





حجت السلام و المسلمین رسول باقری حفظه الله





(کتابخانه تخصصی طب اسلامی)

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَ  
صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ الطَّاهِرِينَ.

مزاج شناسی در طب اسلامی

جلسه اول:

تدریس: حجت السلام و المسلمین رسول باقری حفظه الله

راز اهمیت مزاج شناسی

در فرهنگ طبى اهل بیت عليهم السلام مبحث مزاج شناسی هم راز سلامتی و هم راز بیمار شدن انسان است. اگر کسی دچار اختلال در مزاج شود چنین فردی بیمار حساب می شود و اگر از تعادل مزاج برخوردار باشد، چنین فردی معتدل و برخوردار از سلامت خواهد بود.

خداوند متعال بر اساس قدرت بی کران خود در بدن انسان امور متضاد را جمع کرده، گرمی را در کنار سردی و سردی را در کنار گرمی، خشکی را در کنار تری و تری را در کنار خشکی مقارن هم قرار داده است و یکی از خبیرهای اعجاز خداوند متعال در مورد موجود است عادی و جسمانی و مخصوصا انسان که بهره مند از روح هستند می باشد.

در فرهنگ طبی اهل بیت علیهم السلام اگر یکی از مزاج‌ها دچار فزونی و یا دچار نقصان شود فرد بیمار می‌شود.

اگر گرمی بیش از حد متعارف شود، چنین فردی دچار غلبه گرمی شده و سردی بدنش کمتر شده و همین باعث می‌شود عوارض گرمی در بدنش غالب شود.

اگر کسی که خشکی بدنش زیاد شود نشان دهنده کم شدن رطوبت است و در نتیجه عوارض خشکی بر بدن غالب می‌شود.

### درس اول: روایات پایه در بحث مزاج شناسی

روایت اول: روایت مقطوع است و به امام نمی‌رسد از کتاب تورات هم نقل شده، از جهت اینکه شیخ صدوق به عنوان روایت مطرح کرده و مفهوم این روایت در روایت‌های دیگر مطرح است، اینجا آورده می‌شود.

در کتاب تورات از زبان خداوند این طور نقل شده «وَعَنْ مُحَمَّدِ بْنِ شَادَانَ الْبَرْوَاذِيِّ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِ الْحَارِثِ السَّمَرْقَنْدِيِّ، عَنْ صَالِحِ بْنِ سَعِيدِ التَّرْمِذِيِّ، عَنْ عَبْدِ الْمُنْعِمِ بْنِ إِدْرِيسَ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ وَهْبِ بْنِ مُنْبَهٍ، أَنَّهُ وَجَدَ فِي التَّوْرَةِ صِفَةَ آدَمَ حِينَ خَلَقَهُ اللَّهُ وَابْتَدَعَهُ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ: إِنِّي خَلَقْتُ آدَمَ وَرَكَّبْتُ جَسَدَهُ مِنْ أَرْبَعَةِ أَشْيَاءَ ثُمَّ جَعَلْتُهَا دَائِرَةً فِي وُلْدِهِ تَنْمِي فِي أَجْسَادِهِمْ وَيَنُمُونَ عَلَيْهَا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَرَكَّبْتُ جَسَدَهُ حِينَ خَلَقَهُ، مِنْ رَطْبٍ وَيَابِسٍ وَسُخْنٍ وَبَارِدٍ وَذَلِكَ أَنِّي خَلَقْتُهُ مِنْ تُرَابٍ وَ مَاءٍ ثُمَّ جَعَلْتُ فِيهِ نَفْسًا وَرُوحًا فَيُبُوسَةُ كُلِّ جَسَدٍ مِنْ قِبَلِ التُّرَابِ وَرُطُوبَتُهُ مِنْ قِبَلِ الْمَاءِ وَحَرَارَتُهُ مِنْ قِبَلِ النَّفْسِ وَبُرُودَتُهُ مِنْ قِبَلِ الرُّوحِ ثُمَّ خَلَقْتُ فِي الْجَسَدِ بَعْدَ هَذَا الْخَلْقِ الْأَوَّلِ، أَرْبَعَةً وَ هُنَّ مَلَائِكَةُ الْجَسَدِ وَ قِيَامُهُ بِإِذْنِي، لَا يَقُومُ الْجَسَدُ إِلَّا بِهِنَّ وَ لَا تَقُومُ مِنْهُنَّ وَاحِدَةً إِلَّا بِالْأُخْرَى، وَ مِنْهَا الْمِرَّةُ السَّوْدَاءُ وَ الْمِرَّةُ الصَّفْرَاءُ وَ الدَّمُّ وَ الْبَلْغَمُ ثُمَّ أَسَكَنْتُ بَعْضَ هَذَا الْخَلْقِ فِي بَعْضٍ فَجَعَلْتُ [فَجَعَلْتُ] مَسْكَنَ الْيُبُوسَةِ فِي الْمِرَّةِ السَّوْدَاءِ وَ مَسْكَنَ الرُّطُوبَةِ، فِي الْمِرَّةِ الصَّفْرَاءِ وَ مَسْكَنَ الْحَرَارَةِ فِي الدَّمِّ وَ مَسْكَنَ

