram, Pils vēdera ārsts, Pils acu dakteris, Karalisko zarnu sargs.

Šie seno ēģiptiešu ārsti medicīnu ne tikai mācījās un praktizēja – viņi par to arī rakstīja. Lai saglabātu pierakstus, slimības vēstures un receptes, tika izveidots plašs anatomijas un medicīnas terminus apzīmējošo hieroglifu krājums.

EBERSA PAPIRUSS

Visplašāk pazīstamais medicīnas dokuments ir tā sauktais Ebersa papirus. To 1872. gadā atrada vācu ēģiptologs Georgs Eberss. Divdesmit metru garais un 2289 hieroglifu rindas saturošais rakstu rullis ir kāda vēl senāka dokumenta kopija. Kopijas pārrakstītājs vēsta, ka daļa šī darba ir pat no pirmās dinastijas laikiem, kaut kas no sestās dinastijas, un pārējais attiecināms uz divpadsmito dinastiju.

Pastāv kāds cits gandrīz tikpat nozīmīgs medicīniskais dokuments, kas pazīstams kā Smita papirus. To 1862. gadā no kāda zemnieka nopirka senlietu kolekcionārs Edvins Smits. Smita papirus ir 4,5 metrus garš un satur četrus simtus rindu hieroglifu rakstā. Tas varētu būt radīts 18. dinastijas laikā.

Ēģiptiešu ārsti slimības pamatā iedalīja divās kategorijās – redzamas izcelsmes kaites, piemēram, apdegums, applaucējums, nelaimes gadījuma rezultāts, un tādas, kuru izcelsme nav noskaidrojama. Tā kā otrās grupas sērgām nebija acīmredzama izskaidrojuma, ārsts pieņēma, ka tās ir kādas ļaunas ietekmes sekas – iespējams, aizvainots kāds dievs, dēmons, vai arī darbojies kāds dzīva vai miruša cilvēka lāsts.

Ja šāda otrās kategorijas slimība nepadevās parastām ārstniecības metodēm, ārsts ķērās pie buršanas – skaitīja vārdus vai parakstīja tik nešpetnas zāles, ka dēmonam no sirdzēja ķermeņa gribot negribot bija jāsprūk ārā.

KĀ ZĀLES IEDARBOJĀS

Šādu zāļu sastāvā varēja ietilpt gandrīz jebkura dzīvnieka vai kukaiņa kāda sastāvdaļa – tauki, asinis, iekšas, izkārnījumi vai saberzti ragi, nagi, ilkņi, kauli vai acis. To tad ielēja pienā, ūdenī vai vīnā un saldināja ar medu, lai nabaga pacients devu spētu norīt.

Dažas no pierakstītajām receptēm bija pagalam dīvainas, piemēram, Zera līdzeklis pret plikpaurību: ēzeļa nags, suņa nags un dažas vārītas dateles. Nav rakstīts, vai mikstūra bija lietojama iekšķīgi, vai ar to jārīvē kailā vieta uz galvas. Taču vai nu zāles nedarbojās, vai pats Zers tās nelietoja, jo sers Flinders Petrijs, atrodot Zera kapu, tur atrada parūku.

Laikam ejot, pacienti vai priesteri-ārsti kļuva gudrāki, jo vēlākās receptēs redzams, ka tie zināja dažu augu ārstnieciskās īpašības. Reizēm pat kādai kaitei tika parakstīta īpaša diēta.

Ebersa papirusā ir kāda recepte, kurai vajadzēja palīdzēt pret drudzi: 5 ro dateļu pulvera, 5 ro kādas neiztulkojamas lietas, un 40 ro mīklas šķidruma (viens ro bija apmēram viena ēdamkarote). Šīs trīs sastāvdaļas bija jāvāra, līdz paliek 30 ro šķidruma. Doza netika noteikta, lietošana bija vienkārša: „Tev tā jādod vīrietim vai sievietei pieņemamā siltumā, līdz viņš atkopjas”.

DIAGNOZES NOTEIKŠANA

Šajos medicīnas papirusos ir arī daudzas norādes par diagnosticēšanu, kas pavisam maz atšķiras no mūsdienu pacienta izjautāšanas pamatiem. Slimniekam tika lūgts aprakstīt simptomus, piemēram, sāpju vietu – vai tā ir rokās, vai mugurā, vai „abos sānos”. Pacients varēja sūdzēties, ka jūtas „pārāk nomākts, lai ēstu”.

