

تأثیر مزاج بر مبادی فعل اختیاری و راهکارهای تعدیل آن از دیدگاه ابن سینا (با تأکید بر مزاج صفرا)

منا فریدی خورشیدی^۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۶/۳۰؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۰۱

Doi: 10.30497/AP.2025.248999.1759

چکیده

ابن سینا با تلفیق حکمت مشاء و طب سستی نظامی یکپارچه برای تبیین فعل اختیاری انسان طرح کرده است. از نگاه او مزاج به عنوان پایه جسمانی نفس بر تمام مبادی فعل اختیاری اثر می‌گذارد. از میان مزاج‌ها، مزاج صفرا (در حالت اعتدال) سرعت در درک مصالح و مفاسد امور، شجاعت و اراده قوی و نیز خستگی ناپذیری را به ارمغان می‌آورد. این مقاله با روش تحلیل محتوای کتب ابن سینا نشان می‌دهد که مزاج صفرا (در حالت غیراعتدالی) می‌تواند با تأثیر بر هریک از مبادی فعل اختیاری، بر فعل انسان اثر منفی نیز بگذارد؛ برای نمونه می‌تواند از طریق تحریک قوه غضبیه و تضعیف عقل عملی مسیر فعل اختیاری را مختل کند و با ایجاد گرایش به تعجیل و خشم، چالشی جدی برای تحقق اختیار عقلانی باشد. گاهی ممکن است حرارت صفرا موجب سرعت در استنتاج شود و همین امر از توان سنجش عواقب امور بکاهد. گاهی نیز ممکن است با لرزش و ایجاد ضعف در اعضا، در مسیر تحقق خارجی فعل خلل ایجاد کند. راهکارهای پیشنهادی ابن سینا مبتنی بر تربیت سه بعدی بر پایه تعدیل مزاج، تهذیب قوه غضبیه و تقویت عقل عملی و اراده است. ابن سینا با نگاهی کل‌نگر تعدیل فعل اختیاری در صفراوی مزاجان را نیازمند همکاری طب، اخلاق و تربیت می‌داند. اگرچه مزاج صفرا از طریق تحریک غضب و تضعیف تأمل اختیار را تهدید می‌کند، می‌توان با مدیریت عقلانی آن را به فرصتی برای تقویت اراده آگاهانه تبدیل کرد.

واژگان کلیدی: صفرا، مبادی فعل اختیاری، اراده، ابن سینا

۱. استادیار گروه فلسفه و کلام اسلامی دانشگاه امام صادق علیه السلام، پردیس خاوران، تهران، ایران.

مقدمه

نفس و بدن و تعامل این دو با یکدیگر به عنوان دو جنبه از حقیقت انسانی از دغدغه‌های متفکرین اسلامی، به ویژه در طب و فلسفه، است؛ به نحوی که فیلسوف در تبیین سیر تکاملی نفس نمی‌تواند از بدن غافل شود و طبیب نیز برای مداوا باید به بعد روحانی انسان توجه ویژه داشته باشد. مزاج‌شناسی در نظام سلامت از امّهات مسائلی است که حفظ سلامتی و نیز بازگشت سلامتی (در صورت بیماری) انسان به آن وابسته است. طبیب می‌کوشد مزاج افراد را در حالت تعادل حفظ کند. از نگاه ابن سینا (۲۰۰۵م) مزاج کیفیتی است که از واکنش چهار رکن (آتش، هوا، آب و خاک) در اجزای بدن پدیدمی‌آید و حالتی جدید را بر ماده حاکم می‌سازد (ج ۱، ص. ۲۴).

نظام مزاج‌های چهارگانه ابن سینا (۱۳۷۹) ترکیبی از فلسفه طبیعی ارسطو، طب یونانی و مشاهدات بالینی است که در متون اصلی ابن سینا به آن پرداخته شده است. این مبانی زیرساخت تشخیص، درمان و حفظ سلامتی در طب سنتی‌اند. ابن سینا به عنوان فیلسوف - طبیب ضمن باور به استقلال نفس از بدن، معتقد است نفس در برخی موارد به واسطه مزاج خاص از بدن اثر می‌پذیرد؛ یعنی همان گونه که نفس حفظ و قوام مزاج را بر عهده دارد، مزاج هم در شکل‌گیری عادات و خلقیات مؤثر است. این مفهوم پایه فلسفه پزشکی ابن سینا است و در حقیقت پیونددهنده طب و فلسفه در نظام فکری او محسوب می‌شود؛ بنابراین هرگونه اختلال در مزاج بر عملکرد قوای نفس اثر می‌گذارد؛ همان گونه که فساد بدن به مزاج مرتبط است (ص. ۳۸۳)؛ البته باید توجه داشت که ذات نفس مجرد است و تنها در تجلیات عملی به بدن وابسته و متأثر از مزاج است؛ برای نمونه درک مفاهیمی مانند «عدالت» و «حقیقت» نیازمند ابزار جسمانی نیست و از مزاج نیز متأثر نیست؛ لذا نفس در مراتب پایین (حس و خیال) از مزاج متأثر است، اما در مراتب عالی (عقل نظری و اراده ذاتی) از مزاج مستقل است و این دوگانگی، مُنبعث از طبیعت مرکب انسانی است.

از طرفی در نگاه ابن سینا فعل اختیاری زنجیره‌ای پیوسته از قوای ادراکی و تحریکی است. مبادی مُدرکه (عقل و وهم و حس) به جهان شناخت پیدامی‌کنند و مبادی محرکه (شوق و

اراده و قوه عامله) این شناخت را به عمل تبدیل می‌کنند (ابن‌سینا، ۱۳۷۹، ص. ۳۴۲). این دو دسته با یکدیگر در تعامل‌اند؛ برای مثال ادراک عقلانی می‌تواند شوق و میل را تعدیل یا جهت‌دهی کند و همچنین شکست در عمل، موجب بازنگری در ادراک گردد.