الْبُرُودَةُ فِي الْبَلْغَمِ فَأَيُّمَا جَسَدٍ اعْتَدَلَ فِيهِ هَذِهِ الْأَنْوَاعُ الْأَرْبَعُ الَّتِي جَعَلْتُهَا مَلَكَهٌ وَقِيَامَهُ فَكَانَتْ كُلُّ وَاحِدَةٍ مِنْهُنَّ رُبْعًا لَا تَزِيدُ وَلَا تَنْقُصُ، كَمَلَّتْ، صِحَّتُهُ وَاعْتَدَلَ بُنْيَانُهُ فَإِنْ زَادَ مِنْهُنَّ وَاحِدَةً عَلَيْنَهُنَّ فَقَهَرَتْهُنَّ وَ مَالَتْ بِهِنَّ، دَخَلَتْ عَلَى الْبَدَنِ السَّقْمُ مِنْ نَاحِيَّتِهَا بِقَدْرِ مَا زَادَتْ وَ إِنْ كَانَتْ نَاقِصَةً تَقِلُّ عَنْهُنَّ حَتَّى تَضْعُفَ عَنْ طَاقَتِهِنَّ.

من آدم را خلق کردم و بدن او را از چهار چیز ترکیب کردم پس این چهار چیز را در میان فرزندان آدم به ارث گذاشتم، تمام این چهار چیز در بدن فرزند آدم وجود دارد و تا قیامت این چیز در بدن انسان قرار دارد. بدن او را در هنگامی که خلق کردم از رطوبت، خشکی، گرمی و سردی ترکیب نمودم به صورتی که بدنش را از آب و خاک آفریدم و در این بدن نفس قرار دادم و رُوح (باد) قرار دادم. پس خشکی هر جسمی از ناحیه خاک است و رطوبت بدن از قبل آب است و حرارت بدن از قبل نفس نباتی و نفس حیوانی و نفس ناطقی است اما سردی این بدن به خاطر وجود بادی است که بر این بدن نواخته می شود، در این کالبد اولی و قالب اولی بعد از یک مدتی ۴ نوع را قرار دادیم و این چهار نوع در حقیقت مالکان جسد و قوام بخش به بدن هستند به اذن خداوند، هیچ جسدی قوام پیدا نمی کند مگر به سبب وجود این چهار نوع حتی هیچ نوعی قوام پیدا نمی کند مگر اینکه در کنار دیگری باشد (حتما گرمی در کنار سردی و تری در کنار خشکی باید باشد). اما آن چهار نوع عبارتند از:

۱- مره سوداء

۲- مره صفراء

۳- دم

۴- بلغم

پس کالبد اولیه را در این چهار نوع قرار دادم و ادغام نمودم و در نتیجه قرارگاه بیوست در مره سوداء قرار دادم به این معنا که شاخص غلبه سوداء در بدن خشکی بدن است، به هر میزان که خشکی بدن زیاد باشد نشانه غلبه سوداء در بدن است و محل قرار رطوبت را در صفراء قرار دادیم، در

۱ ، الفصول المهمة فی أصول الأئمة علیهم السلام (تکملة الوسائل) ؛ ص ۲۴۴

حقیقت میزان رطوبت بدن انسان را با توجه به میزان صفراء تعیین می‌شود، میزان گرمی بدن، میزان رطوبت را هم نشان می‌دهد هر چه گرمی بیشتر باشد میل به نوشیدن آب بیشتر می‌شود.