Seno ēģiptiešu ārsti rūpīgi vēroja arī redzamās slimnieka ciešanu pazīmes – bālumu, pietvikušu seju, trīcošas rokas. Tika pārbaudīts urīns, fekālijas un krēpas. Ja bija aizdomas par kaulu lūzumiem, pietūkušiem limfmezgliem vai audzējiem, ārsts taustīja, spaidīja un pierakstīja novērojumus – gluži kā mūsdienās.

Ēģiptiešu ārsti eksperimentēja arī ar vienkāršām ķirurģiskām procedūrām. Viņi zināja, kā uzlikt šinu laužtiem kauliem, un kādā kapu zīmējumā redzams, kā mediķi ievieļ izmežģītu plecu. Viņi lietoja saites, lai brūci uzturētu tīru, un izprata aukstas kompreses vērtīgumu.

TREPANĀCIJA UN ZOBU SĀPES

Senajos laikos labi pazīstama ķirurģiska operācija bija trepanācija (galvaskausa atvēršana). Ir atrasti galvaskausi ar kvadrātveida caurumiem – 28 tādi Izraēlā vien. Šie galvaskausi atradušies Jērikas vissenākajā apdzīvotības līmenī, tātad šī procedūra tikusi pieņemta kopš paša civilizācijas sākuma. Daudzos gadījumos kauls pēc tam ir audzis, kas norāda, ka pacients izdzīvojis. Nav iespējams noteikt, vai tas bija trepanācijas rezultātā vai neskatoties uz to.

Kopš neatminamiem laikiem cilvēkus ir mocījušas zobu sāpes. Jau senajā Ēģiptē bija zobārsti, kurus sauca par zobniekiem – šis vārds viņu nodarbošanos izsaka precīzāk. Viena no zobus bojājošām lietām bija maizes un citu akmeņos maltu miltu izstrādājumu lietošana pārtikā. Miltos iekļuva akmens gabaliņi, kas kopā ar barību tika košļāti. Novērotais zobu nodilums ir visai ievērojams.

Kādam pacientam zobā izurbts vertikāls caurums 2,5 mm dziļumā un tajā iestiprināta bronzas stieple. Tas ir pirmais zināmais metāla pildījuma gadījums. Kāds ievērojams Sidnejas zobārsts izteica viedokli, ka šim metāla pildījumam nevarēja būt nekādas pozitīvas nozīmes, turklāt pašu urbšanu ir šausmīgi iztēloties vien. Sāpēm vajadzēja būt nenormālām, ja vien pacients nebija apreibināts ar alkoholu vai opiju.

VESELĪBA UN HIGIĒNA

Pretstatā lielākajai daļai senajās vai primitīvajās kultūras veiktajām darbībām, ēģiptiešu ārstiem bija šādas tādas zināšanas par higiēnu. Viņi ne tikai atbalstīja personīgo tīrīgumu, bet arī uzsvēra nepieciešamību turēt mājas un sabiedriskās ēkas tīras un brīvas no parazitētiem. Ārstniecības papirusos ir receptes, kā atbrīvot mājas no blusām, mušām un citiem kaitēkļiem.

Senie ārsti darbojās ne tikai ar nelaimes gadījumiem un slimībām – uzmanība tika veltīta arī skaistumkopšanai. Līdz mūsu laikiem nonākušajos dziedināšanas papirusos atrodamas daudzas receptes, kas sakās apturam novecošanas procesu. Paši populārākie līdzekļi bija afrodiziaki, un katrs ārsts ieteica tieši savu mīļāko recepti. Kāds papirus sniedz formulu ar virsrakstu, kuram grūti pretoties: „Kā vecu vīru pārvērst par jaunekli”.

Plaši izplatīti bija līdzekļi pret plikgalvību, kā arī pret sirmiemi matiem un grumbām. Padzīvojošām sievietēm tika piedāvāta ķirurģiska palīdzība pret nokarenām krūtīm un vesels arsenāls pretgrumbu ziežu un matu krāsu atjaunotāju. Jauniešiem bija paredzētas zāles un paņēmieni, lai atbrīvotos no pumpām, zilumiem, kā arī attīrošie krēmi, kosmētika un dezodoranti.