با پذیرش تعامل نفس و بدن و نیز تأثیر آمزجه در افعال و خلیات انسانی، و با نظر به مبادی فعل اختیاری از دیدگاه ابن‌سینا، مسئله‌ای اصلی که این مقاله در صدد پاسخ‌گویی به آن است، چگونگی اثرگذاری مزاج (خصوصاً مزاج صفرا) بر هریک از مبادی فعل اختیاری است؛ یعنی امزجه، به‌ویژه مزاج صفرا، در فعل انسانی چه اثری می‌گذارد؟

هدف از پژوهش، به تأسی از ابن‌سینا، برقراری ارتباط میان فلسفه و طب است؛ به‌نحوی که با توجه به یکسانی مبادی فعل اختیاری در انسان‌ها بتوان این مبادی را براساس مزاج‌های گوناگون، به‌ویژه صفرا، شخصی‌سازی نمود؛ یعنی علاوه بر نقش‌آفرینی مبادی فعل اختیاری در فعل همه انسان‌ها، فهمید که این نقش‌آفرینی به‌طور خاص در انسان‌ها با مزاج‌های گوناگون چگونه تبیین‌پذیر است. آیا با نظر به مزاج افراد می‌توان نقش مؤثرتری برای برخی از مبادی فعل قائل شد؟ به‌طور خاص چگونه می‌توان صفراوی مزاجان را به انجام‌دادن عمل ترغیب کرد؟ به عبارت دیگر برای ترغیب صفراوی مزاجان به انجام‌دادن فعل، کدام یک از مبادی فعل اختیاری بیشترین تأثیر را خواهد داشت؟

برای رسیدن به پاسخ این پرسش‌ها ابتدائاً توضیحی مختصر از مزاج صفرا و ویژگی‌های جسمی و روحی این مزاج بیان‌گردیده و سپس به تبیین مبادی فعل اختیاری از نگاه ابن‌سینا پرداخته شده‌است. پس از بیان مبادی بحث، تأثیر مثبت و منفی مزاج صفرا بر مبادی فعل اختیاری براساس نگاه سینوی بررسی می‌گردد و برای تعدیل تأثیر این مزاج بر فعل انسانی، راهکارهایی از سوی ابن‌فلسوف - طیب ارائه می‌شود.

پیشینه پژوهش

مزاج و انواع آن و نیز درمان مزاج‌های غیرمعتدل مورد توجه پژوهشگران طب سنتی بوده‌است. این‌گونه مقالات با رویکرد غیرتطبیقی نگارش یافته‌اند؛ لذا قرابتی با مقاله پیش‌رو ندارند. در مقالات فلسفی پژوهشگران درباره مبادی فعل اختیاری از دیدگاه فیلسوفان اسلامی، خصوصاً

فیلسوفان صدرایی و نو صدرایی، سخن گفته‌اند؛ مانند مقاله «تحلیل وجودشناختی فرایند صدور فعل از منظر ابن سینا و صدر المتألهین» (وفائیان، و فرامرز قراملکی، ۱۳۹۶، صص. ۲۳-۱) و مقاله «واکاوی فعل اختیاری و چگونگی تکوّن آن در اندیشه علامه طباطبائی (ره)» (نقوی، و اکبریان، ۱۴۰۱، صص. ۱۱۵-۱۳۹). در برخی مقالات نیز یکی از مبادی فعل اختیاری مورد نظر مؤلف قرار گرفته است؛ مانند «بررسی اراده انسان از دیدگاه متکلمین و فلاسفه اسلامی» (سلیمانی، ۱۳۸۴، ص. نامشخص). این گونه مقالات در حوزه فلسفه اسلامی نگارش یافته‌اند؛ لذا دربردارنده بحث مزاج به عنوان کلیدواژه اصلی این مقاله نبوده‌اند و قرابتی با مقاله پیش‌رو ندارند.

در مقالاتی نیز به صورت پراکنده و در ضمن مطالب دیگر به تأثیر مزاج بر فعل انسانی اشاره شده است؛ مانند «تحلیل انتقادی ماهیت و عوامل مؤثر بر خلق در مکتب ابن سینا» (سعید تهرانی، و سلیمانی، ۱۴۰۳، صص. ۱۵۷-۱۳۷). مقالاتی نیز در رابطه مزاج و اخلاق را مدافعه نموده‌اند و در حیطه مسائل تربیتی ورود پیدا کرده‌اند؛ مانند «تبیین رابطه مزاج و اخلاق، کارکرد اخلاقی عقل در فلسفه ملاصدرا» (خدابنده بایگی، حسینی شاهرودی، و مروارید، ۱۳۹۸، صص. ۱۰۹-۱۳۹). در این مقاله به کارکرد عملی مزاج توجه ویژه شده است و پیوند مزاج و اخلاق مدّ نظر قرار گرفته است. این مقالات به صورت گذرا به عامل مزاج در خلق انسانی پرداخته‌اند و به طور جدی به مبادی فعل اختیاری توجه نکرده‌اند.

تنها در یک مقاله از تأثیر مزاج به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر فاعلیت انسان سخن به میان آمده است: «بازخوانی نظریه ملاصدرا درباره مزاج، خلیات و کیفیات نفسانی بر فاعلیت نفس» (درزی، آیت‌اللهی، سعیدی مهر، ۱۳۹۶، صص. ۵۷-۳۳). در این مقاله مزاج به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر فاعلیت انسان بررسی شده و به تأثیر مزاج بر انواع فاعلیت نفس پرداخته شده است. دستاورد مقاله این است که مزاج بیشترین تأثیر را بر فاعلیت بالعنایه دارد. این مقاله دو تفاوت اساسی با پژوهش حاضر دارد: الف) پژوهشگر به دیدگاه ملاصدرا نظر داشته است؛ اما مقاله پیش‌رو از نگاه ابن سینا مسئله را بررسی می‌نماید؛ ب) مقاله مذکور به طور خاص به مبادی فعل اختیاری نپرداخته است؛ بلکه با توجه به اصول فلسفی ملاصدرا نقش مزاج، خلیات و کیفیات نفسانی را بر انواع فاعلیت نفس در حرکت جوهری بررسی نموده است.

روشن است که هیچ‌کدام از این پژوهش‌ها مستقیماً با مقاله حاضر مرتبط نیستند و در پژوهش‌های پیشین، به «مزاج» به صورت مستقل و به عنوان یک عامل طبیعی مؤثر بر مبادی فعل اختیاری پرداخته نشده است؛ لذا با پرداختن به این خلأ پژوهشی و با هدف تحلیل تأثیر مزاج بر هریک از مبادی فعل اختیاری از نظر ابن سینا، مقاله حاضر سامان یافته است.

۱. مبادی بحث

۱-۱. مزاج صفرا

مزاج صفرا یکی از ارکان چهارگانه نظام طبایع است که بر پایه نظریه «امتزاج عناصر چهارگانه» تعریف می‌شود. صفرا (ماهیت گرم و خشک / حارّ یابس) محصول نهایی سوخت‌وساز کبدی است. جرجانی (۱۳۸۰) منشأ تشکیل صفرا را کف خون می‌داند و فرایند تشکیل آن را سوختن به وسیله حرارت کبد معرفی می‌کند (ج ۱، ص ۲۷). این تعریف نشان‌دهنده پیوند کبد و خون در تولید صفراست.