خداوند مسکن خون را در خون قرار داد. خون مایه گرمی بدن است و شاخص میزان حرارت بدن است. اگر خون بیش از اندازه باشد غلبه گرمی و بالعکس و مسکن برودت در بلغم است. هرچه سردی در بدن بیشتر باشد غلبه سردی بیشتر است.

هر جسدی که این چهار نوع را به اندازه و معتدل برخوردار باشد و میزان هر کدام از این‌ها به یک اندازه باشد (هر کدام به اندازه یک چهارم باشد) چنین بدنی از صحت و سلامتی و اعتدال برخوردار خواهد بود.

اگر یکی از این مزاج‌ها (بلغم، سوداء، صفراء، خون) بیش از حد طبیعی واقع شد فرد دچار بیمار می‌شود و اگر یکی از این عناصر و انواع کمتر از میزان طبیعی باشد فرد دچار بیماری می‌شود و آن مزاج توان همراهی انواع دیگر را نخواهد داشت.

نکات ذیل روایت:

۱- **واژه نفس:** نفس نباتی در ابتدا است که این نفس نباتی موجب رشد و نمو بدن می‌شود و طالب غضب و شهوت می‌شود و اگر سیر را ادامه بدهد به نفس ناطقه و نفس انسانی تبدیل می‌شود در حدی که می‌تواند فکر و اندیشه کند و دچار تجرد روحانی شود.

۲- **واژه روح:** به معنای باد است، باد در بعضی روایات یک مزاج حساب می‌شود، در بعضی روایات باد را در کنار بلغم ذکر کرده‌اند.

۳- سیر خلقت انسان به صورت تدریجی بوده در ابتداء خداوند غالب اولیه انسان را درست می‌کند و در ادامه در این غالب ۴ تا نوع یا طبیعت قرار می‌دهد.

۴- در روایت ذکر شده به قدر مازادت یعنی اینکه فزونی و افزایش یک مزاج مراتب دارد. ممکن است که یک مزاج کمی افزایش پیدا کند به همان اندازه دچار بیماری می‌شود. مثلاً خشکی در ابتداء می‌تواند منجر به خشکی لب یا یبوست شود، اگر فزونی پیدا کرد

می تواند منجر به وسواس و ترس و هول و اضطراب شود اگر غلبه خشکی باز بیشتر شود علاوه بر موارد ذکر شده می تواند دچار غم و غصه سوداوی شود و آب دهانش دچار تلخی شود.

تعبیر «إذا كانت ناقصة» هم نشان می دهد گاهی وقت ها یک مزاج دچار نقصان می شود و ضد او دچار نقصان و کمی شده مثلا وقتی فردی دچار غلبه خشکی شده یعنی رطوبت بدن کم شده است. روایت دیگر:

مُحَمَّدُ بْنُ بُكَيْرٍ قَالَ: حَدَّثَنَا صَفْوَانُ بْنُ يَحْيَى الْبَيْعِيُّ قَالَ: حَدَّثَنَا الْمُنْذِرُ بْنُ هَامَانَ عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ مُسْلِمٍ وَ سَعْدِ الْمَوْلَى قَالَا قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ الصَّادِقُ (عليه السلام): إِنَّ عَامَّةَ هَذِهِ الْأَرْوَاحِ مِنَ الْمِرَّةِ الْغَالِبَةِ أَوْ دَمٍ مُحْتَرِقٍ أَوْ بَلْغَمٍ غَالِبٍ فَلْيَسْتَعْلِ الرَّجُلُ بِمَرَأَةٍ نَفْسِهِ قَبْلَ أَنْ تَغْلِبَ عَلَيْهِ شَيْءٌ مِنْ هَذِهِ الطَّبَائِعِ فَيَهْلِكَ.<sup>۲</sup>

تمام بیماری ها نشأت یافته از غلبه صفرا و یا سوداست یا خون سوخته یا بلغمی که غلبه پیدا کرده پس اگر یکی از این مزاج ها بخواهد دچار غلبه شود باید مراعات نفس و اعتدال را کرد.