SENĀS SLIMNĪCAS

Pats interesantākais senās Ēģiptes ārstēšanas praksē bija dažiem tempļiem piekārtotās sanatorijas – iestādījumi, kurus vēlāk pārņēma grieķi un kas, iespējams, bija mūsdienu sanatoriju un ārstniecības iestāžu priekšteči. Šeit sirdzēji varēja palikt pēc priesteru–ārstu konsultācijām un iedrošinājuma, atpūzdamies un lūgdami no dieviem dziedināšanu.

No seno ēģiptiešu sanatorijām ir palikušas tikai atrašanās vietas, bet Kosas salā, kur ap 400. gadu pirms Kristus dzimis Hipokrāts, grieķu medicīnas tēvs, ir visai labi saglabājušās eskulāpija paliekas ar atsevišķām istabiņām, mazgāšanās vietām un telpām, kurās priesteri sniedza konsultācijas. Arī Pergamā un citos tūrisma centros ir šo seno sanatoriju drupas.

Līdzās daudziem Ēģiptes tempļiem bija medicīnas rakstu bibliotēkas. Medicīna un reliģija gāja roku rokā: ārstēšanu pārraudzīja dieviete Seheta, kuru attēloja skorpiona izskatā. Tieši no šajās bibliotēkās saglabātajiem aprakstiem un receptēm daudz vēlākā laika posmā savus ārstēšanas paņēmienus pārņēma ievērojamie grieķu ārsti.

GRIEĶU MEDICĪNA

Grieķi absolūti respektēja ēģiptiešu medicīnu un ārstēšanas paņēmienus – tik ļoti, ka Homērs pirms trim gadu tūkstošiem sarakstītajā „Odisejā” saka: „Medicīniskajās zināšanās ēģiptieši aiz sevis atstāj visu pārējo pasauli”.

Kad Aleksandrs Lielais iekaroja Ēģipti un viņa ģenerāļi tur pārņēma varu, grieķi ēģiptiešu medicīnas zināšanas apbrīvoja un daudz no tām pārņēma. Receptu izrakstīšana, diagnostikas procedūras un zāļu lietošana tika mācīta Memfisā Ptaha jeb Imhotepa templī.

Taču, lai gan daudzi no seno laiku ārstiem tika augsti godāti, tiem vajadzēja rīkoties piesardzīgi. Viens no Hammurapi likumiem attiecībā uz mediķiem brīdina: „Ja ārsts, atvērdams augoni, pacientu nogalina, viņa rokām jātiek nocirstām”. Šis pats likums tālāk piemetina, ka tad, ja slimnieks bijis vergs, ārsta pienākums ir vienkārši sagādāt saimniekam citu vergu.

SENIE EBREJU VESELĪBAS LIKUMI

Mozus bija ebreju vergu bērns, kuru adoptēja Ēģiptes princese (2. Mozus 2: 10). Viņš tika uzaudzināts Ēģiptes pilī, un to izglītoja galma gudrie vīri. Viņam noteikti bija zināmi ēģiptiešu veselības un ārstēšanas likumi: „Mozu uzaudzināja visā ēģiptiešu gudrībā.” (Apustuļu darbi 7: 22)

Taču, lai gan Mozus daudz rakstīja par veselības jautājumiem, viņš savos rakstos nekad neiekļāva nevienu no ēģiptiešu primitīvajiem uzskatiem. Patiesībā Mozus darbi daudzos jautājumos bija tālu priekšā tā laika (burtiski – mūsdienu, bet par to nebūtu korekti spriest, vai ne?) priekšstatiem par veselību un higiēnu. Mēs varam vienīgi secināt, ka šīs zināšanas viņš saņēma atklāsmē no Dieva.

Šo veselības likumu saistība ar fizisko sagatavotību ir minēta 2. Mozus 15: 26: „Ja klausīsiet Kunga, sava Dieva, balsij un darīsiet to, kas taisns viņa acīs, klausīsiet viņa pavēlēm un turēsiet viņa likumus, tad visas sērgas, ko es uzliku ēģiptiešiem, es jums neuzlikšu, jo es esmu Kungs, jūsu ārsts!”