افراد با مزاج صفرا دارای چهره‌ای زرد رنگ‌اند (رازی، ۲۰۰۲م، ج ۱، ص ۱۳۲) و به دلیل کیفیت احتراقی صفرا، این افراد دچار تشنگی شدیدند و خشکی دهان دارند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص ۱۶۲). رازی هشدار می‌دهد هرگاه صفرا چیره شود، اندام‌ها را می‌سوزاند و تب‌های تند پدید می‌آورد و بدن را به سمت پژمردگی می‌برد (رازی، ۲۰۰۲م، ج ۱، ص ۲۷۸)؛ چراکه به علت احتراق صفرا کبد آسیب می‌بیند و بخارات کبدی به مغز صعود می‌کنند و سبب سردرد تند می‌گردند. تندی خشم به جهت اثرپذیری سریع از گرما از نشانه‌های روحی افراد با مزاج صفرا است (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، صص ۱۶۰ و ۲۲۴). ابن سینا صفراوی مزاجان را به دلیل شدت حرارت سریع‌الانتقال می‌داند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص ۱۶۰) چراکه حرارت قوه متخیله را تهییج می‌کند و به سرعت به ادراک می‌رسند؛ به طوری که این ویژگی آنان را در شرایط بحرانی برای تصمیم‌گیری سریع توانمند می‌سازد.

از میان مزاج‌های چهارگانه مزاج صفرا دارای بالاترین سرعت یادگیری (البته سطحی) است (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص ۹۹)؛ آنان به دلیل سبکی نفس و تیزی ذهن علوم را سریع فرامی‌گیرند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص ۳۱۶). این امر به واسطه مکانیسم عصبی - حرارتی

صفرا رخ می‌دهد؛ به‌طوری‌که حرارت صفرا حرکت اعصاب را سریع می‌کند؛ یعنی سرعت انتقال عصبی افزایش می‌یابد؛ البته آفت سرعت بالا غفلت و عدم‌توجه به جزئیات و درنهایت وقوع خطاهای محاسباتی است.

بوعلی معتقد است صفراوی‌ها به‌دلیل خشکی مغز و به‌واسطه ثبات صور علمیه در ذهن حافظه‌ای قوی دارند (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۳۱۶) و قادر بر حفظ مطالب پیچیده‌اند. از آنجا که حرارت صفرا قلب را تقویت می‌کند (اگر تحت تدبیر عقل قرارگیرد) منشأ شجاعت و بلندهمتی خواهد بود (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۵۱)؛ بنابراین از نگاه وی صفرا و اساساً هیچ قوه‌ای در نفس، شر مطلق نیست؛ لذا بر پایه اخلاق فضیلت‌محور سینیوی فضیلت اعتدال قوا تحت تدبیر عقل است و رذیلت، افراط یا تفریط قواست.

۱-۲. مبادی فعل اختیاری از دیدگاه ابن‌سینا

ابن‌سینا فعل اختیاری را عملی می‌داند که ناشی از علم، اراده و قدرت انسان باشد. او در آثار خود مبادی تشکیل‌دهنده فعل ارادی را به‌صورت نظام‌مند بررسی کرده‌است. پنج مبدأ اصلی صدور فعل اختیاری از نظر وی بدین شرح است: ۱) تصور فعل؛ ۲) تصدیق به فائده؛ ۳) شوق به صدور و ایجاد فعل؛ ۴) اجماع بر صدور فعل (اراده)؛ ۵) حرکت عضلات. ابن‌سینا گاه پنج مبدأ فوق را در چهار مبدأ جای‌داده و گاه از سه مبدأ نام‌برده‌است؛ گاهی تصور و تصدیق را جداگانه بیان کرده و شوق و اجماع را با هم قیدنموده (ابن‌سینا، ۱۴۰۴ه، ص. ۱۶) و گاهی تصور و تصدیق را ذیل مبدأ علمی قید کرده و آن‌ها را با نام «شعور» و «ادراک» می‌خواند و شوق و اجماع را متمایز از یکدیگر ذکر نموده‌است (ابن‌سینا، ۱۳۸۷، ص. ۲۷۴).

در نگاهی دیگر مبادی پنج‌گانه در دو دسته کلی «مدرکه» و «محرکه» جای می‌گیرد؛ قوای مدرکه شامل حواس ظاهری و باطنی است (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۱۰۲). مبادی مدرکه با ادراک موقعیت، تصور فعل و سپس تصدیق به فایده یا ضرر زمینه را برای مرحله بعد فراهم می‌کنند. قوای محرکه شامل قوایی است که پس از مرحله ادراک وارد عمل می‌شوند و انگیزه و حرکت لازم را برای انجام‌دادن فعل ایجاد می‌کنند؛ یعنی انرژی لازم برای تبدیل قصد ذهنی به عمل عینی را فراهم می‌آورند.

بنابر دیدگاه ابن سینا (۱۳۸۷) انسان ابتدائاً چیزی را تصویری کند و مفید بودن آن را تصدیق می‌نماید، سپس به‌سوی آن امر شوق می‌یابد و درنهایت، از طریقِ قوه فاعله عضلات حرکت می‌کنند و فعل صورت می‌پذیرد؛ لذا مبادی فعل اختیاری عبارت‌اند از: ۱) قوه مدرکه‌ای که مسئول تصور فعل و نیز تصدیق فایده می‌باشد؛ ۲) قوه شوقیه که میل به آن فعل را پدیدمی‌آورد و ۳) قوه فاعله که سبب ایجاد حرکت در اندام‌ها می‌شود (ص. ۲۷۳)؛ بدین ترتیب قوه فاعله مبدأ قریب، قوه شوقیه مبدأ بعید و قوه مدرکه مبدأ أبعد فعل است.

۲. تأثیر مزاج بر فعل اختیاری از دیدگاه ابن سینا

ابن سینا (۲۰۰۷م) اشاره می‌کند عوامل بیرونی نفس، همچون مزاج و خلقیات، آثار متناسب با خود را بر نفس عارض می‌کنند (ص. ۱۹۷) و می‌توانند بر اراده اثر بگذارند؛ اما نفس به‌جهت تجرد ذاتی توان غلبه بر این تأثیرات را دارد؛ چراکه تأثیر سافل بر عالی تنها در قالب علت معد است (سعیدتهرانی، و سلیمانی، ۱۴۰۳، ص. ۱۴۹).