قبل از اینکه یکی از این مزاج ها غلبه پیدا کند باید سعی شود مزاج را در حالت تعادل نگه داشت مثلا اگر شبی ماهی استفاده شد بعد از خوردن ماهی از عسل یا خرما و مصلح سردی استفاده شود.

اگر خشکی بدن به خاطر غذاهای خشک باشد باید از میوه ها و غذاهای ملین استفاده شود.

تمام بیماری ها (الأرواح) نشأت یافته غلبه یکی از این مزاج هاست.

اگر کسی غذاهای تراریخته مصرف کند یا غذاهایی که مواد نگه دارنده دارد خون او دچار کثیفی و سوختگی می شود و این کثافات در خون موجب توده، میوم، فیبر و کیست می شود.

<sup>۲</sup> طب الأئمة عليهم السلام ؛ ص ۱۱۰

در روایات وارد شده بیشتر جوش هایی که در بدن می زند و دمل ها به خاطر خون سوخته انسان است. ممکن است علل دور یعنی همان غذاهای آلوده، یکی از علل قریب (صفرا و سودا و بلغم و خون) را دچار اختلال کند (یعنی باعث نفقضان یا افزایش شود) و بیماری ایجاد شود.

مثلا فردی که پر خوری می کند پر خون می شود و این پر خونی فشار خون ایجاد می شود و این فشار باعث پاره شدن رگ های مغز و سگته می شود.

روایت سوم: قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ (عليه السلام): «عِرْفَانُ الْمَرْءِ نَفْسُهُ أَنْ يَعْرِفَهَا بِأَرْبَعِ طَبَائِعٍ وَأَرْبَعِ دَعَائِمٍ وَأَرْبَعَةِ أَرْكَانٍ وَطَبَائِعُهُ الدَّمُ وَالْمِرَّةُ وَالرَّيْحُ وَالْبَلْغَمُ؛ از مصادیق خود شناسی انسان این است که چهار طبیعت خود را بشناسد.»<sup>۳</sup>

«من عرف نفسه فقد عرف ربه» و طبیعت های چهارگانه صفرا و سودا و خون و باد و بلغم است.

کسی که می خواهد عارف شود و سیر سلوک داشته باشد باید بدنی متعادل داشته باشد روح سالم در بدن خواهد بود.

در روایت وارد شده کسی که پر خوری کند معده اش دچار ضعف می شود، وقتی دچار ضعف شد، دچار نفخ می شود و نفخ آسیب به بدن می زند گاهی موجب سردرد می شود گاهی در گوش می پیچد و شخص دچار وزوز گوش می شود چنین فردی چگونه می تواند سلوک داشته باشد، تمام هم و غمش متوجه جسمش می شود از این جهت روایت می فرماید کم خوری موجب ورود به ملکوت آسمان ها و زمین می شود و پر خوری باعث غلبه یکی از این مزاج ها می شود و جلوی سلوک انسان را می گیرد.

### روایت دیگر:

أَنَّ مُوسَى بْنَ جَعْفَرٍ (عليه السلام) دَخَلَ عَلَى الرَّشِيدِ فَقَالَ لَهُ الرَّشِيدُ يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ أَخْبِرْنِي عَنِ الطَّبَائِعِ الْأَرْبَعِ فَقَالَ مُوسَى (عليه السلام): أَمَّا الرِّيحُ فَإِنَّهُ مَلِكٌ يُدَارِي وَ أَمَّا الدَّمُ فَإِنَّهُ عَبْدٌ عَارِمٌ وَ رَبِّمَا قَتَلَ الْعَبْدُ مَوْلَاهُ وَ أَمَّا الْبَلْغَمُ فَإِنَّهُ خَصِمٌ جَدِلٌ إِنْ سَدَدَتْهُ

<sup>۳</sup> بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار ؛ ج ۵۸ ؛ ص ۳۰۲