Pievērsiet uzmanību dažām Mozus norādēm! Bībelē nav atrodams angļu sakāmvārds „Tīrība nāk tūlīt pēc dievbijības”, taču tur tiek skaidri mācīta sakarība starp svētumu un personīgo higiēnu. Kad izraēlieši nonāca pie Sinaja kalna un gatavojās klausīties Dieva balsi pasludinām desmit baušļus, Dievs teica: „Ej pie tautas un svētī tos šodien un rīt, un lai tie mazgā savas drānas.” (2. Mozus 19: 10) Personīgās tīrības trūkums ir ne tikai nepatīkams citiem cilvēkiem – tas ir arī slimību cēlonis.

Mūsdienās neapstrīdami tiek atzīts diētas nozīmīgums saistībā ar veselību. Īpaši labi dokumentēta ir liekā svara un artērijās uzkrātā holesterīna bīstamība, tā kā mēs varam saskatīt gudrību Izraēlam dotajos norādījumos: „Mūžīgs likums uz jūsu paaudzēm visur, kur jūs mītat – ne taukus, ne asinis neēdiet.” (3. Mozus 3: 17)

Mēs visi esam redzējuši filmās operāciju ainas. Ārsti un medmāsas mutes aizsedz ar sterilām aizsargmaskām. Tas ir tādēļ, ka ar elpu var pārvietoties slimības izraisošas baktērijas. Šis princips tika nodots arī Izraēlam: „Spitālīgais, kam sērga, – viņa drānas lai tiek saplēstas, viņa galva lai ir nesukāta (citos tulkojumos – neapsegta), viņa augšlūpa lai ir apsegta, un viņš lai kliec: „Nešķīsts, nešķīsts!”” (3. Mozus 13: 45)

INFEKCIJU PROFILAKSE

Tika izprastas infekcijas briesmas. Spitālīgie tika nodalīti, lai viņu slimība nepārietu uz tiem, ar ko viņi kontaktētos. „Visu laiku, kamēr viņam ir sērga, tas paliek nešķīsts. Viņš ir nešķīsts – lai dzīvo viens, mīteklis tam lai ir ārpus nometnes.” (3. Mozus 13: 46) Bībelē lietotais vārds „spitālība” var ietvert citas lipīgas ādas slimības. Atdalīšanas princips bija svarīgs veselības un higiēnas likums.

Tika atzītas arī briesmas inficēties ar slimības skartajām drēbēm un izprasta dezinfekcijas vērtība ar vislabāko mikrobu un baktēriju iznīcinātāju – uguni: „Lai sadedzina drānas vai pinumu, vai vilnas vai linu audumu... jo tā ir ļauna spitālība, tā lai tiek sadedzināta ugunī.” (3. Mozus 13: 52) Līdz samērā neseniem laikiem nebija zināms, ka inficēties var no miruša ķermeņa. Ārsti mēdza vest savus skolniekus uz Morgu pie līķiem, un pēc tam doties taisni pie pacientiem, neveicot nekādu sterilizāciju ne rokām, ne apģērbam. Nu, tad viņi arī nesaprata, kādēļ tik daudzi pacienti noslēpumainā kārtā mirst. Bībele viņiem būtu varējusi pateikt priekšā: „Pavēli Izraēla bērniem, lai tie izraida no nometnes visus spitālīgos, ikvienu, kam tek, un ikvienu, kas pieskāries mironim.” (4. Mozus 5: 2)

Daudzās Trešās pasaules zemēs nabadzīgajiem ļaudīm nav ne tualetes, ne dušas, un ir pieņemts pirms tumsas doties laukos vai uz ielām, lai atstātu savus izkārnījumus pieejamus mušām, kas pēc tam mudž viņu būdās, laižas uz barības un nemazgātajām bērnu sejām, īpaši acīm. Šādas rīcības sekas ir nāvējošas slimības – holēra, tīfs, dizentērija.

Lai no tā izvairītos, 5. Mozus 23: 13-14 rakstīts: „Un lai kopā ar ieročiem tev ir lāpsta, un, kad tu būsi pasēdējis, tad paroc tur un aizber atkal ciet, apklāj savus izkārnījumus.”