جمع تأثیر مزاج بر نفس و درعین‌حال اعتقاد به تجرد نفس از دو آفت جلوگیری می‌کند: الف) با ردّ جبر مطلق تأکید می‌کند که عوامل دیگر از جمله مزاج- که موردنظر مقاله حاضر است- به‌علت آماده‌سازی انگیزه‌ها تنها زمینه‌ساز است، نه علت تامه برای سلب اختیار؛ ب) با ردّ تفویض مطلق از تأثیر طبیعت بر افعال انسانی غفلت نمی‌ورزد. این دیدگاه میانه‌روی بین جبر و تفویض است و انسان را باوجودِ اثرپذیریِ مسئول اعمال خود می‌داند. این تحلیل نشان می‌دهد نظام فلسفی ابن سینا ترکیبی از روان‌شناسی ارسطویی و الهیات اسلامی است و تأکید او بر مسئولیت اخلاقی انسان، پایه‌های نظریه عدل الهی در فلسفه اسلامی را تقویت می‌کند. ابن سینا با تلفیق طب یونانی و فلسفه اسلامی نظری منحصر به فرد ارائه می‌کند که در آن، جسم و نفس در تحقق فعل اختیاری مشارکت دارند، بدون اینکه جبرگرایی نتیجه‌شود.

عامل	نقش در فعل اختیاری
مزاج	ایجاد گرایش‌های اولیه (میل / انزجار)
عقل	ارزیابی گرایش‌ها و انتخاب نهایی
اراده	اجرای عمل پس از ترجیح عقلانی

از نظر ابن سینا (۲۰۰۵م) مزاج به طور غیرمستقیم می تواند زمینه ساز تقویت یا تضعیف اختیار باشد. نفس انسانی گرچه مجرد است، برای انجام دادن فعل در جهان مادی نیازمند ابزار جسمانی (اعضای بدن) است؛ بنابراین افعال صادرشده از نفس وابسته به سلامت اعضای بدن و اعتدال مزاج های آن هاست (ج ۱، ص. ۴۵) و مزاج معتدل، زمینه ساز تسلط عقل بر شهوت و غضب است. در طب سنتی عدم اعتدال مزاج سبب بیماری است. از آنجا که بدن و نفس با یکدیگر در تعامل اند، فساد یکی بر دیگری اثر می گذارد و عدم اعتدال مزاج، سبب می شود فاعلیت نفس تحت تأثیر قرار گیرد؛ برای نمونه سردی مفرط کاهش عملکرد عقل و تعلل در تصمیم گیری را به دنبال دارد؛ گرمی مفرط نیز غضب و تندخویی را تقویت می کند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۰۷) و ممکن است بر عملکرد عقل اثرگذار باشد؛ تری مفرط افزایش شهوت و ضعف اراده را به دنبال دارد.

به باور ابن سینا (۲۰۰۵م) هرگاه اخلاط چهارگانه در تعادل باشند، قوای نفسانی نیز به تعادل می رسند. همان گونه که مزاج معتدل تأثیرات مثبتی بر عملکرد هریک از مبادی فعل اختیاری دارد، در نقطه مقابل مزاج نامعتدل می تواند بر هریک از مبادی فعل اختیاری اثراتی منفی بگذارد؛ برای نمونه مزاج نامعتدل می تواند بر عقل عملی (المبدأ التصوري) اثرگذار باشد؛ مثلاً در مزاج صفاوی به علت حرارت و خشکی تدبیر و تصمیم گیری به سرعت انجام می شود (ص. ۲۱۶) و فرد، بدون محاسبه اخلاقی تمایل به انتقام پیدامی کند؛ یا در مزاج سوداوی و سواس، تردید در تشخیص خیر و شر ایجاد می نماید. همچنین مزاج نامعتدل می تواند بر اراده (المبدأ التحریکی) مؤثر باشد؛ برای مثال در مزاج دم تقویت شهوت میل به لذات آنی را بالامی برد و به تضعیف اراده عقلانی منجر می شود. همچنین ممکن است مزاج نامعتدل بر قدرت اجرایی (المبدأ التنفيذي) نیز اثر منفی بگذارد؛ برای نمونه غلبه بلغم موجب کندی در حرکت ارادی می شود (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۳۹) که سبب آن سردی اعصاب است.

بنابر توضیحات ارائه شده تأثیر مزاج بر فعل آن را از حالت اختیاری بودن خارج نمی کند؛ اما به طور غیرمستقیم بستری جهت تقویت و یا تضعیف اختیار است؛ یعنی می تواند با اثرگذاری

بر مبادی فعل انسان را بر انجام دادن فعلی خاص رغبت یا رخوت ایجاد کند؛ البته مزاج در حالت اعتدال یاری گر نفس است؛ اما در حالت نامعتدل مشکلاتی را برای فرد پدید می آورد؛ لذا ابن سینا برای تعدیل هریک از مزاج ها پیشنهاداتی ارائه می دهد.

۳. راهکارهای تعدیل مزاج از دیدگاه ابن سینا

از آنجا که ابن سینا معتقد است با تعدیل مزاج قوای نفسانی نیز اعتدال می یابند و انسان به اختیار عقلی نزدیک تر می شود، راهکارهایی جهت تعدیل مزاج به منظور تقویت عقل عملی ارائه می دهد. این روش ها در سه بخش تغذیه، درمان با دارو و نیز رفتار قابل تقسیم بندی اند. اعتدال حاصل شده پس از درمان مزاج از طریق هریک از این روش ها، بر فعل اختیاری اثر ویژه ای دارد:

مزاج	روش تعدیل			تأثیر بر فعل اختیاری
	تغذیه	دارو	رفتار	
صفرا	پرهیز از غذاهای حار و مصرف غذاهای سرد و تر؛ مانند کاهو و کدو (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۶۲)	استفاده از خنک کننده ها؛ مانند صمغ بطیخ و گلاب (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۶۲).	پرهیز از حمام گرم، شست و شو با آب سرد (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۲۷)	کاهش تعجیل در تصمیم گیری
سودا	استفاده از غذاهای گرم و تر؛ مانند گوشت گوسفند و پیاز (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۴۰)	استفاده از مرطوب کننده ها؛ مانند عسل (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۳۱)	پرهیز از اندوه با مُسهلات و تنقیه (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۸۲)	کاهش وسواس و تقویت تعقل
بلغم	استفاده از غذاهای گرم و خشک؛ مانند زنجبیل و دارچین (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۴)	استفاده از سکنجبین عنصلی (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۹۴)	پرهیز از رطوبت ها و ورزش کردن (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۳۵)	تقویت اراده و جسارت
دم	استفاده از غذاهای سرد و خشک (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۴)	استفاده از خنک کننده ها؛ مانند خیار و کدو (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۴۶)	ورزش معتدل جهت سوزاندن فضولات (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۳۵)	تضعیف شهوت و تقویت اراده

اصل کلیدی در تجویزهای ابن سینا درمان به ضدّ است؛ یعنی هر کیفیتی را با کیفیت مخالفش درمان می‌کند. در مزاج صفرا (گرم و خشک) به جهت کنترل گرما پرهیز از غذاهای حارّ و نیز پرهیز از حمام گرم را توصیه می‌کند و به جهت تعدیل گرمای صفراوی، استفاده از سردی و تری مانند خوراکی‌های سرد و تر و خنک‌کننده‌ها را تجویز می‌نماید. از آنجا که حرارت بالای صفرا موجب سرعت در تصمیم‌گیری می‌گردد، تعدیل این حرارت می‌تواند فرد را از افعال عجولانه بازدارد.