مِنْ جَانِبِ انْفَتْحَ مِنْ آخَرَ وَ أَمَّا الْمِرَّةُ فَإِنَّهَا أَرْضٌ إِذَا اهْتَرَّتْ رَجَعَتْ بِمَا فَوْقَهَا فَقَالَ لَهُ هَارُونُ يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ تَنْفِقُ عَلَى النَّاسِ مِنْ كُنُوزِ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ.٤

مزاج باد پادشاهی است که بایستی با او مدارا شود، اگر مدارا شود به شما پاداش می دهد و اگر مدارا نکردید به شما درد می دهد، باد همچنان که مفید است مثلاً برای هضم غذا یا دفع فضولات اگر زیاد شود دچار بیماری می شود مثل سردرد، قولنج و ...

### دم (خون)

شأنش این است که عبد است (بنده بار حمل می کند) ولی همین عبد اگر حقوقش ادا نشود سرکش می شود و مولای خودش را از بین می برد. خون هم شبیه عبد است، در خون موادی مفید مثل اکسیژن، ویتامین ها در جریان است و حمل می کند، مواد سمی فضولات و رسوبات هم می تواند در جریان باشد ولی اگر حق همین خون ادا نشود زیادی خون باعث هلاکت شخص می شود.

### بلغم

بلغم دشمن ستیزه جوست. بلغم مانند یک دشمن است اگر سردی و تری غالب شود. انگار فرد با یک دشمن ستیزه جو روبه رو شده که اگر از درب او را بیرون بیاندازی از پنجره وارد می شود، دشمنی که سردی می آورد و حکایت از مرگ دارد. اما المره سودا و صفرا مانند زمین لرزه ای است که وقتی اتفاق می افتد هر آنچه که روی آن هست به لرزه در می آید اگر صفرا در بدن غالب شود عصبانیت صفراپی غالب شود فرد دچار لرزش دست می شود، رگ های او درشت می شود و خون او کثیف می شود و دچار اختلال عقل و جنون می شود. اختلال در عقل، غدد تحت پوشش را تحت تأثیر قرار می دهد.

٤ بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار ؛ ج ٥٨ ؛ ص ٢٩٤

بی انگیزه می شود، فکرهای بد و سوء ظن ایجاد می کند و این سوء ظن به سوء ظن نسبت به خدا ایجاد می کند و در نهایت می تواند منجر به خود کشی شود.

هارون می گوید ای فرزند رسول خدا انفاق می کنی از گنج هایی که خداوند و آقا رسول الله در اختیارت قرار داده.

روایت دیگر: اعْلَمْ يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ أَنَّ قُوَى النَّفْسِ تَابِعَةٌ لِمِزَاجَاتِ الْأَبْدَانِ وَ مِزَاجَاتِ الْأَبْدَانِ تَابِعَةٌ لِتَصَرُّفِ الْهَوَاءِ فَإِذَا بَرَدَ مَرَّةً وَ سَخُنَ أُخْرَى تَغَيَّرَتْ بِسَبَبِهِ الْأَبْدَانُ وَ الصُّورُ فَإِذَا اسْتَوَى الْهَوَاءُ وَ اعْتَدَلَ صَارَ الْجِسْمُ مُعْتَدِلًا لِأَنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ بَنَى الْأَجْسَامَ عَلَى أَرْبَعِ طَبَائِعٍ عَلَى الدَّمِ وَ الْبَلْغَمِ وَ الصَّفْرَاءِ وَ السَّوْدَاءِ فَاثْنَانِ حَارَّانِ وَ اثْنَانِ بَارِدَانِ وَ حَوْلَفَ بَيْنَهُمَا فَجُعِلَ حَارٌّ يَابَسٌ وَ حَارٌّ لَيِّنٌ وَ بَارِدٌ يَابَسٌ وَ بَارِدٌ لَيِّنٌ ثُمَّ فُرِّقَ ذَلِكَ عَلَى أَرْبَعَةِ أَجْزَاءٍ مِنَ الْجَسَدِ عَلَى الرَّأْسِ وَ الصَّدْرِ وَ الشَّرَاسِيفِ وَ أَسْفَلِ الْبَطْنِ وَ اعْلَمْ يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ أَنَّ الرَّأْسَ وَ الْأَذُنَيْنِ وَ الْعَيْنَيْنِ وَ الْمُنْخَرَيْنِ وَ الْأَنْفَ وَ الْفَمَ مِنَ الدَّمِ وَ أَنَّ الصَّدْرَ مِنَ الْبَلْغَمِ وَ الرِّيحِ وَ أَنَّ الشَّرَاسِيفَ مِنَ الْمِرَّةِ الصَّفْرَاءِ وَ أَنَّ أَسْفَلَ الْبَطْنِ مِنَ الْمِرَّةِ السَّوْدَاءِ.<sup>٥</sup>