5. Mozus 4: 40 ir norādīts uz sakarību starp paklausību Dieva likumiem un ilgu, veselīgu mūžu: „Tādēļ pildi viņa likumus un viņa baušļus, ko es tev šodien dodu, lai būtu labi gan tev, gan taviem dēliem pēc tevis, lai tu ilgi dzīvotu tajā zemē, ko Kungs, tavš Dievs, tev dod uz visiem laikiem!” Tātad ir vērts izprast Bībeles likumus attiecībā uz veselību – tie joprojām mūs ietekmē.

ALKOHOLS UN VESELĪBA

Bībele nosoda kādu sabiedrībā pieņemtu ieradumu – alkoholisku dzērienu lietošanu. Tas var būt pārsteigums tiem cilvēkiem, kuri uzskata, ka arī Jēzus lietoja alkoholu. Viņš taču kāzu mielastā pārvērtā ūdeni vīnā (Jāņa 2: 1-10), un vakarēdienā deva mācekļiem dzert „no vīnakoka augļiem”. (Marka 14: 25) Arī Pāvils Timotejam iesaka lietot „nedaudz vīna sava kuņģa un biežo slimību dēļ”. (1. Timotejam 5: 23)

Taču mums jāizprot, ko nozīmē vīns, kad šis vārds ir lietots Bībelē. Jaunajā Derībā nav atsevišķu vārdu alkoholiskam vīnam un neierūgušai vīnogu sulai – abi tiek tulkoti no viena un tā paša grieķu vārda. Vienīgais paņēmieni, kā atšķirt sastāvu, ir lietošanas veids. Kad Pāvils Efeziešiem 5: 18 raksta: „Nepiedzerieties vīna”, viņš acīmredzot domā alkoholu. Kad mēs Jesajas 65: 8 lasām: „Ja vien ir sula vīnogu ķekarā, tad saka: „Neizposti, jo ir svētība tajā”” – tas acīmredzot ir par vīnogu sulu, kura veselībai ir derīga. Šādu vīnu lietoja Jēzus un ieteica lietot Pāvils.

Attiecībā uz alkoholisku vīnu Sakāmvārdos 23: 29-30 teikts: „Kam ai! un kam vai! – kam ķildas, kam žēlas? Kam brūces par velti, kam sadugušas acis? Tiem, kas aizsēžas pie vīna, tiem, kas skrien lūkot pēc jaukta vīna!” Tas ir alkohols, un gudrais ķēniņš Salamans iesaka uz to pat neskatīties: „Neskati vīnu, ka tas sārts, ka dzalkstī kausā, ka malkojas glāsmi – galā kā čūska tas kož un kā odze tas dzeļ.” (31., 32. pants)

Daži domā, ka mērena alkohola lietošana nav slikta, bet neviens nezina, cik daudz nozīmē mēreni, līdz sāk dzert tik daudz, ka skaidrot mēru reizēm jau ir par vēlu. Daudzi ir sākuši ar pieklājības glāzīti, lai beigtu kā bezcerīgi alkoholiķi. Vienīgā drošība ir pilnīga atturība.

ATKARĪBU VEIDOJOŠĀS ZĀLES

Cits parasts ieradums ir smēķēšana, lai gan tagad jau medicīnas pasaule ir guvusi zināmus sasniegumus sabiedrības brīdināšanā no šīm briesmām. Tabaka var būt nāvējoša, un mums ir pienākums rūpēties par savu veselību ne tikai pašu, bet arī Dieva dēļ. Pāvils rakstīja: „Vai jūs nezināt, ka esat Dieva templis un ka Dieva Gars jūsos māj? Ja kāds Dieva templi posta, to Dievs izpostīs, jo Dieva templis ir svēts, un tie esat jūs.” (1. Korintiešiem 3: 16-17)

Tas pats princips attiecināms uz jebkurām atkarību izraisošām zālēm. Pat tēja un kafija satur kofeīnu, kas nav dabīgs stimulators. Ja jūs nedomājat, ka kofeīns izraisa atkarību, pamēģiniet no tā atteikties! Jūs piedzīvosiet nepatīkamus atmešanas simptomus, kuri pierāda šīs vielas īsto dabu. Taču bez tējas un kafijas veselība jums būs labāka. Tirdzniecībā sastopami daudzi tējas un kafijas aizstājēji. Protams, tie neremdēs kāri pēc kofeīna, taču miegs, vispārējais veselības stāvoklis un pat sejas krāsa jums ievērojami uzlabosies.