درباره مزاج سودا (سرد و خشک) مصرف غذاهای گرم و تر توصیه شده است و به جهت کاهش خشکی استفاده از مرطّب‌ها تجویز می‌شود. سودای ناصالح موجب ایجاد یأس و ناامیدی و ناراحتی‌های روحی می‌گردد؛ به همین دلیل سوداوی‌ها در خودفروریزی و خودخوری دارند؛ لذا پرهیز از اندوه توصیه شده است. با اجرای این توصیه‌ها و با کاهش خشکی دماغ و سواس فکری کاهش می‌یابد و با کاهش سردی دماغ، نیروی عقل تقویت می‌گردد.

درباره مزاج بلغم (سرد و تر) بالا بردن گرمی بدن و نیز کاهش سردی در دستور کار است؛ لذا برخلاف صفراوی‌ها، استفاده از غذاهای گرم و محررات توصیه شده است. در کنار این موارد ورزش که ایجادکننده حرارت است نیز تجویز می‌شود. در بلغمی مزاجان به جهت سردی کارها به کندی صورت می‌پذیرد و به جهت تری، رخوت بر آن‌ها حاکم است که باید با جایگزینی گرما و نیز کاهش تری درمان‌گردند که منجر به تقویت اراده و جسارت در این افراد می‌گردد.

درباره مزاج دم (گرم و تر) به جهت کنترل گرما و رطوبت مصرف غذاهای سرد و خشک توصیه می‌شود و به جهت کاهش رطوبت، استفاده از خشک‌کننده‌ها تجویز شده است. از آنجا که دموی‌ها به دلیل رطوبت بالا مستعدّ تشکیل فضولات‌اند، ابن سینا با توصیه به ورزش معتدل با ایجاد حرارت مفید، قصد تعدیل رطوبت و خروج فضولات را دارد؛ چراکه ورزش با ایجاد حرارت خون را رقیق می‌کند و منافذ بدن را باز می‌نماید و منجر به استفراغ طبیعی از طریق تعریق می‌گردد. همین فرایند موجب کاهش رطوبت و در نتیجه تقویت اراده دموی‌ها می‌شود و نیز با کاهش حجم و غلظت خون، شهوت را در آنان کنترل می‌کند. باید توجه داشت که ورزش در دموی‌ها باید معتدل باشد؛ چراکه ورزش شدید به جای تحلیل رطوبت زائد، باعث افزایش حرارت

می شود.

ارائه این راهکارهای منطقی نشان می دهد توصیه های ابن سینا صرفاً براساس تجربیات نبوده، بلکه بر نظام مبتنی بر کیفیات چهارگانه، اخلاط و البته توجه فلسفی به علل اربعه استوار است. هر دارو و درمانی برای ایجاد تضاد کیفی با مزاج نامعتدل (علت مادی) است و غایت درمان، بازگشت به اعتدال (علت غایی) می باشد؛ بنابراین همه راهکارها (به عنوان علت صوری) به جهت بازگرداندن بدن به حالت اعتدال است که در آن قوای طبیعی بدن (علت فاعلی) بتوانند به بهترین شکل عمل کنند.

۴. تأثیر مزاج صفرا بر مبادی فعل اختیاری از دیدگاه ابن سینا

۴-۱. تأثیرات مثبت

۴-۱-۱. تأثیر بر عقل نظری

سرعت ادراک از تأثیرات مثبت صفرا است که اگر مزاجش معتدل باشد، در ادراک از همه سریع تر است (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۶). حرارت صفرا موجب انتقال سریع عصب در مغز می گردد و همین امر موجبات تحلیل سریع موقعیت های پیچیده را فراهم می آورد. این ویژگی در تصمیم گیری های اضطراری امتیاز محسوب می شود؛ البته همان گونه که اشاره شد، شرط تحقق این اثر مثبت اعتدال نسبی است؛ چراکه گرمی مفرط منجر به شتاب زدگی می گردد (ابن سینا، ۱۳۸۵، ص. ۳۴۶) و شتاب زدگی نیز غفلت از عواقب عمل را به دنبال دارد. ابن سینا صفراوی معتدل را الگوی تعادل میان سرعت و دقت می داند. این حالت هنگامی رخ می دهد که حرارت ذاتی صفرا توسط عوامل تعدیل کننده، مانند ترطیب و تربیت عقلانی، مهار شود. صفراوی معتدل نه تنها در ادراک مصالح سریع است، بلکه توانایی تحلیل عمیق و سنجش همه جانبه را نیز دارد. این ویژگی می تواند او را به مدیر و تصمیم گیرنده ای ممتاز بدل کند.

۴-۱-۲. تأثیر بر اراده

تقویت عزم و شجاعت از دیگر تأثیرات مثبت صفرا است؛ چراکه گرمی صفرا به قلب قوت می بخشد و این ویژگی ریشه شجاعت است (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۵۱). صفرا با تحریک قوه غضبیه فرد را به همت عالی و پایدار در عمل می رساند. این ویژگی در دفاع از حق و ثبات

آن و یا انجام دادن امور دشوار امتیاز است.

۴-۱-۳. تأثیر بر قدرت اجرایی

نیروی فعالیت و تحمل رنج در صفراوی‌ها به جهت خشکی ذاتی قوی‌تر است. خستگی در آنان به زودی اثر نمی‌کند (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۱۶۰)؛ چراکه خشکی صفرا موجب افزایش استحکام اعصاب و عضلات می‌شود و لذا بر انجام دادن اعمال طاقت‌فرسا تواناترند.

۴-۲. تأثیرات منفی

۴-۲-۱. تحریک قوه غضبیه

مزاج صفرا با افزایش حرارت و خشکی قوه غضبیه را در جهت فوران‌پذیری و عدم تأمل فعال می‌کند (ابن‌سینا، ۱۴۱۷ه، ص. ۳۶۴). این حالت مرحله میل نفسانی در فرآیند اختیار را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد؛ آن‌گونه که ابن‌سینا معتقد است، صفراوی‌مزاجان در تصمیم‌گیری‌ها دودل‌اند و به جهت گرمی و خشکی مغز، در شروع کارها شتاب می‌کنند (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۶). این ویژگی ناشی از عدم تعادل میان سرعت انفعال و ملاحظه عواقب امر است که از حرارت بالا نشأت می‌گیرد.