قوهی روحی، فکری و معنوی انسان تابع مزاج های بدن است (مثلا کسی که پر خور است، دچار پر خوری و غلبه باد می شود، چنین شخصی نباید انتظار داشته باشد عزم و اراده جدی باشد).

اگر یکی از این مزاج ها دچار غلبه شد به همان اندازه نفس انسان هم ضعیف می شود. و مزاجات الأبدان تابعه لتصرف الهواء و انواع مزاج ها بدن انسان یکی از مهمترین عوامل تأثیرگذار آب و هواست. اگر در محیط سردسیر باشد مزاج غالبش معمولا سردی می شود و بالعکس حضرت در توضیح می فرمایند اگر یکی از مزاج ها سرد شد اگر سردی آب و هوا غالب شد بر بدن انسان و از محیط سرد وارد محیط گرم شود، سریع تغییر آب و هوا را در بدن می بیند.

اگر در محیطی گرم به سر برد و یک دفعه از فضای گرم وارد فضای سرد شود، فرد ممکن است دچار یرقان و زردی صورت شود.

<sup>٥</sup> طب الإمام الرضا عليه السلام (الرسالة الذهبية) ؛ النص ؛ ص ٤٧

مهم است انسان در کجا زندگی می کند در چه آب و هوایی. اگر آب و هوا معتدل بود صار الجسم معتدلا، جسم معتدل می شود چون خداوند ساختمان بدن انسان را بر چهار چیز طبیعت بنا نهاده است.

**«بنی الاجسام علی اربع طبایع علی الدم والبلغم والصفرا و السوداء، اثنان حاران و**

**اثنان باردان»** دو تا گرم و دو تا سرد، بین دو گرمی یک وجه تمایز قرار دارد یکی را گرم و

خشک که صفرا گویند و دیگری را گرم و تر که دم گویند و دو سردی هم تمایز دارند یکی را

سرد و خشک که سودا گویند و دیگری سرد و لین که بلغم گویند سپس خدای متعال هر کدام از

این چهار مزاج را یک محل بروز گاه قرار داد.

یکی سر و دیگر سینه، کنار دنده ها و پائین شکم انسان.

سر انسان (دو گوش، دو چشم، دو سوراخ بینی، خود بینی و دهان) محل بروز دم است.

فردی که دچار غلبه دم شده می توان به سرخی گونه، زبان، سرخی گوش و رگ های چشم او نگاه

کنیم فرد دچار کم خونی باشد زیر پلک سفید می شود. پائین پلک رنگ کدر شده باشد نشانه

غلظت خون است.

سینه محل بروز بلغم و باد است، از حلق شروع می شود و شامل ریه و معده می شود.

محل تولید و بروز باد معده است. خلطی که در گلو به وجود می آید که موجب سرفه و آسیب های

تنفسی می شود معلول غلبه بلغم است.

کنار دنده ها، گرمی کبد یا کیسه صفرا، اگر بیش از اندازه مواد صفراوی در آن جمع شود و فرد

حالت گر گرفتگی پیدا کند و زیاد تشنه شود نشان غلبه صفراست. و محل بروز صفراست.

پائین بدن انسان (روده انسان) خشکی روده ها می تواند نشان دهنده غلبه سودا باشد یا سردی جنسی

می تواند نشان غلبه سودا باشد.

والسلام علیکم و رحمة الله