DIĒTA UN VESELĪBA

Bībele satur informāciju arī par to, ko mums vajadzētu ēst. Sākotnējā diēta, ko Dievs deva Ādamam un Ievai Ēdenes dārzā, bija veģetāra: „Un Dievs teica: „Redzi, es jums dodu visus stādus, kas briedina sēklu, kas ir uz visas zemes, un visus kokus, kuru augļi briedina sēklu, – tie ir jūsu ēdamais!” (1. Mozus 1: 29) Pat dzīvnieku pasaulei tika dota veģetāra diēta (30. pants). Dievs nebija paredzējis, ka ēstgribas izdabāšanai jāizlej asinis un jābūt nežēlīgam. Tikai pēc ūdens

plūdiem, kad visa zemes virsma bija izpostīta, Dievs cilvēkam atļāva ēst gaļu. Dievs teica: „Katrs kustonis, kas dzīvs, jums būs par ēdamo, tāpat arī zaļoksni stādi – es jums atdodu visu!”

(1. Mozus 9: 3)

Pat tad pastāvēja atšķirība starp šķīstiem un nešķīstiem dzīvniekiem (1. Mozus 7: 2). Kad Izraēls izgāja no Ēģiptes, Dievs deva konkrētu priekšrakstu par to, ka tā saukto nešķīsto dzīvnieku gaļu uzturā nav lietojama. Aizliegto sarakstā ir dzīvnieki, kuru nagi nav šķelti un kuri neatgremo (3. Mozus 11: 3-8). Cūkas ēšana tika īpaši nosodīta: „Un cūku, jo tai gan ir šķelti nagi, uz pusēm pāršķelti nagi, bet gremot tā neatgremo; tā jums nešķīsta! Viņu gaļu jūs neēdiet un maitas neskariet – tie jums nešķīsti!” (7., 8. pants)

Tika aizliegti arī ūdens dzīvnieki, kuriem nav spuru un zvīņu (9., 10. pants). Tas acīmredzot attiecas uz arī uz nēģiem, krabjiem, garnelēm un austerēm. Visi šie ēšanai nederīgie dzīvnieki var izrādīties veselībai kaitīgi (dažu šo dzīvnieku nepiemērotību cilvēka uzturam ir konstatējusi mūsdienu zinātne, citu pagaidām vēl nē).

Jaunajā Derībā Pāvils raksta, ka „nekas nav nešķīsts pats par sevi”. (Romiešiem 14: 14) Cūka vai garnele nebūtu jāuzskata par „nešķīstu” reliģiskā nozīmē, taču norādījums „viņu gaļu neēdiet” nekad nav ticis atcelts.

POZITĪVA VESELĪBAS REFORMA

Taču laba veselība nesastāv tikai no aizliegumiem. Dievs mūs mīl un vēlas, lai mēs būtu laimīgi un veseli. „Mīļotais, es tev novēlu, lai tev visnotaļ labi klājas un ir laba veselība, kā tas jau ir tavai dvēselei.” (3. Jāņa 2) Mums vajadzīgs pietiekami daudz miega, kustības, svaigs gaiss, pilnvērtīgs ēdiens, jādzer daudz ūdens un jāizvairās no satraukumiem, uzticoties Dievam. Jūsu Debesu Tēvs jūs mīl, un jūs varat viņam uzticēties: „Visas savas rūpes uzveliet viņam, jo viņš gādā par jums.” (1. Pētera 5: 7)

„Tādēļ, vai ēdat vai dzerat, vai ko citu darāt, visu dariet Dievam par godu.” (1. Korintiešiem 10: 31)



Edvina Smita papiruss

Public domain, "Edwin Smith Papyrus v2" by Jeff Dahl - Edited version of Image:EdSmPaPlateVIandVIIPrintsx.jpg. Licensed under Public Domain via Commons - https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Edwin_Smith_Papyrus_v2.jpg#/media/File:Edwin_Smith_Papyrus_v2.jpg



Ārsts darbā (senā Grieķija)

"Medicine aryballos Louvre CA1989-2183 n2" by English: Clinic Painter (name-piece) - Marie-Lan Nguyen (2011). Licensed under CC BY 3.0 via Commons - https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Medicine_aryballos_Louvre_CA1989-2183_n2.jpg#/media/File:Medicine_aryballos_Louvre_CA1989-2183_n2.jpg