۴-۲-۲. تضعیف عقل عملی

مزاج صفرا با غلبه گرمی و خشکی بر عملکرد عقل عملی اثر می‌گذارد. گرمی صفرا موجب تعجیل در استنتاجات می‌گردد (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۱۵۹) و توان سنجش عواقب عمل را کاهش می‌دهد. همچنین صفراوی‌مزاجان به سبب تند طبیعت در محاسبه سود و زیان خطا می‌کنند؛ لذا ممکن است درگیر قضاوت‌های افراطی گردند. عقل عملی که وظیفه تصدیق مصلحت‌سنجانه را دارد، تحت تأثیر غلبه صفرا، در ترجیح سود کوتاه‌مدت (مانند انتقام) به جای سود بلندمدت ناتوان می‌شود و در نتیجه آن تدبیرها ضعیف می‌شوند؛ لذا حرارت صفرا تصورات جزئی را قوی، و تعقل کلی را ضعیف می‌گرداند؛ ابن‌سینا معتقد است هنگامی که صفرا بر مغز غلبه کند، عقل در حکم‌دادن بدون تأمل شتاب می‌کند (ابن‌سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۳۱۶)؛ چراکه حرارت صفرا قوه مدبره (مغز) را تهییج می‌کند؛ بنابراین به اعتقاد ابن‌سینا سرعت ادراک در صفراوی‌ها دقت آنان را کاهش می‌دهد و نیز حرارت صفرا قوه متخیله را

تحریک می‌کند؛ اما قوه عاقله را برای تأمل کند می‌کند و ازسویی دیگر به جهت خشکی صفرا خیال‌پردازی تقویت می‌شود (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۱۶۰). غلبه تخیل بر تعقل آنان را در تحلیل منطقی ضعیف می‌سازد؛ بنابراین شتاب در ادراک، ضعف در تأمل و غلبه تخیل بر تعقل از علل خطا در صفراوی مزاجان است که ناشی از عدم تعادل میان سرعت ادراک و دقت در تحلیل می‌باشد که ممکن است آنان را به سمت تصمیم‌های نادرست سوق دهد.

انحراف اراده: اراده صفراوی مزاج به دلیل گرمی قلب به سوی افعال تند و بدون محاسبه گرایش می‌یابد (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۵۲) که ناشی از اراده تحقق عمل، پیش از تحقیق مصلحت است. گرمی صفرا موجب افزایش حرارت می‌گردد و در نهایت به کاهش صبر و نیز رفتارهای تکانشی منجر می‌شود. همین مسئله موجب می‌شود اراده در صفراوی‌ها تابع هیجان قوه غضبیه باشد، نه حکم عقل و به همین دلیل صدور فعل با علم به زشتی عمل، از این دسته افراد دور از ذهن نخواهد بود؛ چراکه ممکن است اراده پیش از بررسی عقل، به فعل بیانجامد.

۴-۳. تأثیر بر قدرت اجرایی

غلبه صفرا بر اعصاب و عضلات در تحقق خارجی فعل اختلال ایجاد می‌کند؛ چراکه موجب لرزش اعضا و ضعف در کنترل آنان می‌گردد (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۳۱۷)؛ لذا ممکن است فرد صفراوی در اجرای دقیق آنچه اراده نموده است، توانمند نباشد. نکته دیگری که شاید به نوعی با قدرت اجرایی افراد صفراوی مرتبط باشد، این است که آنان به جهت گرمای مغز و کاهش رطوبت لازم برای تداوم حرکت، در استمرار فعل ضعیف‌اند؛ به طوری که فعل را با نشاط آغاز می‌کنند، اما از ادامه دادن آن ناتوان‌اند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۶).

۵. راهکارهای تعدیل مزاج صفرا از دیدگاه ابن سینا

سوء مزاج صفرا موجب اختلال در شبکه‌ای از اندام‌ها می‌شود:

– کبد: هرگاه صفرا افزایش یابد، در کبد ورم صفراوی ایجاد می‌نماید (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۱۹۲).

– مغز: صعود بخارات صفراوی موجب سردرد، بی‌خوابی و هذیان می‌شود (رازی، ۲۰۰۲م، ج ۱، ص. ۵۷).

- معده: غلبه صفرا موجب سوزش معده و خشکی دهان می‌شود (جرجانی، ۱۳۸۰، ج ۲، ص. ۱۷۴).

- قلب: حرارت صفرا قلب را تهییج می‌کند و نفس را سریع و نبض را بزرگ می‌نماید (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۵۲).

ابن سینا جهت تعدیل مزاج صفرا سه دسته راهکار ارائه می‌کند و مدیریت مزاج صفرا را مستلزم تعامل سه‌گانه جسم، نفس و عقل می‌داند.

۱-۵. تنظیم و تعدیل مزاج بر پایه جسم

وی برخی تدابیر طبی را توصیه می‌نماید؛ مانند استفاده از توت و زردآلو (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۹) به جای غذاهای گرمازا مانند فلفل و سرخ کردنی‌ها. همچنین فصد در فصل بهار جهت دفع صفرای زائد (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۲۰) و نیز شنا در آب خنک (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۲۷) جهت کاهش حرارت درونی.

۲-۵. تنظیم و تعدیل مزاج بر پایه نفس از طریق تهذیب و کنترل قوه غضبیه

در این بخش ابن سینا تأتی در افعال را برای افراد گرم مزاج واجب می‌داند (ابن سینا، ۱۳۸۷، ص. ۱۹۲)؛ مانند اینکه فرد پیش از هر تصمیمی با شمارش تا ۱۰، واکنش خود را به تأخیر بیندازد و یا خشم را با فعل متضاد آن (بخشش) جایگزین نماید.

۳-۵. تنظیم و تعدیل مزاج بر پایه اراده از طریق تقویت عقل عملی

در این بخش با استناد به مبنای ابن سینا و توسعه عملی این مبنا، می‌توان تحلیل روزانه پیامدهای اعمال در قالب نوشتار را پیشنهاد داد. از آنجا که صفراوی‌ها به علت حرارت بالا مستعد تعجیل در افعالند (ابن سینا، ۱۳۸۷، ص. ۱۴۳) با نوشتن پیامد افعال و تأمل در عواقب، باعث تعدیل این شتاب‌زدگی خواهند شد. جهت تقویت اراده انجام دادن اعمال اختیاری کوچک (به صورت روزانه) نیز مؤثر است.

۶. راهکارهای ترغیب صفراوی‌ها به انجام دادن عمل

برای ترغیب فرد صفراوی مزاج به انجام دادن فعل اختیاری خاص (مثل تصمیم مالی، تعهد اخلاقی یا اقدام اجتماعی) براساس فلسفه ابن سینا باید بر دو مبدأ کلیدی تمرکز کرد که مستقیماً

با ویژگی‌های ذاتی صفرا همسو هستند:

۱-۶. تحریک عقل عملی به عنوان مبدأ تصدیق مصلحت‌محور

صفراوی مزاجان به دلیل تیزی ذهن و قدرت تحلیل سریع اگر مصلحت فعل را به شکل عینی درک کنند، با شتاب آن را اجرامی کنند (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۳، ص. ۳۱۶)؛ یعنی عقل عملی اگر مصلحت حقیقی را درک کند، شناخت را به عمل تبدیل می‌کند. ارائه داده‌های کمی و عینی از سودمندی فعل می‌تواند راهکار مناسبی برای ترغیب صفراوی مزاجان بر انجام دادن فعل اختیاری باشد.

۲-۶. هدایت قوه غضبیه به جهت تبدیل خشم به حرکت هدفمند

انرژی بالای صفرا اگر به جای خشم کور در مسیر غضب معقول قرارگیرد، به پیشران عمل تبدیل می‌شود. ادراک عینی مصلحت- که در عنوان قبلی ذکر شد- قوه غضبیه را تهییج می‌کند و این قوه، انرژی فوری برای عمل را فراهم می‌کند و از این طریق فرد صفراوی سریعاً به عمل می‌پردازد (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۱۶). ابن سینا معتقد است صفراوی به دلیل گرمای مغز، در معرض تشویش ذهنی است و به تبع آن متهور و خشمناک می‌شود (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۲، ص. ۲۰۷). همین مسئله لزوم هدفمند نمودن غضب صفراوی را روشن می‌کند. ایجاد حس مبارزه طلبی مثبت و تحریک حس رقابت در صفراوی‌ها می‌تواند راهکار مناسبی جهت ترغیب آنان به انجام دادن فعل اختیاری باشد.

در ترغیب صفراوی مزاجان بر انجام دادن عمل اختیاری باید بیشتر به نتایج کوتاه مدت توجه داد و از تأکید صرف بر عواقب بلندمدت خودداری نمود. نکته دیگر اینکه استدلال‌های انتزاعی صرف بر این دسته افراد اثر ندارد و آنان به دنبال داده‌های ملموس و کمی‌اند و باید با آنان با جملات کوتاه و رسا سخن گفت؛ چراکه حرارت صفرا موجب سرعت در گیرایی و نیز کم‌طاقتی آن‌هاست. راهکار ابن سینا برای بهره‌مندی بیشتر از این ویژگی و تربیت و مدیریت صفراوی‌ها دعوت آن‌ها به صبوری جهت تعدیل مزاج است (ابن سینا، ۲۰۰۵م، ج ۱، ص. ۲۳۴)؛ لذا می‌توان برای بهره‌وری بیشتر صفراوی‌ها هدف بلندمدت را به مراحل کوتاه مدت تقسیم نمود تا فرد نتیجه زودبازده عمل خود را بفهمد و به انجام دادن عمل ترغیب شود.

با نظر به آنچه بیان شد، باوجود اشتراک مبادی فعل اختیاری میان تمامی انسان‌ها، می‌توان به‌جهت تأثیر مزاج بر نفس، از مبادی اختیاری شخصی‌سازی‌شده سخن گفت؛ یعنی هر فرد برای انجام‌دادن فعل اختیاری از دالان مبادی فعل اختیاری با رنگ و بوی مزاج خودش عبور می‌کند؛ یعنی هرکدام از این مبادی در مزاج‌های گوناگون دچار شدت و ضعف‌اند؛ لذا برای تربیت افراد و ترغیب به امری و یا تحذیر از امری باید به مزاج آن فرد توجه نمود؛ یعنی صرف توجه به مبادی فعل اختیاری کفایت نمی‌کند و لازم است با در نظر گرفتن مزاج فرد به مبادی فعل اختیاری توجه شود؛ بنابراین از نگاه ابن‌سینا تربیت حکیمانه تربیتی است که مزاج را می‌شناسد، قوای نفس را تقویت می‌کند و عقل را به‌عنوان ناخدای کشتی قوا می‌داند، اما برای هر مسافر نقشه سفر جداگانه‌ای تدبیر می‌کند.

جمع‌بندی نهایی

۱. تأثیر مزاج بر مبادی فعل اختیاری در نظام فکری ابن‌سینا نه جبر مطلق، بلکه تابع‌پذیری علی است؛ چراکه از طرفی مزاج قوای نفس را تحت تأثیر قرار می‌دهد و از طرف دیگر عقل سالم می‌تواند از طریق تربیت (تقویت اراده) و نیز طبابت (تعدیل اخلاط) در مزاج تصرف کند؛ بنابراین مزاج مستقیماً اختیار را سلب نمی‌کند، بلکه در بستر قوای نفس آن را شکل می‌دهد. انسان می‌تواند مزاج را در خدمت اختیار اخلاقی در آورد. اگرچه مزاج بر عمل اثر می‌گذارد، عقل سالم قادر به نقش‌آفرینی فعال است. ابن‌سینا صفرا را مانع مطلق اختیار نمی‌داند؛ بلکه آن را زمینه‌سازی طبیعی می‌خواند که عقل توانایی هدایتش را دارد.

۲. از دیدگاه ابن‌سینا مزاج به‌عنوان علت اعدادی (و نه فاعلی) به تحقق فعل اختیاری کمک می‌کند و نقش مستقیم ندارد؛ یعنی مزاج با اثرگذاری بر کیفیت عملکرد قوای نفسانی- از جمله قوه عاقله در ادراک خیر و شر، قوه متخیله در تصویرسازی غایات و قوه غضبیه و شهویه در ایجاد انگیزش- امکان تحقق فعل را تسهیل یا تضعیف می‌کند؛ درحالی‌که نفس انسانی همواره توانایی تصحیح ادراکات و مدیریت تمایلات را دارد. مزاج صفرا نیز تنها زمینه‌های فیزیکی و روانی لازم برای تحقق فعل اختیاری را فراهم می‌آورد؛ بی‌آنکه به‌تنهایی تعیین‌کننده فعل باشد. این تمایز بنیادین نشان می‌دهد باوجود تقویت برخی تمایلات توسط مزاج صفرا،

نفس ناطقه همچنان به عنوان فاعل مختار توانایی انتخاب و تصحیح این تمایلات را دارد. این تحلیل نشان می‌دهد گرچه ممکن است مزاج نامعتدل مسیر تحقق فعل را با چالش مواجه کند، نفس می‌تواند با تقویت قوه عاقله و نیز تهذیب اخلاقی بر این موانع غلبه کند و فعل اختیاری را مطابق با خیر حقیقی سامان دهد. در این منظومه فکری مزاج در عرض اراده عمل نمی‌کند، بلکه بستری است که اراده در آن فعلیت می‌یابد.

۳. صفرا هم ظرفیت تهدید دارد (شتاب زدگی، غضب) هم فرصت است (شجاعت، فراست). آنچه این دو را از هم متمایز می‌نماید، نقش عقل عملی است که می‌تواند صفرا را به سوی فضائل ارتقاء دهد و یا به ورطه رذائل سقوط دهد. در نظام فکری ابن سینا تربیت عقلانی بر طبیعت فرد تقدم و اصالت دارد؛ تا آنجا که حتی با وجود مزاج صفراوی نامطلوب می‌توان با تربیت صحیح آن را خدمتگزار فضائل نمود. این همان محوریت اختیار انسانی در دستگاه فلسفی ابن سیناست.

۴. مزاج صفرا با اثرگذاری بر سلسله مراتب قوای نفسانی، مسیر تحقق فعل اختیاری را تحت تأثیر قرار می‌دهد. حرارت صفرا موجب سرعت درک می‌گردد (تأثیر بر قوه عاقله) و با تحریک قوه متخیله، تصاویر ذهنی را با وضوح و شدت بیشتری ارائه می‌دهد که بر جهت‌گیری شوق مؤثر است (تأثیر بر قوه متخیله) و همچنین این حرارت، قوه غضبیه را تقویت نموده و آن را به سمت دفاع و عمل سوق می‌دهد (تأثیر بر قوه غضبیه). در حقیقت مزاج صفرا از طریق تأثیر بر ادراک و شوق در تعیین غایات افعال اختیاری نقش ایفا می‌کند. این امر موجب می‌شود فرد صفراوی به طور غریزی به سمت غایاتی گرایش یابد که سریع‌تر قابل دستیابی‌اند.

۵. اولویت نخست برای ترغیب صفراوی مزاج به انجام دادن فعل اختیاری اثرگذاری بر عقل عملی او از طریق نشان دادن مصلحت عینی و فوری است. اولویت دوم اثرگذاری بر قوه غضبیه از طریق تحریک حس شجاعت یا مبارزه طلبی است. بر این اساس فرد با صفرا معتدل اگر مصلحت را بداند و چالش را دریابد، می‌تواند به یکی از توانمندترین کنشگران تبدیل گردد.

۶. در نگاه ابن سینا رابطه مزاج و اختیار را باید در چارچوب «اختیار در بستر شرایط» تحلیل نمود. نفس انسانی همواره در میدان تعاملی پویا با مزاج خود قرار دارد؛ میدانی که هم محدودیت دارد، هم امکان تصرف و گذر از محدودیت‌ها و تعیین‌های طبیعی مزاج و هم

ظرفیت‌های فراطبیعی را فعال می‌کند.

۷. با توجه به تأثیر مزاج بر فعل انسانی، در نظام تربیتی و اخلاقی ابن‌سینا توجه به ماهیت فاعل اصلی بنیادین است؛ یعنی به «مبادی فعل اختیاری در مزاج خاص» توجه می‌شود، نه به صرف «مبادی فعل اختیاری»؛ چراکه تفاوت در کیفیات روانی و جسمانی در مسیرهای تربیتی تفاوت ایجاد می‌کند. صفاوی که زودفهم و سریع‌العمل است، نیازمند تمرین تأمل و تأنی است. بلغمی که دیرفهم اما با ثبات است، نیازمند محرک‌های انگیزشی است و سوداوی که دقیق اما وسواسی است، نیازمند تمرین انعطاف‌پذیری است.

منابع

- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۲۰۰۷م). احوال النفس: رسالة في النفس وبقائها و معادها. پاریس: دار بیلیون.
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۸۷). الاشارات و التنبیها (حسن مصطفوی، به شرح). تهران: دانشگاه امام صادق (علیه‌السلام).
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۰۴ه). التعليقات. بیروت: مكتبة الاعلام الاسلامي.
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۱۷ه). الشفاء (النفس). قم: مكتبة الاعلام الاسلامي.
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۲۰۰۵م). القانون في الطب. بیروت: دار صادر.
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۸۵). قانون (عبدالرحمان شرف‌کندی، به ترجمه). تهران: سروش.
- ابن‌سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۷۹). النجاة من الغرق في بحر الضلالات. تهران: دانشگاه تهران.
- جرجانی، اسماعیل بن حسن (۱۳۸۰). ذخیره خوارزمشاهی. تهران: فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران.
- خدابنده بایگی، ملیحه؛ حسینی شاهرودی، سید مرتضی؛ و مروارید، جعفر (۱۳۹۸). «تبیین رابطه مزاج و اخلاق، کارکرد اخلاقی عقل در فلسفه ملاصدرا». حکمت معاصر، ۱۰(۲)، ۱۳۹-۱۰۹.
- درزی، راحله؛ آیت‌اللهی، حمیدرضا؛ و سعیدی‌مهر، محمد (۱۳۹۶). «بازخوانی نظریه ملاصدرا درباره مزاج، خلقیات و کیفیات نفسانی بر فاعلیت نفس». حکمت اسلامی، ۴(۱۵)، ۵۷-۳۳.
- رازی، محمد بن زکریا (۲۰۰۲م). الحاوي في الطب. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- سعید تهرانی، زهرا، و سلیمانی دره‌باغی، فاطمه (۱۴۰۳). تحلیل انتقادی ماهیت و عوامل مؤثر بر خلق در مکتب ابن‌سینا. حکمت سینوی، ۲۸(۷۱)، ۱۵۷-۱۳۷.

سلیمانی، فاطمه (۱۳۸۴). بررسی اراده انسان از دیدگاه متکلمین و فلاسفه اسلامی. مشکوة النور، شماره ۳۰ و ۳۱، صفحات نامشخص.

نقوی، زهرا، و اکبریان، رضا (۱۴۰۱). واکاوی فعل اختیاری و چگونگی تکنون آن در اندیشه علامه طباطبایی (ره). پژوهشنامه کلام، ۹ (۱۶)، ۱۱۵-۱۳۹.

وفائیان، محمدحسین، و فرامرز قراملکی، احد (۱۳۹۶). تحلیل وجودشناختی فرایند صدور فعل ازمنظر ابن سینا و صدرالمألهین. پژوهش های هستی شناختی، ۶ (۱۱)، ۱-۲۳.